

AKO ROZVÍJAŤ JEMNÚ MOTORIKU, GRAFOMOTORIKU A KRESBU

Komu záleží na tom, aby jeho dieťa raz v škole pekne a správne písalo, musí vedieť, že samotnému písaniu predchádza niekoľkoročná cestička, po ktorej by dieťa malo prejsť počas predškolského obdobia.

Začína sa rozvojom jemnej motoriky (čiže dobrej ohybnosti prstov ruky), prechádza do grafomotoriky (účelné pohyby, ktoré sú založené na koordinácii oka a ruky) a končí sa kreslením a písaním.

Tipy na rozvoj jemnej motoriky, grafomotoriky, kresby.

(3 – 4r.)

- práca so stavebnicou, kockami, skladačkami, puzzle, mozaiky,
- domino, pexeso, loto,
- hry s pieskom, múkou - presýpanie, vodou – prelievanie, naberanie lyžičkou,
- navliekanie veľkých drevených korálikov, prevliekanie šnúrok cez otvory, vytrhovanie z papiera, lepenie, krčenie papiera, modelovanie, skrutkovanie matičiek, zatĺkanie kladivkom, ukladanie valčekov do dierok, vkladanie drobných predmetov do fľaše s úzkym otvorom, vkladanie mincí do pokladničky, triedenie drobných predmetov do mištičiek podľa farby, tvaru a pod.,
- maľovanie (najprv prstové farby, potom vodové, nakoniec temperové), kreslenie kriedami na tabuľu, na chodník, maľovanie mokrým štetcom na chodník,
- strihanie – najprv strihanie prúžkov papiera, odstrihovanie rohov, strihanie dlhšej plochy, strihanie po čiare, vystrihovanie obrázkov z časopisov – nevyžaduje sa úplná presnosť pri strihaní podľa línie,
- kreslenie prstom/ paličkou do múky, krupice, piesku,
- rozvoj hmatu – dotýkame sa povrchov z rôznych materiálov, možno skúmať rôzne materiály v mištičkách – strukoviny, vločky, cestoviny, múka, piesok, koráliky, gombíky, kamienky...,
- každodenné činnosti - zamykanie, odomykanie kladiek, dverí, listovanie v knihách po jednej strane, skrutkovanie uzáverov od fliaš,
- sebaobsluha, hygiena - čistenie zubov, česanie, obliekanie, s pomocou zapínanie zipsov, gombíkov,
- **kreslenie** – ak dieťa začína častejšie kresliť, dbať na správne držanie ceruzky.

(4-5r.)

- predchádzajúce aktivity plus ďalšie: spoločenské hry – človeče, kuželky, ...
- skladanie tvarov a figúr z paličiek, slamiek, zápaliek, krátkych špajlí – podľa predlohy, alebo vlastnej fantázie,

- modelovanie z plastelíny, hliny, cesta,
- vytváranie uzlov na šnúrke – najprv jeden, potom určitý počet,
- maľovanie (najprv prstové farby, potom vodové, nakoniec temperové),
- otláčanie pečiatok, dokresľovanie obrázkov,
- každodenné činnosti, pomoc v domácnosti – podávanie štipcov, príprava na stolovanie, pomoc pri pečení, miešanie, presýpanie, nosenie tanierikov, nalievanie do pohárov, rozdávanie príboru, skladanie servítok,
- obliekanie bábik, plyšových hračiek,
- cvičenia s prstami – predstieranie hry na klavír, písanie po klávesnici, solenie polievky,
- otváranie zavretej dlane po jednom prste,
- **kreslenie** – podporujeme správne pracovné návyky, správne držanie ceruzky, motivovať ku kresbe jednoduchými pracovnými listami, nechať dieťa zažiť úspech,
- vyhľadávať kreslenie, kresliť postavu, dom, rôznorodé motívy,
- skúšať netradičné techniky: kresliť zmizikom na papier pretretý atramentom, bielou voskovou na výkres a pretierať vodovými farbami, maľovanie klovatinou (tekuté lepidlo) – po jej zaschnutí farbiť výkres suchým pastelom a po jeho fixovaní (lakom na vlasy) vymyť klovatinu pod tečúcou vodou,
- kresliť „zuby“, slučky,
- vyhranená laterálna – určiť vedúcu, preferovanú ruku pri kreslení.

(5-6r.)

- predchádzajúce činnosti plus ďalšie: spoločenské hry – karty, mikádo, malé sudoku,..
- hádzanie na cieľ – loptičky do škatule, gombíky do misky, kruhy na tyč,
- ručné práce - prišívanie veľkých gombíkov, prešívanie látky alebo papiera ihlou s tupým hrotom, vytváranie reťaze z kancelárskych sponiek, tvarovanie mäkkého drôtu, zmotávanie vlny do klobka,
- vytváranie uzlov na šnúrke – najprv jeden, potom určitý počet, snažiť sa odhadovať vzdialenosť medzi uzlami,
- cvičenia s prstami – „tlieskanie“ prstami – palec s ukazovákom, prostredníkom, prstenníkom, malíčkom, „tlieskanie“ ukazovákmi, prostredníkmi, prstenníkmi, malíčkami pravej a ľavej ruky, ťukanie prstami do stola – prší dážď – spolu s riekankami, spievaním, tempo zrýchľovať, spomaľovať,
- **kreslenie** – okolo 5 roku sú vhodné systematické grafomotorické cvičenia (čiarky, krúžky, obrázky kreslené jedným ťahom, slimáky, ovály, oblúky, slučky..),
- deti často prejavujú záujem o písanie písmen – ak ich to zaujíma, môžu sa učiť písať jednotlivé tvary (stačí veľké tlačené), určite netreba dieťa učiť písmená nasilu a dopredu, aby ich už neskôr v škole vedelo!

- dieťa si môže „písať“ vlastnú knižku – kreslí obrázky a ku nim robí „popis“ – píše slučky a „písmo“ na linajky, rodič môže detský text (komentár dieťaťa ku obrázkom) písať naozaj – z tvorby knihy bude dvojnásobná radosť a pekná spomienka,
- správne držanie ceruzky, sedenie, sklon papiera, tlak na podložku (netlačí, až sa láme tuha, tiež nekreslí tak slabo, že čiaru nevidno),
- pri kresbe postavy obyčajne dieťa znázorňuje hlavu, trup, končatiny, pridávajú detaily – na tvári mihalnice, zreničky, prsty na rukách, vlasy, uši, pupok, šperky, gombíky..,
- kreslené obrázky sa evidentne ponášajú na reálny vzor (auto je skutočne auto, nie napr. samé kruhy).