

**Mgr. Petra Pšeničková, DiS.,
speciální pedagog**

Jak rozvíjet motoriku u předškoláků?

Přednášející

***Mgr. Petra Pšeničková, DiS.,
speciální pedagog,
psenickova.petra@centrum.cz***



- lektorka kurzů pro předškoláky a děti s odkladem školní docházky
- poradenství pro předškoláky a jejich rodiče, posuzování školní zralosti
- lektorská a poradenská činnost pro pedagogy, autorka článků
- absolventka magisterského studia speciální pedagogiky na PedfUK v Praze
- 9 let praxe v oblasti speciální pedagogiky, z toho 5 let v poradenství

Co se na webináři dozvíte?

- Co by dítě mělo umět před nástupem do 1. třídy?
- **hrubá motorika** – ukotvení v RVP pro PV, aktivity
- **jemná motorika** – procvičování prstů, procvičování prstů ve spojení s říkankou, procvičování prstů pomocí roličky od toaletního papíru a krabiček od sýra ...
- **grafomotorika** – zásady práce s pracovním listem, vhodné psací náčiní, ukázka uvolňovacích cviků – závodní dráhy, jednotažky; ukázka grafomotorických prvků předcházejích tvarům písma; ukázka dětské kresby a grafomotorických prvků; zapojení obou mozkových hemisfér – „křížení“
- **oslabení v oblasti motoriky** a jeho **vliv na osobnost dítěte**
- diskuze, výměna zkušeností

Které oblasti sledujeme při posuzování školní zralosti?

- tělesný (somatický) vývoj a zdravotní stav
- úroveň vyspělosti poznávacích (kognitivních) funkcí
- úroveň práceschopnosti (pracovní předpoklady, návyky)
- úroveň zralosti osobnosti (emocionálně – sociální)

Poznávací (kognitivní) funkce

Co rozvíjet?

- hrubou motoriku, jemnou motoriku, grafomotoriku
- zrakové vnímání
- orientaci v prostoru, vpravo/vlevo, v čase
- sluchové vnímání
- řeč a komunikaci
- předmatematické představy

Anketa č. 1: Povolání?

1. učitel/ka v mateřské školce
2. učitel/ka na základní škole
3. učitel/ka přípravné třídy
4. vedení školky/školy
5. rodič
6. nyní na rodičovské dovolené, dříve učitelka
7. jiné – jaké?

Jak rozvíjet motoriku?

(Bednářová 2006, 2008, 2010):

Na motorické schopnosti a dovednosti nahlížíme v několika rovinách:

- hrubá motorika (celková pohyblivost, koordinace pohybů, držení rovnováhy)
- jemná motorika (sebeobslužné dovednosti, pohyby prstů, obratnost prstů)
- grafomotorika (kresba, psaní)
- motorika mluvidel (souvisí se správným rozvojem řeči)
- motorika očních pohybů (souvisí se správným rozvojem zrakového vnímání)

Motorika

(Bednářová, 2008, 2010)

- Kreslení má velký význam pro později osvojovanou dovednost psaní.
- Grafomotorika se u předškolního dítěte rozvíjí v závislosti na mnoha psychomotorických funkcích – vliv na ni má mentální vyspělost dítěte, zrakové a prostorové vnímání, lateralita, paměť, pozornost, úroveň jemné a hrubé motoriky.
- Míra obratnosti motoriky má vliv i na rozvoj vnímání tělesného schématu, prostoru, zrakového vnímání apod. Nižší obratnost mluvidel se promítá do komunikační schopnosti a dovednosti.

Motorika

(Bednářová, 2008, 2010)

- Aby dítě mohlo kreslit a později psát, musí být schopno souhry (koordinace) zejména mezi okem a rukou (vizuomotoriky). Ta úzce souvisí s rozvojem jemné motoriky, grafomotoriky, zrakové diferenciace, zrakové analýzy a syntézy, prostorové orientace. Koordinace zraku a rukou má vliv na každodenní činnosti, sebeobsluhu, kreslení, psaní, zejména přepis textu a další.

Hrubá motorika

(Bednářová 2006, 2008, 2010)

- Základní pohyby při psaní a kreslení vychází z hrubé motoriky, z pohybu velkých kloubů.
- Pokud se žákovi kreslení nedáří, je potřeba se zaměřit nejdříve na hrubou motoriku a následně na jemnou motoriku.
- Z rozvoje hrubé motoriky vychází rozvoj jemné motoriky, z té pak rozvoj grafomotoriky.

Ukotvení rozvoje hrubé motoriky v RVP pro PV

(Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. 1. vydání. Praha: VÚP, 2006, S. 48)

Vzdělávací oblast *Dítě a jeho tělo*

Pedagog dítěti nabízí:

- lokomoční pohybové činnosti (chůze, běh, skoky a poskoky, lezení)
- nelokomoční pohybové činnosti (změny poloh a pohybů těla na místě)
- a jiné činnosti (základní gymnastika, turistika, sezónní činnosti, míčové hry apod.)

Ukotvení rozvoje hrubé motoriky v RVP pro PV

(Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. 1. vydání. Praha: VÚP, 2006, S. 48)

Vzdělávací oblast *Dítě a jeho tělo*

Očekávané výstupy:

- zachovávat správné držení těla
- zvládnout základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci, běžné způsoby pohybu v různém prostředí (zvládat překážky, házet a chytat míč, užívat různé náčiní, pohybovat se ve skupině dětí, pohybovat se na sněhu, ledu, ve vodě, v písce)
- koordinovat lokomoci a další polohy a pohyby těla, sladit pohyb s rytmem a hudbou
- vědomě napodobit jednoduchý pohyb podle vzoru a přizpůsobit jej podle pokynu

Jemná motorika

(Bednářová 2006)

Oblast jemné motoriky dítě rozvíjí v každodenních situacích v domácím prostředí:

- sebeobsluha; různé typy zapínání; běžné domácí práce (věšení prádla s použitím kolíčků, vaření – manipulace s kuchyňským náčiním apod.)
- práce s papírem (vytrhávání, stříhání, skládání, překládání)
- kreslení, malování, omalovávání, obkreslování, dokreslování
- modelování – různé druhy modelovací hmoty, práce s hlínou; puzzle, mikádo, stavebnice
- navlékání nebo třídění korálků a dalších drobných předmětů, zažehlovací korálky
- Mnoho činností je velmi atraktivních – široká nabídka bývá v papírnictví, tvořivých obchůdcích.

Jemná motorika

Rozvoj jemné motoriky zařazujeme vždy před grafomotorická cvičení.

v první etapě:

- procvičování prstů (tvoření špetky-solení, hra na piáno, psaní na počítači, Meleme, meleme kávu; Kámen, nůžky, papír; podávání rukou, mávání, tleskání, pleskání, mnutí rukou, mnutí palců, luskání prsty, dirigování apod.)

v druhé etapě:

- procvičování prstů ve spojení s říkankou

Jemná motorika – Trpaslík

(Synek, 2004, s. 48)

K trpaslíku na večeři,
přicházejí páni čtyři:
velký PI,
větší DI,
menší MU
a malý ŽÍK –
každý s nehtem jako nožík.
Trpaslíka pozdravují,
svoje jména opakují:
PI – DI – MU – ŽÍK,
PI-DI-MU-ŽÍK.

Ruka zavřená v pěst.
Natáhneme palec (ostatní prsty sevřené v dlani).
Natáhneme ukazovák.
Přidáme natažený prostředník.
Přidáme natažený prsteník.
Přidáme natažený malík.
Ruka zůstává otevřená.
Ruka zůstává otevřená.
Ruka zůstává otevřená.
*Konečky jednotlivých prstů se začínají dotýkat palce
v pořadí ukazovák, prostředník, prsteník, malík*

Jemná motorika – Ťukání

(Synek, 2004, s. 48)

Táta dupe: Dupy, dup.

Natažený palec poklepává na desku stolu.

Máma cupe: Cupy, cup.

Ukazovák poklepává na desku stolu.

Babka šlape: Šlapy, šlap.

Prostředník poklepává na desku stolu.

Děda klape: Klapy, klap.

Prsteník poklepává na desku stolu.

Vnouček ťape: Ťap, ťap, ťap.

Malík poklepává na desku stolu.

Dupy-dup, cupy-cup,
šlapy-šlap, klapy- klap,
ťap, ťap, ťap.

*Prsty pokračují v ťukání a střídají se
palec, ukazovák, prostředník,
prsteník, malík.*

Jemná motorika – nabídka aktivit

- roličky od toaletního papíru



Jemná motorika – nabídka aktivit

- roličky od toaletního papíru



Jemná motorika – nabídka aktivit

- roličky od toaletního papíru



Jemná motorika – nabídka aktivit

- roličky od toaletního papíru



Jemná motorika – nabídka aktivit

- krabičky od sýra



Jemná motorika – nabídka aktivit

- krabičky od sýra



Jemná motorika – nabídka aktivit

- provázky
- provlékání



Jemná motorika – nabídka aktivit

- poznávání předmětů hmatem



Grafomotorika

(Bednářová 2006)

- nácvik pocitu gumové ruky

Uvolňovací a rozcvičovací grafomotorické cviky mohou žáci vykonávat v této souslednosti:

- ve stojí na tabuli nebo na papír na zdi
- na papír položený na stole
- v kleče
- v sedě u stolu
- kresba do tácu s pískem, krupicí

Grafomotorika

(Bednářová 2006)

- kresba do tácu s pískem, krupicí



Anketa č. 2: Jaký je váš oblíbený způsob rozvoje grafomotoriky?

1. ve stoje na tabuli nebo na papír na zdi
2. na papír položený na stole
3. v kleče
4. v sedě u stolu
5. kresba do tácu s pískem, krupicí
6. jiný?

