

GRAFOMOTORYKA

Grafomotoryka - inaczej nazywana lokomocją małą to prawidłowa sprawność manualna rąk przejawiająca się właściwym tempem wykonywanych czynności i właściwą precyzją ruchów dłoni i palców, to umiejętność rysowania i pisania, a jej rozwój u dziecka trwa kilka lat. Umiejętność ta wymaga:

- zdolności naśladowania ruchów,
- wykonywania ruchów sekwencyjnych i precyzyjnych (lewa półkula mózgu)
- koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- percepcji wzrokowej,
- sprawności manualnej.

Początkowo rysunki wykonywane przez dziecko są nierozpoznawalne. Cały proces trwa przez kilka lat i rozpoczyna się około 2 roku życia. W tym czasie dziecko zaczyna swoją zabawę z rysowaniem, Dzieci najczęściej rysują nieregularne linie, kropki lub koliste figury. Dopiero później pojawiają się regularne linie pionowe i poziome, które mogą krzyżować się. Czterolatek często ma problem z zaplanowaniem rysunku, a jego rysunki są uproszczone, lecz zazwyczaj kolorowe. Sześciolatek rysuje obrazek zgodnie z proponowanym tematem, widać na rysunku, dużo szczegółów i charakterystycznych elementów. Podobnie nauka pisania i rysowania zaczyna się od nieporadnych prób rysowania po śladzie szlaczków lub znaków literopodobnych.

Podczas nauki pisania i podczas ćwiczeń grafomotorycznych powinniśmy zwrócić uwagę na:

- siłę nacisku na kartkę narzędzia pisarskiego- przy słabym napięciu mięśniowym litery stają się mało czytelne lub prawie niewidoczne. Przy wzmożonym napięciu napięcie występuje tak silny nacisk ołówka lub długopisu na kartkę papieru, że dziecko robi dziury w kartce;
- prawidłowy sposób trzymania narzędzia pisarskiego, bez względu na to czy dziecko jest praworęczne, czy lewo- wykorzystać możemy do tego ołówki, kredki o kształcie trójkątnym, lub specjalne nakładki na przybory służące do pisania;



- pozycję dziecka podczas pisania- czy nie za mocno pochyla się nad książką, czy kręgosłup jest wyprostowany, a stopy stabilnie stoją na podłożu lub podnóżku,
- zachowanie kierunku pisma od lewej strony kartki do prawej – aby ułatwić dziecku prawidłowy sposób pisania można narysować dla podpowiedzi strzałkę, w którą stronę pismo powinno iść. Możemy wykorzystać zeszyty w trzy linie, gdzie pierwsza linia jest wyraźnie chudsza, a dwie pozostałe grubsze.
- starajmy się dziecku dokładnie wyjaśnić polecenie, zawsze dodać, aby starało się rysować, pisać powoli i dokładnie, starając się nie wychodzić poza linię. Można również pokierować ruchami dziecka, trzymając jego dłoń w swojej dłoni.
- chwalcmy dziecko i wzmacniamy pozytywnie jego postępy, motywujemy do dalszej pracy.
- pamiętajmy również, aby ćwiczenia odbywały się nie w pośpiechu, lecz spokojnie i powoli.

Rola ćwiczeń grafomotorycznych:

- wpływają na dokładność i staranność wykonywania prac plastycznych i na czytelny, ładny charakter pisma,
- usprawniają umiejętność prawidłowego chwytu narzędzia pisarskiego i posługiwania się nim,
- usprawniają koncentrację uwagi
- poprawiają ogólny rozwój dziecka,
- podnoszą poziom graficzny i techniczny pisma i rysunku,
- rozwijają sprawność i koordynację wzrokowo – ruchową,
- kształtują umiejętność rysowania zgodnie z poleceniem nauczyciela lub rodzica, rysowanie na temat i umiejętność opowiedzenia o tym, co przedstawia rysunek,
- doskonałą orientację przestrzenną i orientację w schemacie własnego ciała,
- wyrabiają motywację do nauki, podnoszą samoocenę, wzbogacają zainteresowania i potrzeby dziecka,
- usprawniają mięśnie dłoni i palców, jak również nadgarstka i ułożenia całej dłoni piszącej,
- kształtują wrażliwość estetyczną.

Propozycje ćwiczeń usprawniających grafomotorykę:

- rysowanie kredą na tablicy, na chodniku
- wykorzystywania magnetycznych labiryntów, różnorodnych szablonów
- różnego rodzaju "nawlekanki " do których możemy wykorzystać np. koraliki,
- zabawy klockami
- układanki wpinane
- tradycyjne wycinanie, malowanie i klejenie.
- zabawy: stemplami, plasteliną, ciastoliną, piaskiem kinetycznym,
- rysowanie patykiem na piasku,
- zakręcanie i odkręcanie nakrętek, przypinanie klamerek
- rysowanie szlaczków i liter

- rysowanie po śladzie.
- rzucanie do celu
- dokładne kolorowanie obrazka, następnie pocięcie go wzdłuż narysowanych na obrazku linii, wymieszanie otrzymanych elementów i dokładne ułożenie obrazka od początku, jak puzzle.
- kolorowanie według wzoru
- rysowanie brakujących elementów
- łączenie przedmiotów na obrazkach z ich cieniami
- wykonywanie ćwiczeń ruchowych – takich jak jazda na rowerze, bieganie się czy wspinanie,
- samodzielne wiązania butów i zapinania guzików.

Pamiętajmy, że każde dziecko rozwija się w swoim własnym, indywidualnym tempie. Jeśli jednak cokolwiek niepokoi rodziców, warto udać się do specjalisty, który z pewnością rozwieje wszelkie wątpliwości i udzieli nam właściwej pomocy.

Poniżej zamieszczam linki do stron z których można skorzystać, aby pobrać karty pracy do ćwiczeń grafomotorycznych:

<http://bystredziecko.pl/grafomotoryka-rysowanie-po-slademie/>

<https://www.superkid.pl/grafomotoryka>

https://eduzabawy.com/karty_pracy/grafomotoryka/jesien/

https://www.google.com/search?safe=active&client=firefox-b-d&sxsrf=ALeKk02AipsG810NAFgj2fDBZ4BLFogsWg%3A1590317046172&lei=9k_KXp2ACuBk74Po-eliAI&q=Grafomotoryka%20do%20wydruku&ved=2ahUKEwid0_fUqMzpAhXowMQBHaNzCSEQsKwBKAJ6BAgUEAM&biw=1366&bih=654

<https://eduzabawy.com/nauka-pisania-do-drukowania/>

Źródła:

<https://www.mjakmama24.pl/edukacja/pomoc-w-nauce/grafomotoryka-cwiczenia-grafomotoryczne-aa-inp9-GAN9-tNR6.html>

<https://juniora.pl/grafomotoryka-inf-36.html>

<https://web.facebook.com/sensorykawilanow>

http://test.logopedia.pl/index.php?option=com_virtuemart&view=category&virtuemart_category_id=50&Itemid=142