Zásady při práci s pracovním listem

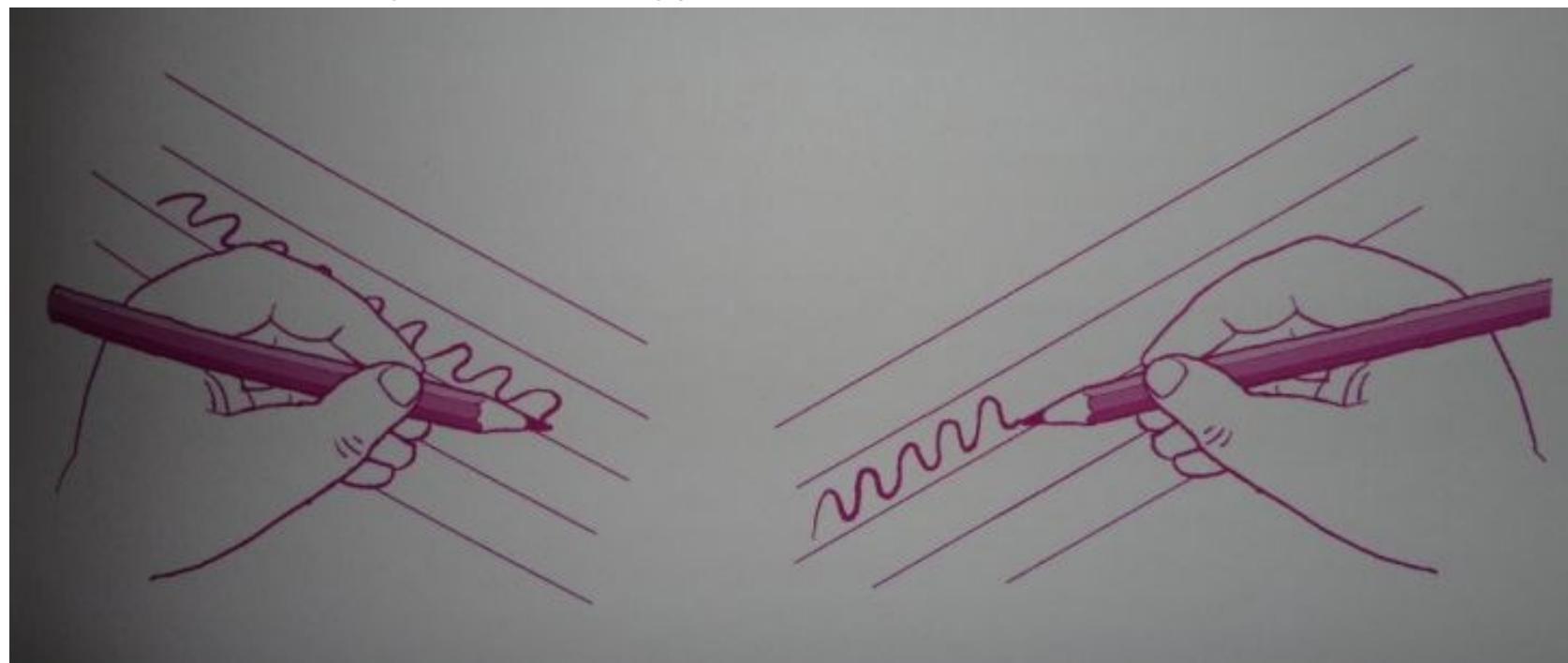
(Bednářová 2006):

- správné pracovní návyky při kreslení, psaní (volba vhodného psacího náčiní, sed, velikost stolu – židle, natočení papíru, držení tužky, směr tužky)
- postup tužky/tah zleva doprava
- uvolňovací cvik či grafomotorický prvek je možno samotným kreslením kreslit prstem do vzduchu
- tah je plynulý a spíše rychlejší než pomalejší (plynulost tahu je zvyšována opakovaným tahem)
- jde nám zejména o plynulost na úkor přesnosti

Zásady při práci s pracovním listem

(Bednářová 2006):

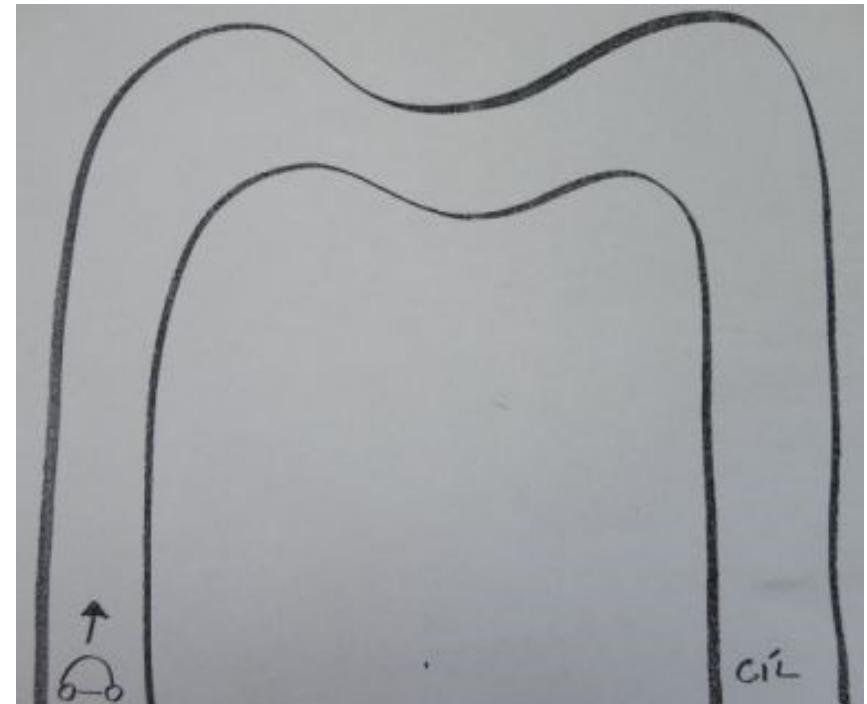
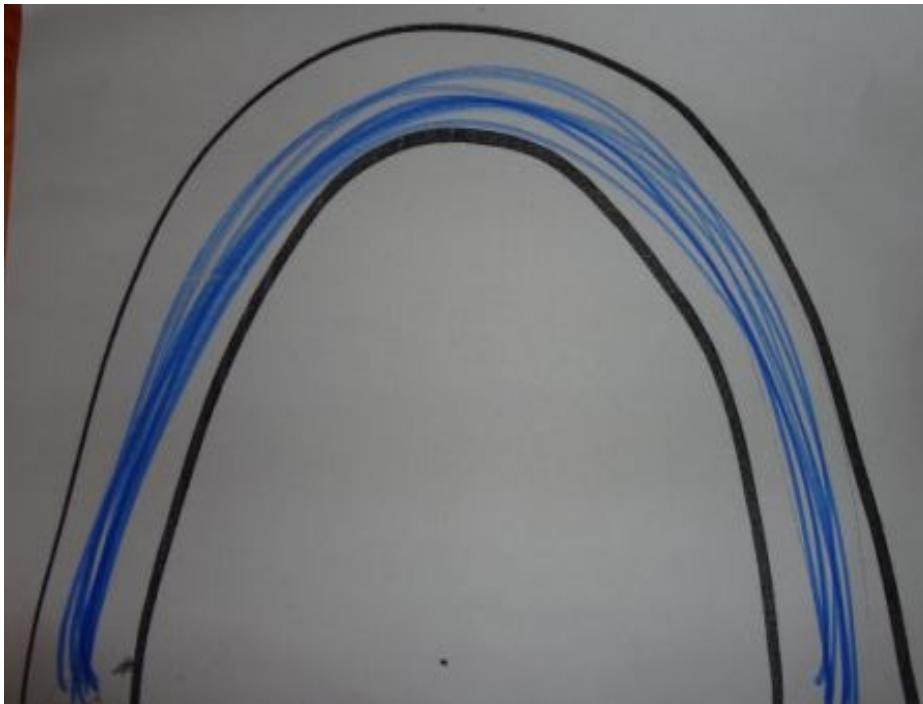
- správné pracovní návyky při kreslení, psaní (volba vhodného psacího náčiní, sed, velikost stolu – židle, natočení papíru, držení tužky, směr tužky) (Zdroj: Bednářová 2012: Na návštěvě u malíře – s. 63)



Uvolňovací grafomotorické cviky

(Bednářová 2006):

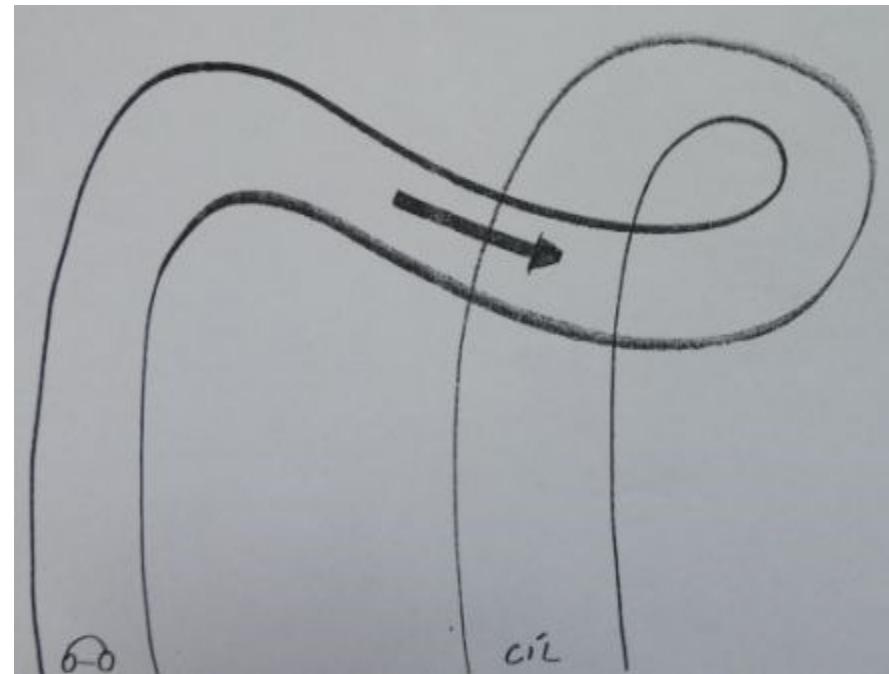
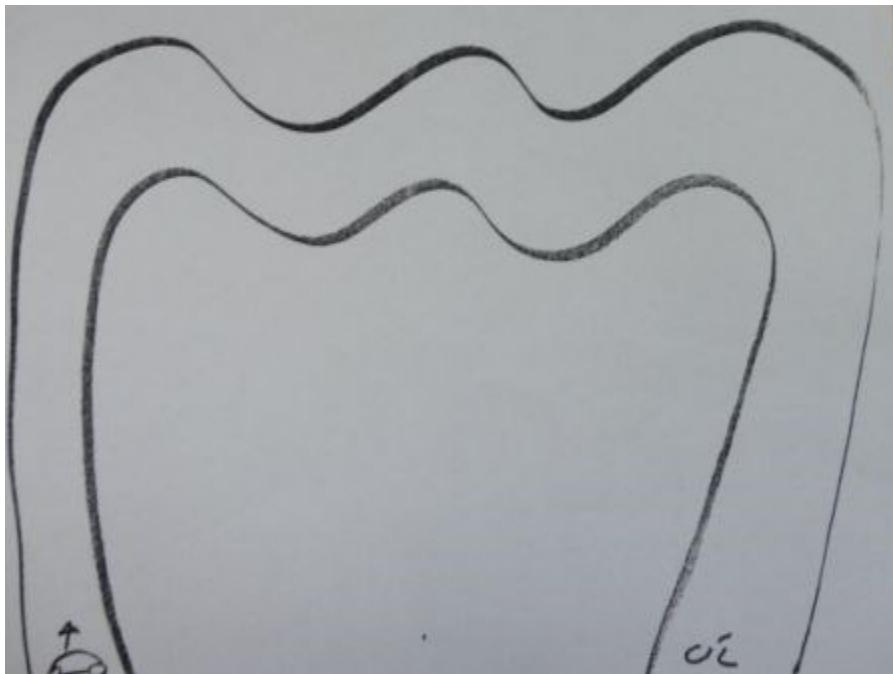
- I. skupina – závodní dráhy



Uvolňovací grafomotorické cviky

(Bednářová 2006):

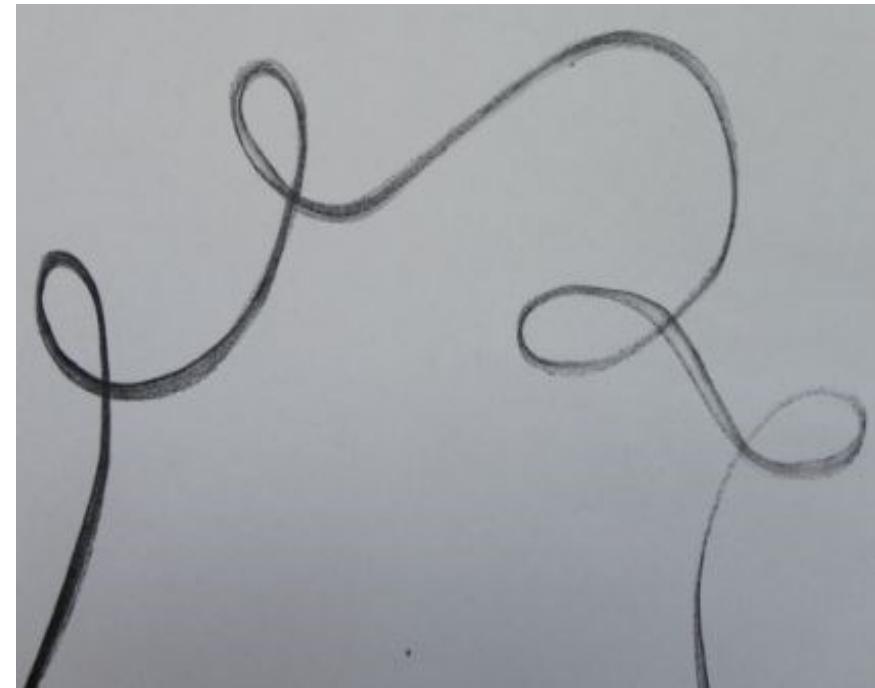
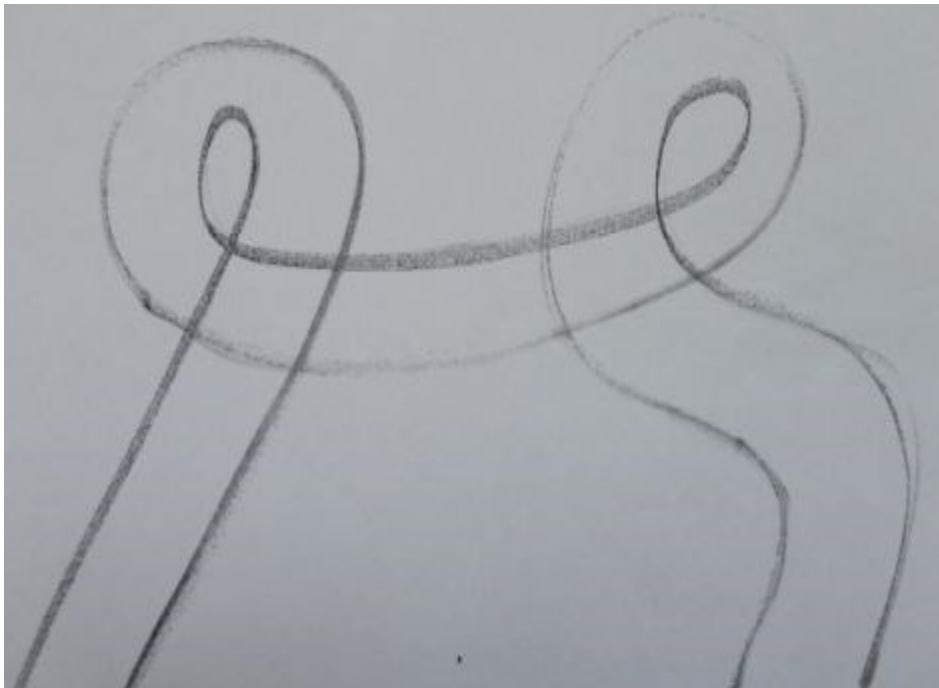
- I. skupina – závodní dráhy



Uvolňovací grafomotorické cviky

(Bednářová 2006):

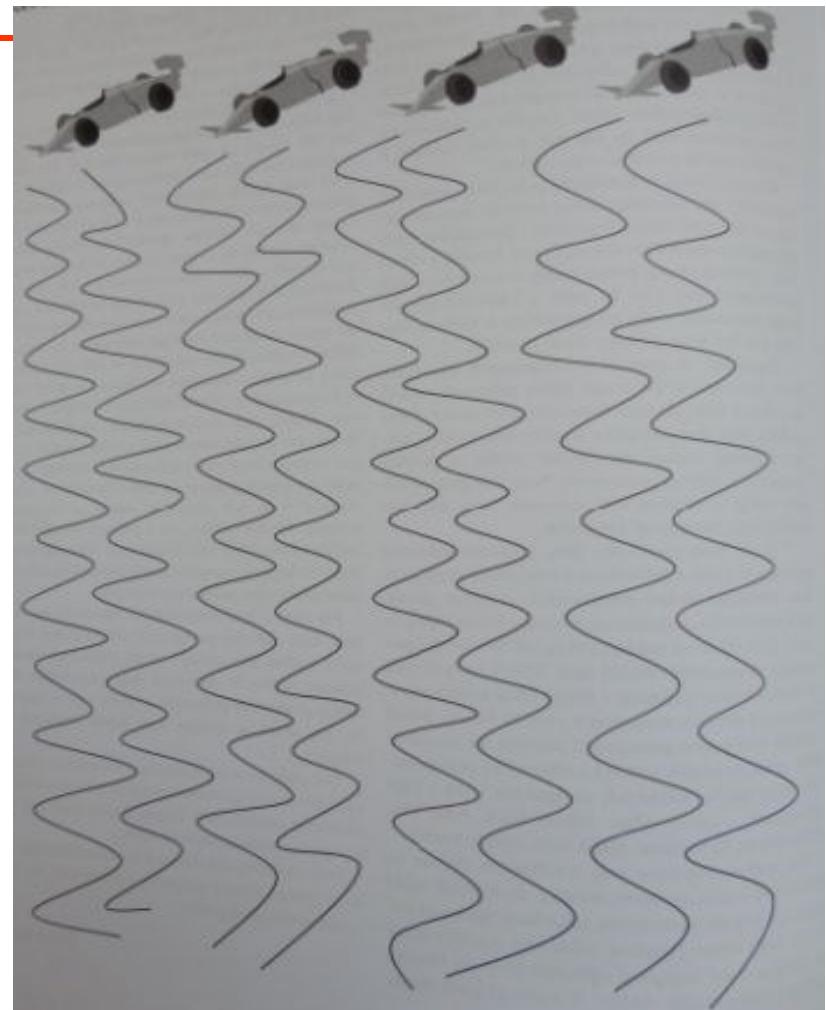
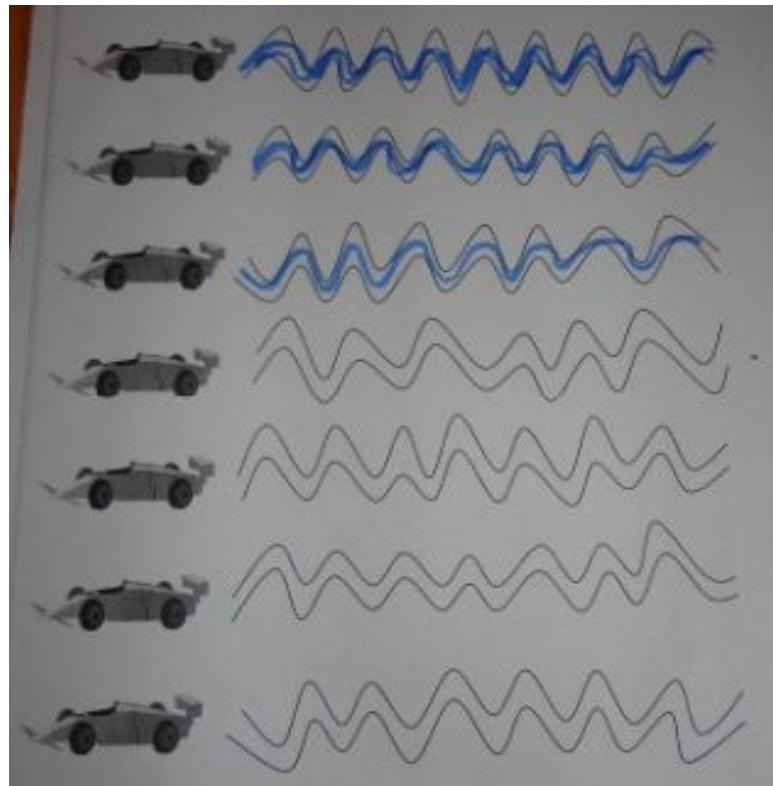
- I. skupina – závodní dráhy



Uvolňovací grafomotorické cviky (Bednářová 2006)

(Zdroj: Svoboda, 2009.: Cvičení pro rozvoj jemné motoriky, s. 7,9)

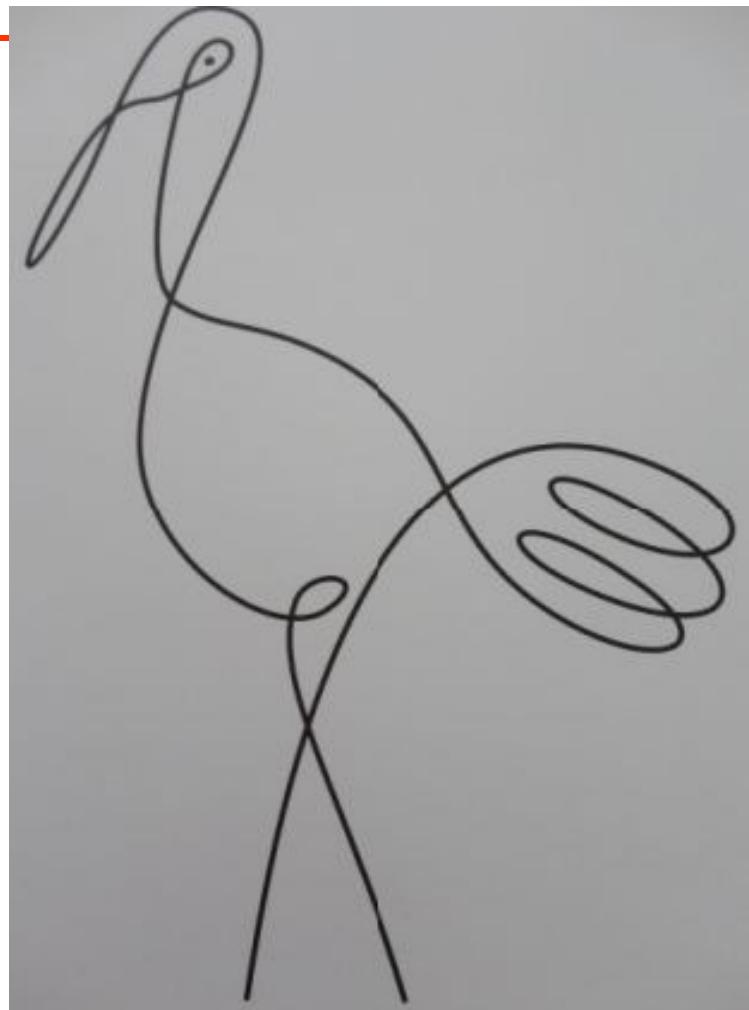
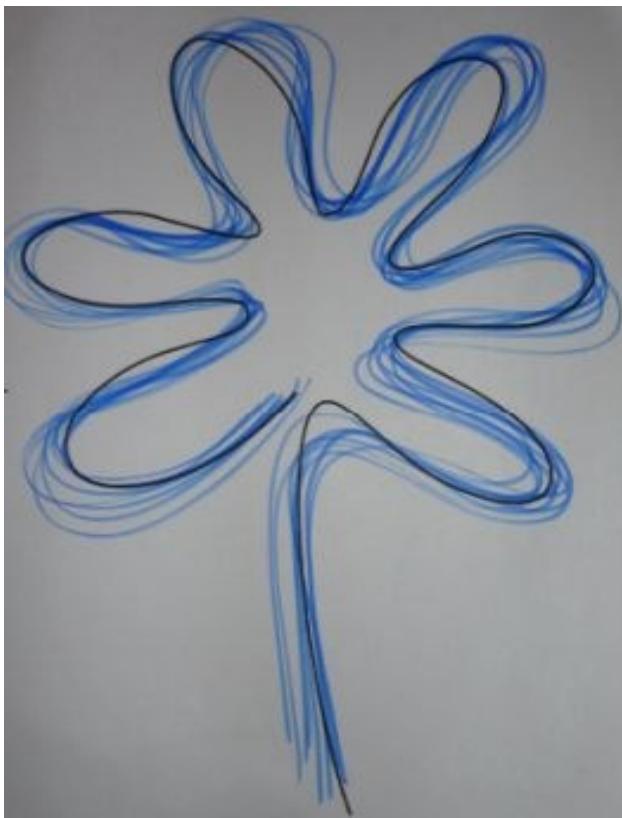
- I. skupina – závodní dráhy



Uvolňovací grafomotorické cviky (Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová, 2009.: Jedním tahem, s. 4, 19)

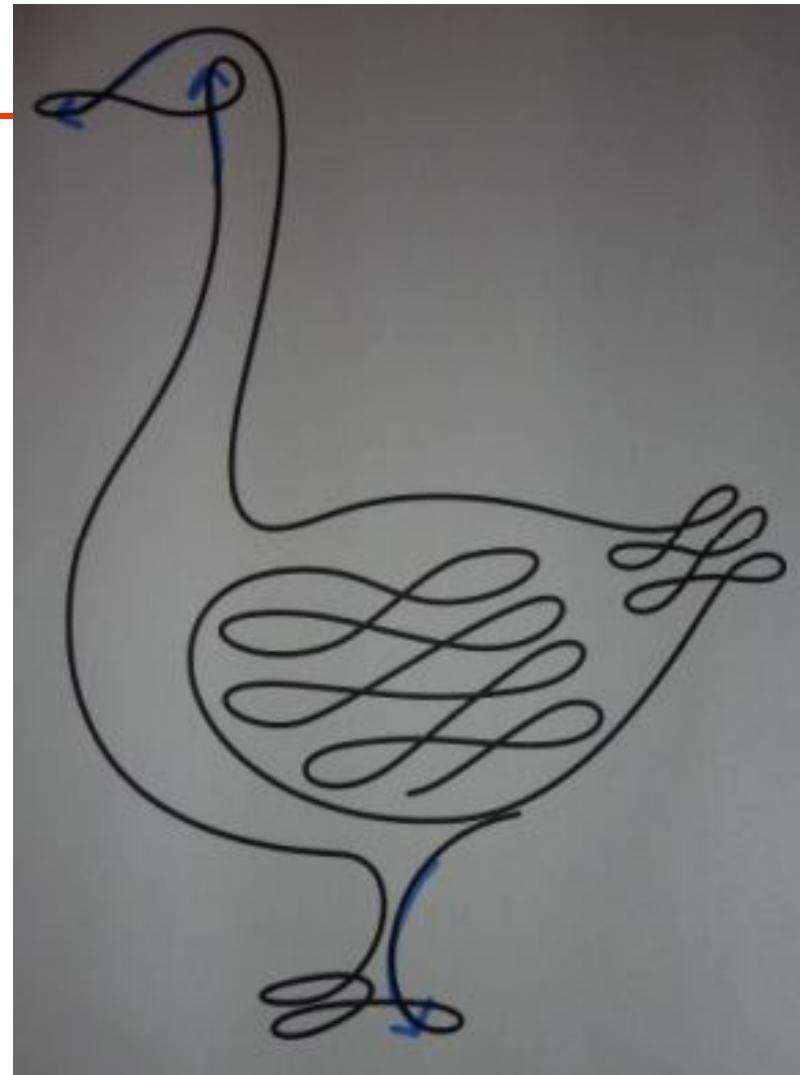
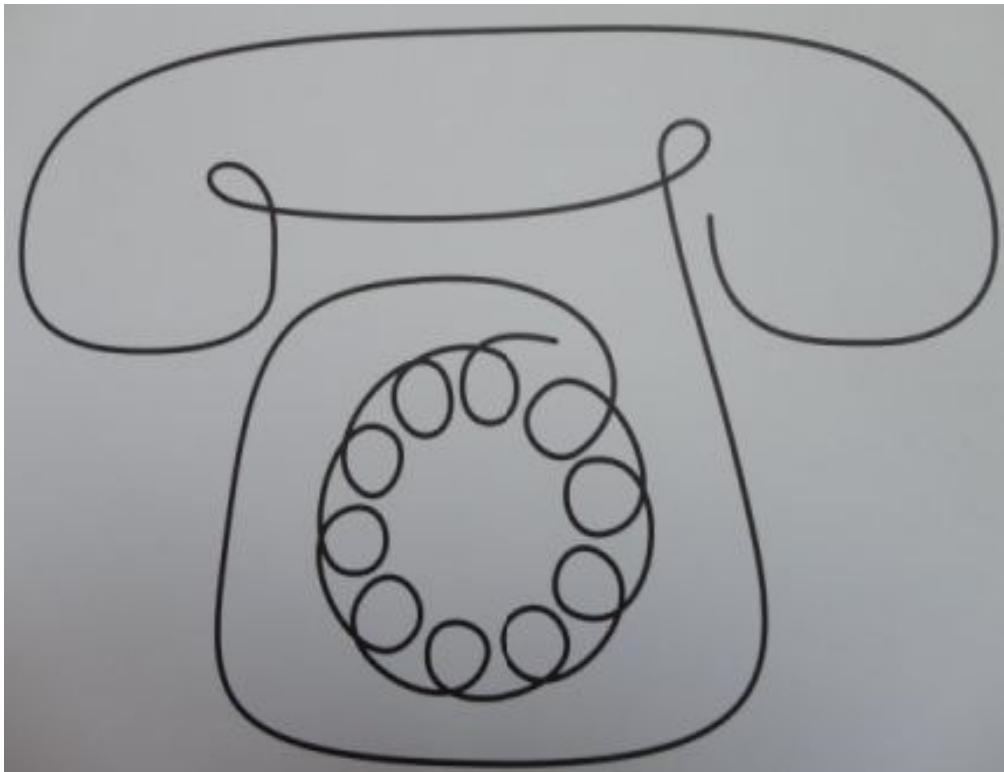
- II. skupina – jednotažky, kruhy



Uvolňovací grafomotorické cviky (Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová, 2009.: Jedním tahem, s. 52, 53)

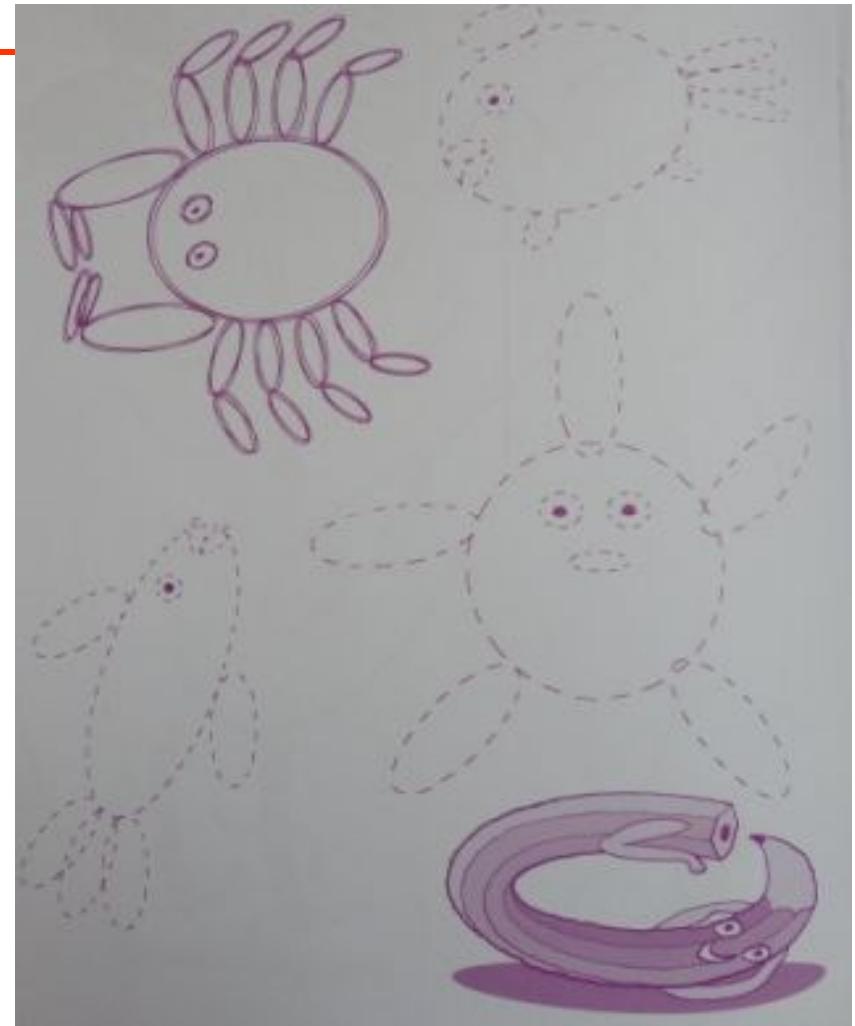
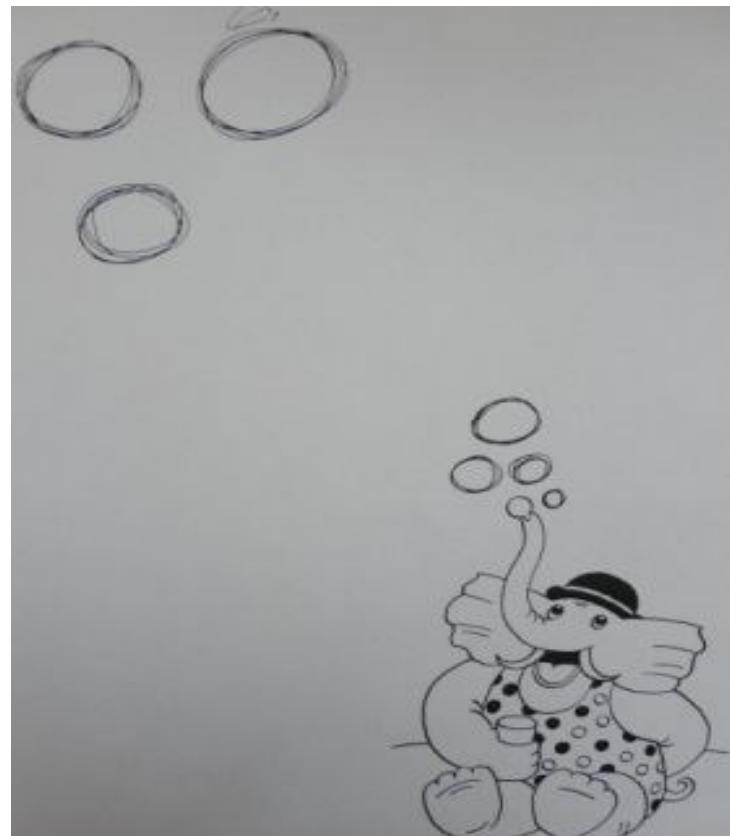
- II. skupina – jednotažky, kruhy



Uvolňovací grafomotorické cviky (Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová, 1998.: Kreslení před psaním - s. 2; Bednářová 2012: Na návštěvě u malíře – s. 8)

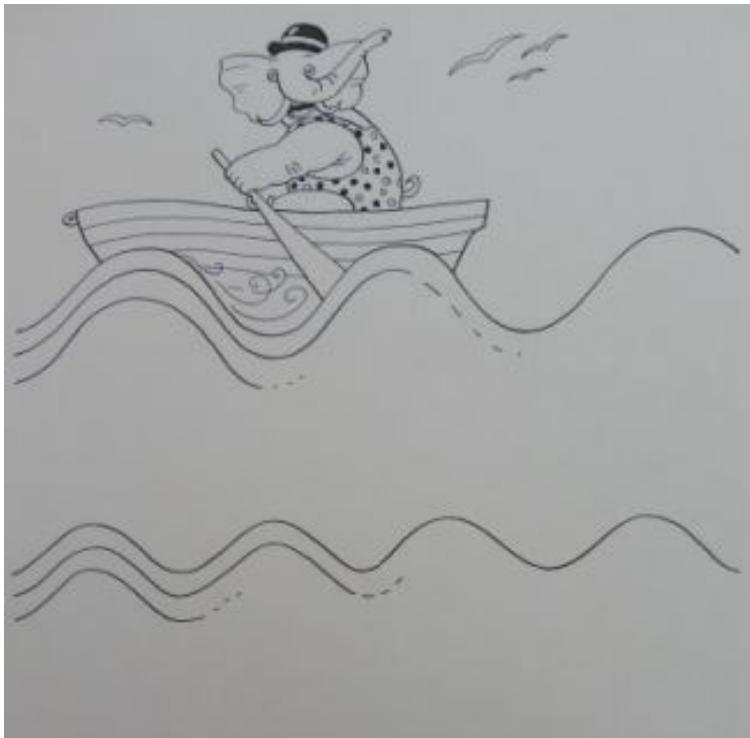
- II. skupina – jednotažky, kruhy



Uvolňovací grafomotorické cviky (Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová, 1998.: Kreslení před psaním - s. 6, 7)

- III. skupina – (grafomotorické prvky, ze kterých se skládá písmo)

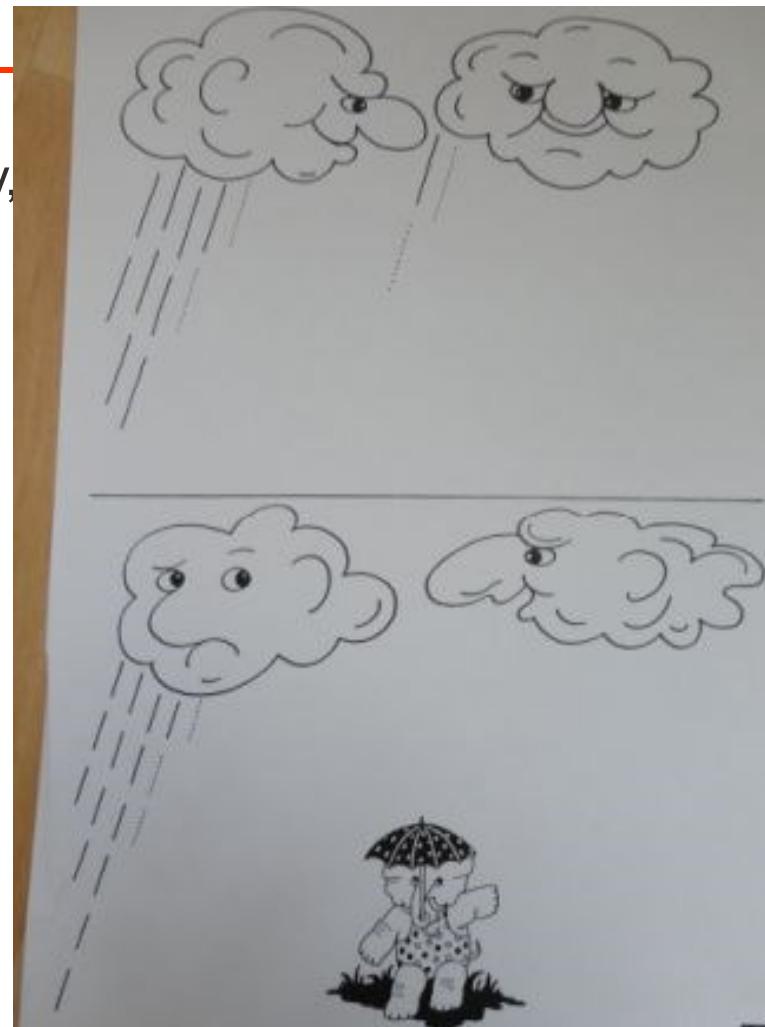
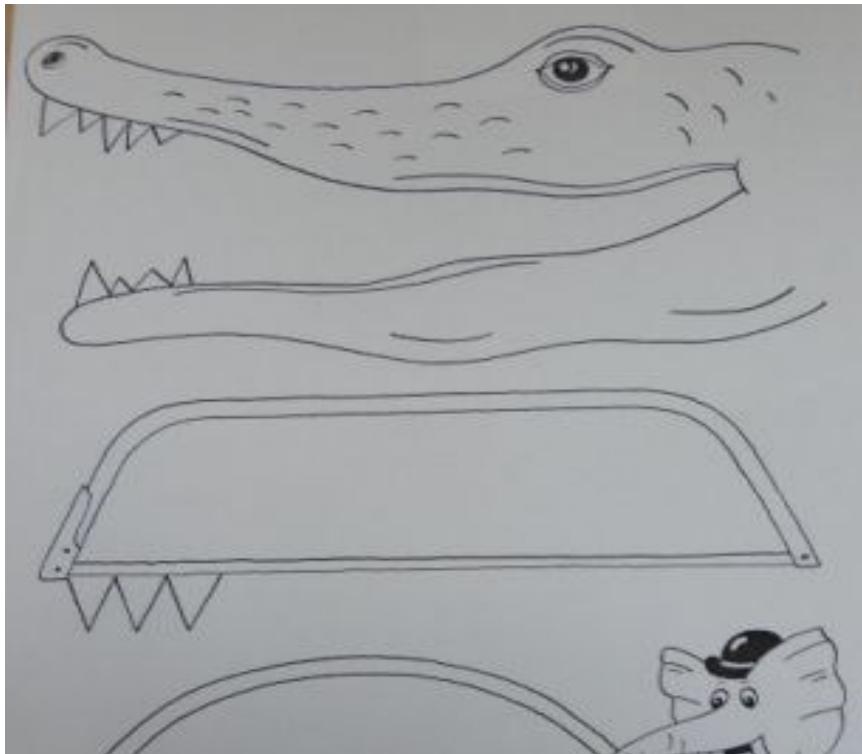


Uvolňovací grafomotorické cviky

(Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová, 1998.: Kreslení před psaním - s. 9, 8)

- III. skupina – (grafomotorické prvky, ze kterých se skládá písmo)

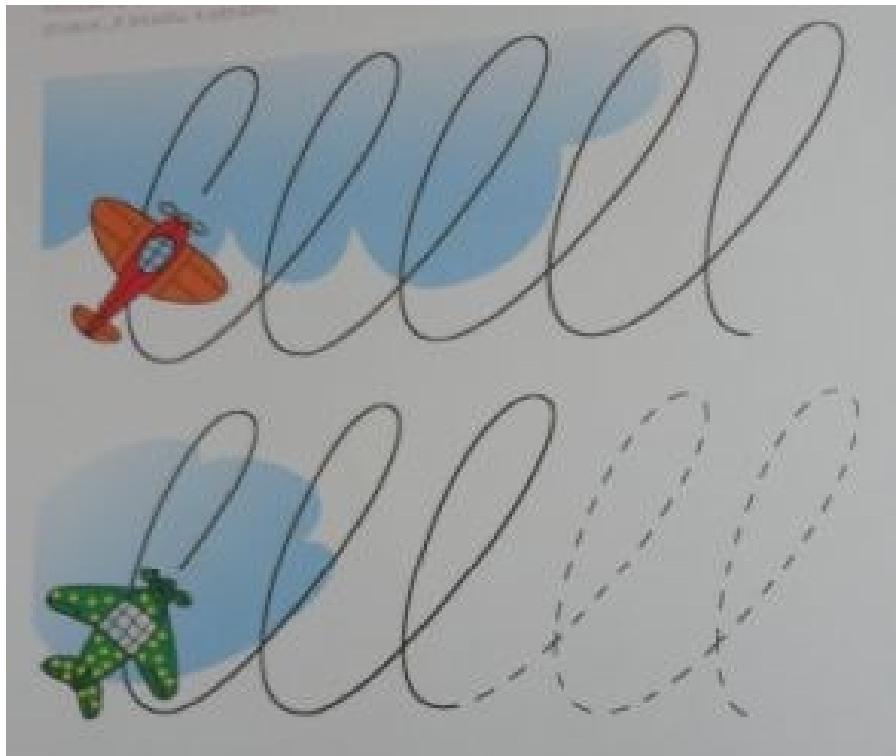


Uvolňovací grafomotorické cviky

(Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová 2012: Na návštěvě u malíře – s. 10, 14)

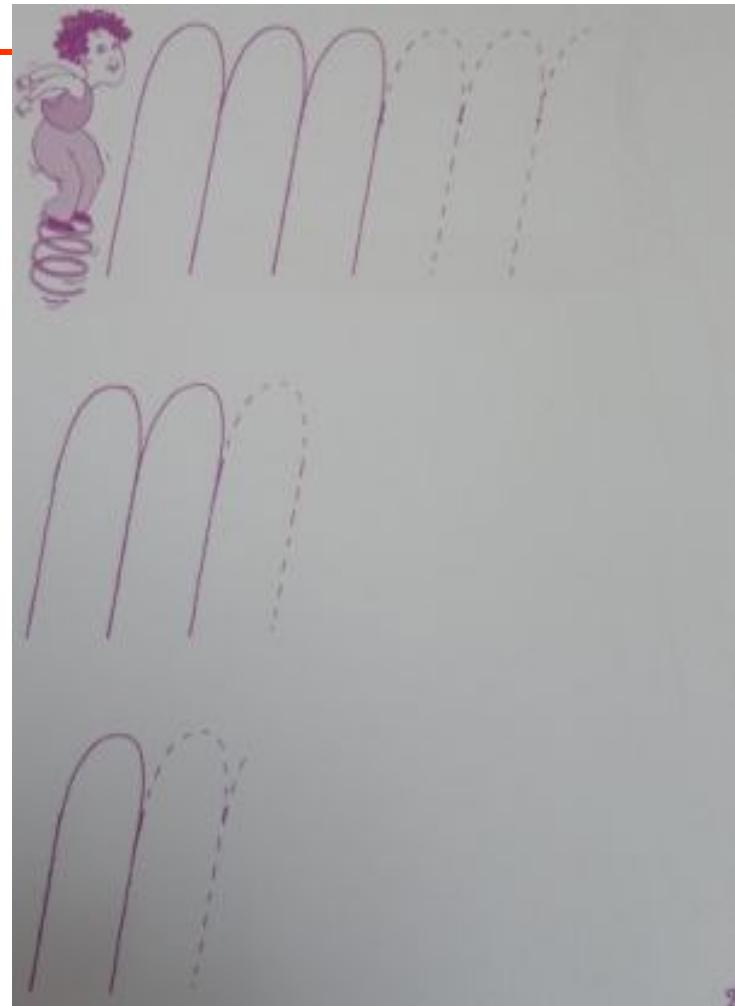
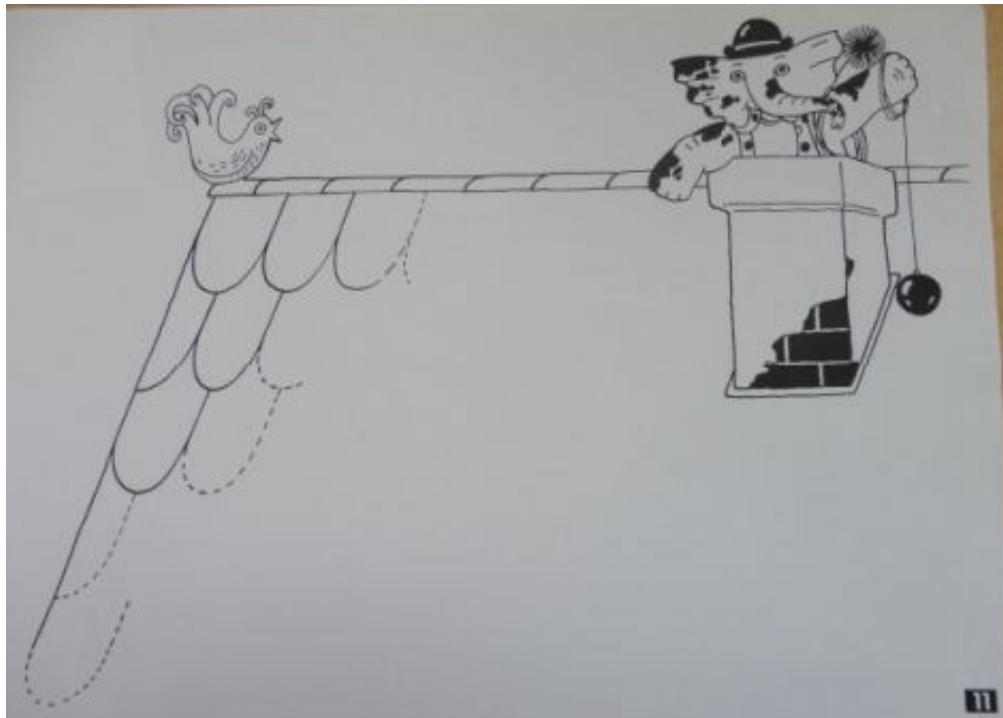
- III. skupina – (grafomotorické prvky, ze kterých se skládá písmo)



Uvolňovací grafomotorické cviky (Bednářová 2006)

(Zdroj: Bednářová 2012: Na návštěvě u malíře – s.23; Bednářová, 1998.: Kreslení před psaním - s. 11)

- III. skupina – (grafomotorické prvky, ze kterých se skládá písmo)



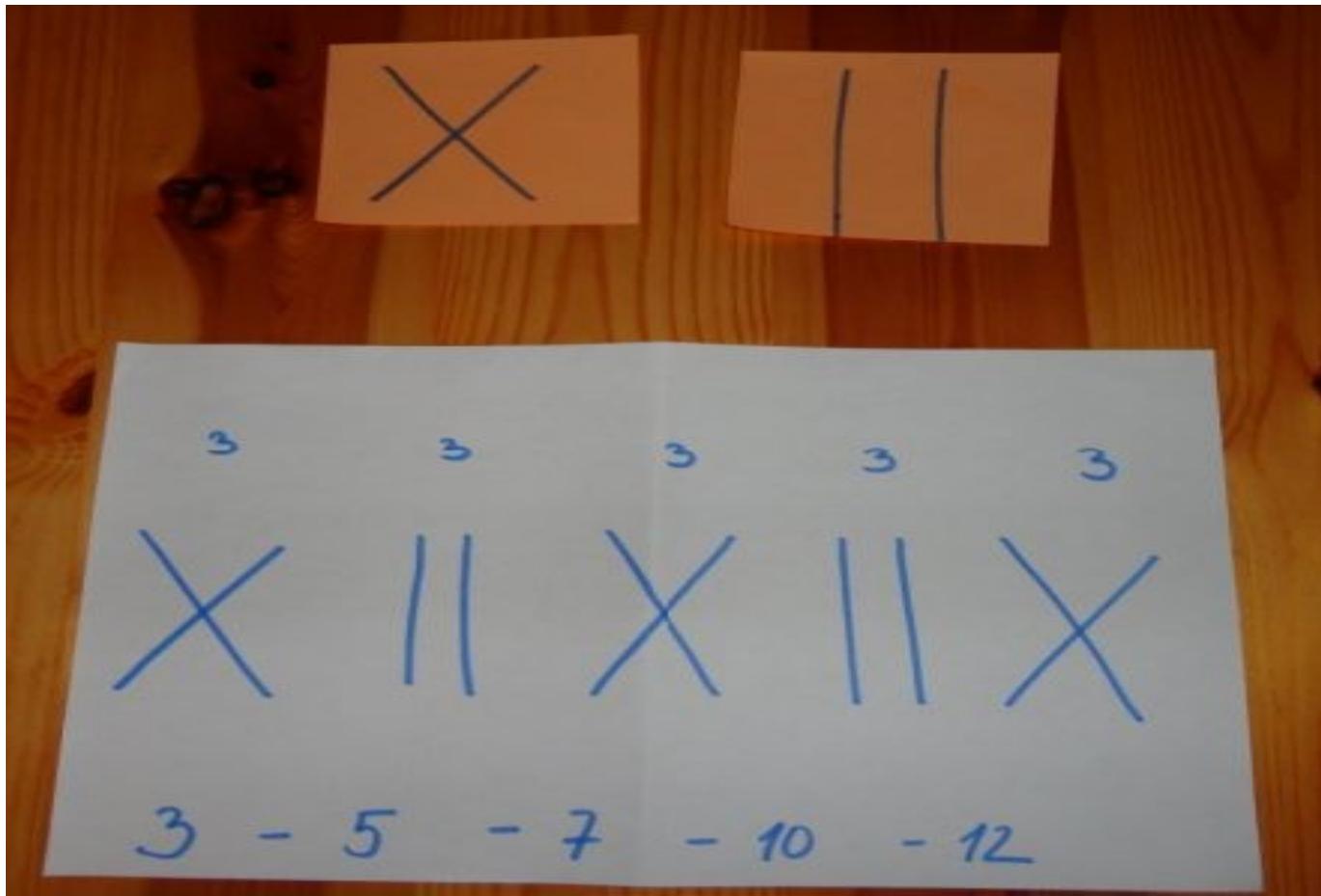
Anketa č. 3: Jaký grafomotorický prvek je podle vašich zkušeností pro předškoláky obtížný?

1. spirála (šnek)
2. vlnovka (vlny)
3. šikmá čára (déšť)
4. změna směru vedení čáry (zuby)
5. horní smyčka (šňůra od telefonu)
6. spodní smyčka (šňůra od telefonu)
7. horní oblouk s vratným tahem (skákání)
8. spodní oblouk s vratným tahem (tašky na střeše)

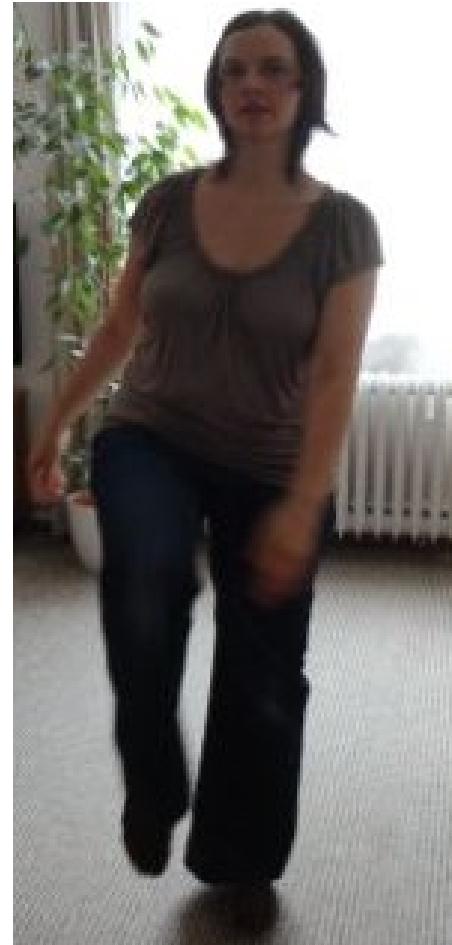
Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové

- 3 měsíce, zapojení obou hemisfér, nácvik denně
- X II X II X : 3-5-7-10-12, postupně se přidává
- křížení a švestky, po 6 týdnech ležaté osmičky
- kontrola 2x - po 6T a 6T nebo po 1 měsíci
- kříží i dospělý a říká nahlas (nebo kartičky), zpočátku lze v sedě

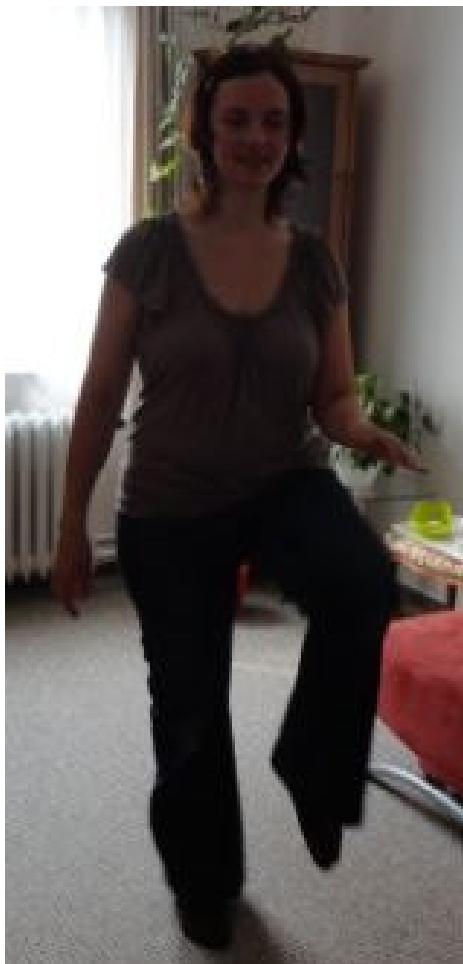
Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové



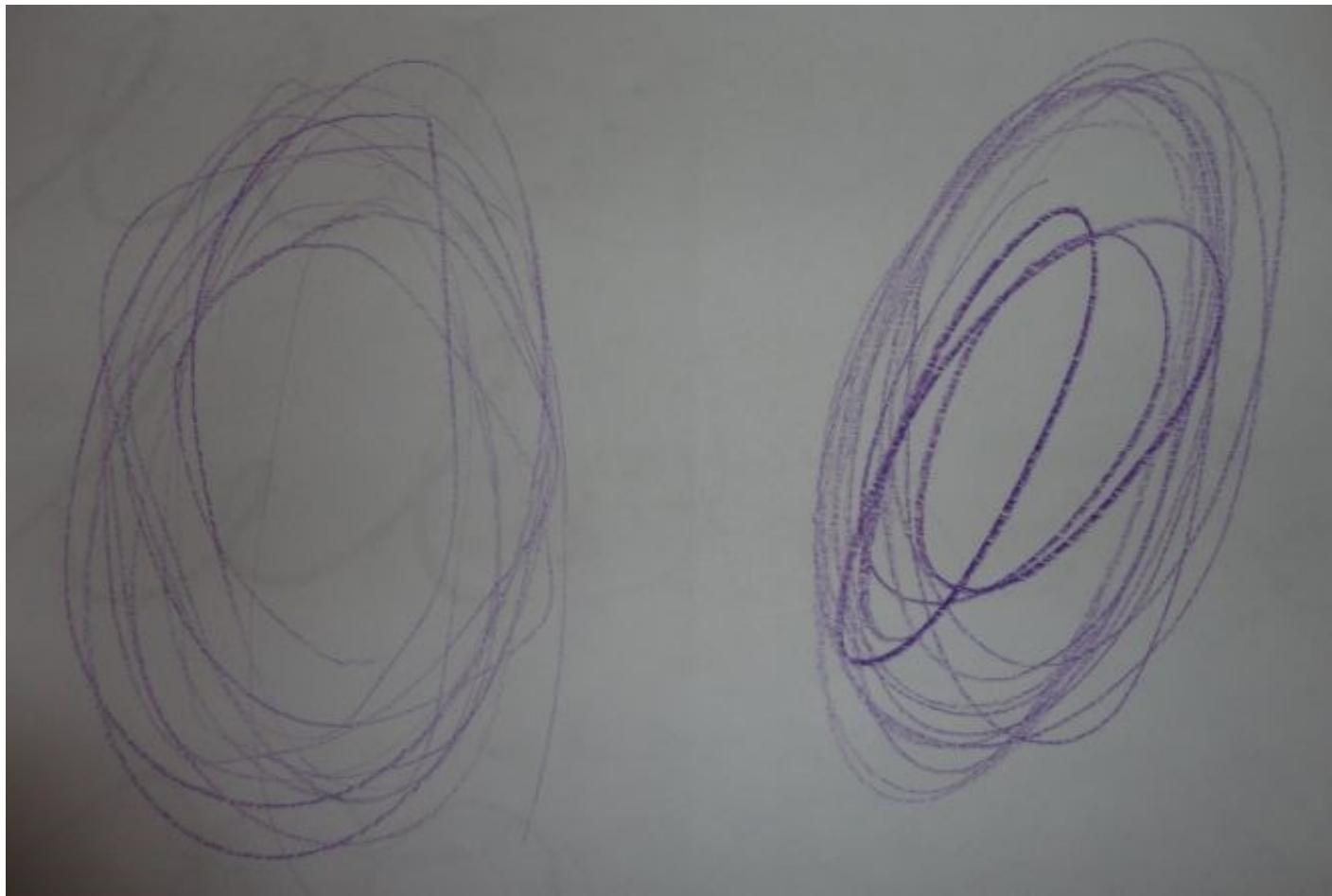
Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové – „křížem“



Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové – „rovně“



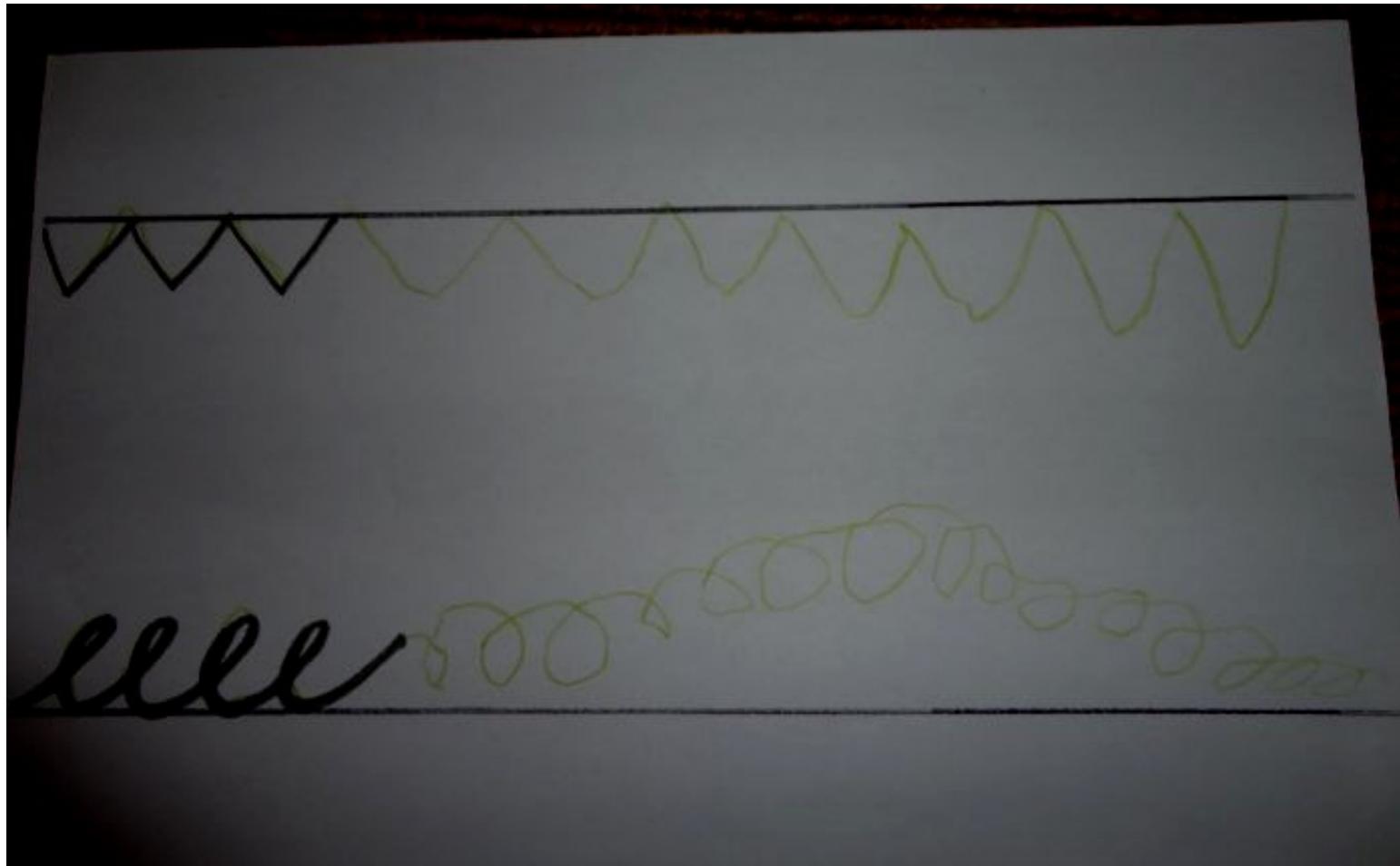
Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové – „švestky“



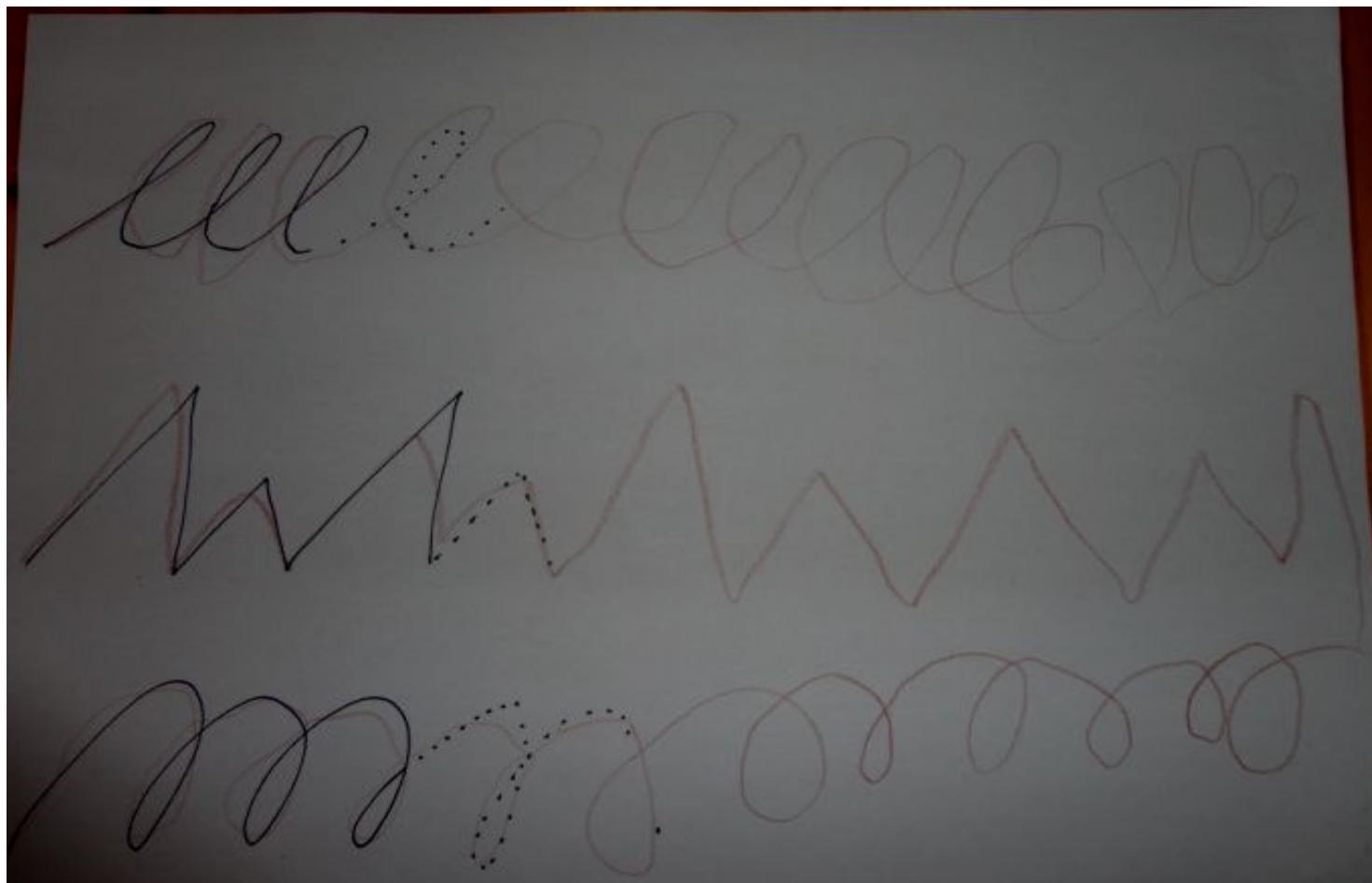
Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové – „ležaté osmičky“



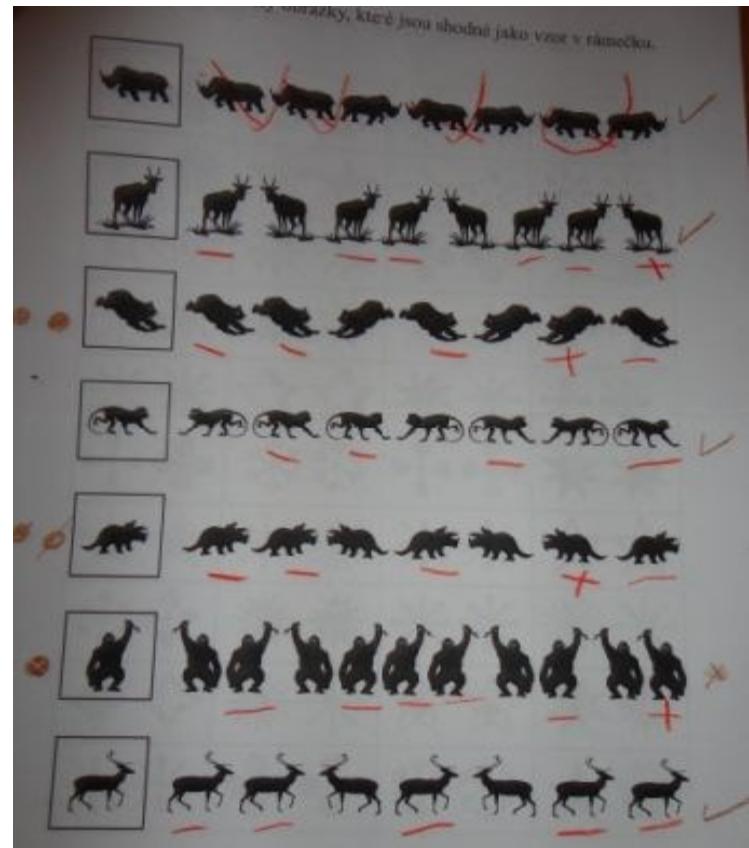
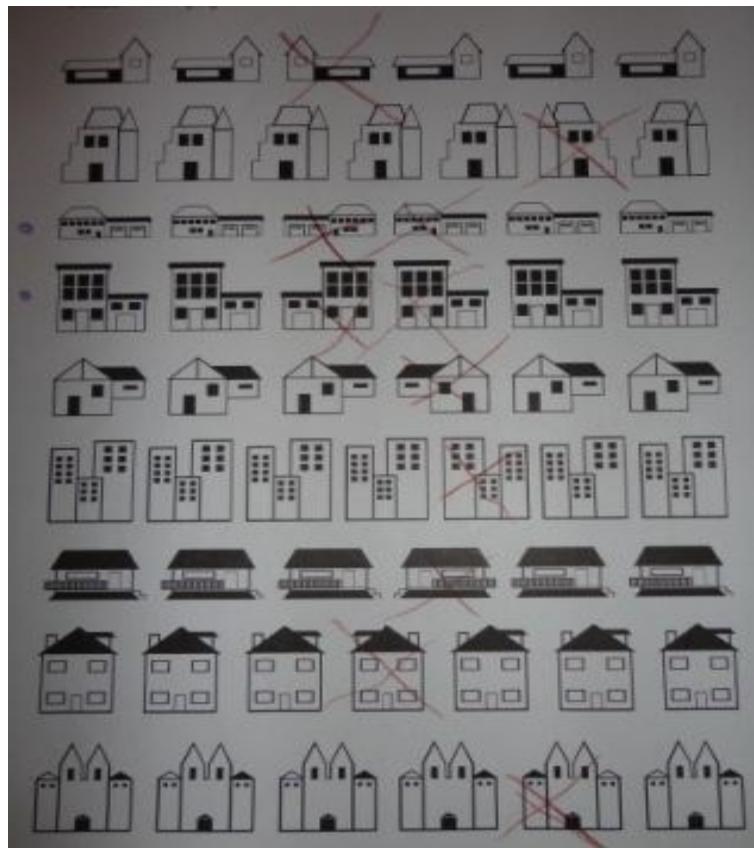
Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové – před křížením



Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové kontrola po 6 T



Metoda KŘÍŽENÍ od Pavelové



Zdroj: Bednářová 2010, Zrakové vnímání, s. 22, 32.

Kresba postavy

Obsah:

- obličejobré části: uši, oči, nos, ústa
- pokrývka hlavy
- tělo, uzavřený trup, náznak krku
- ruce a nohy s prsty
- naznačení pohlaví

Kresba postavy



Oslabení motoriky se může u dítěte projevovat:

(Bednářová, 2010)

- zúženým výběrem tělesných aktivit v důsledku pohybové neobratnosti
- narušeným zapojením do kolektivu - sdílení aktivit s ostatními vrstevníky, může vést až k nežádoucím způsobům chování (dítě volí jiný, nežádoucí způsob k získání pozornosti)
- neobratností v jemných pohybech - může vést při hře k nespokojenosti, přerušování hry, přebíhání mezi aktivitami
- nižší obratnosti mluvidel - ovlivňuje komunikační schopnosti a dovednosti
- vliv na rozvoj vnímání – vnímání tělesného schématu, prostoru, zrakového vnímání a další,
- potížemi ve psaní – úprava, čitelnost, rychlosť psaní, ovlivnění obsahu psaného.

Použitá a doporučená literatura:

- BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDA, R. : *Jedním tahem*. DYS-centrum, Praha 2009.
- BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V.: *Rozvoj grafomotoriky*. Computer press, Brno 2006. ISBN 80-251-0977-1.
- BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDA, R.: *Kreslení před psaním*. PPP, Brno 1998.
- PILAŘOVÁ, M: *Šimonovy pracovní listy-grafomotorická cvičení*. Portál, Praha 2002. ISBN 80-7178-659-4.
- MLČOCHOVÁ, M.: *Šimonovy pracovní listy – dokreslování, uvolňovací cviky*. Portál, Praha 2005. ISBN 80-7367-004-6.
- BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V.: *Diagnostika dítěte předškolního věku*. Computer Press, Brno 2008. ISBN 978-80-251-1829-0.

Použitá a doporučená literatura:

- STASSMEIER, W.: *260 Cvičení pro děti raného věku*. Praha: Portál 1996. ISBN 80-85282-87-9.
- GARDINOVÁ, N.: *Krátké hry pro dlouhé chvíle*. Praha: Portál 1996. ISBN 80-7178-104-5.
- RAABE, J.: *Metodické listy pro předškolní vzdělávání*. Praha: 1999. *Motorické listy pro předškolní vzdělávání, květen 2000.* PhDr. Ivana Rádková, CSc. – *Hry s prsty (náměty pro rozvoj jemné motoriky)*
- RÁDKOVÁ, I.: *Motorické listy pro předškolní vzdělávání – Hry s prsty (náměty pro rozvoj jemné motoriky)*. Květen 2000.

Použitá a doporučená literatura:

- *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. 1. vydání. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2006. 48 s. [cit. 2012-05-22]. ISBN 80-87000-00-5.
- BEDNÁŘOVÁ, J.,: *Na návštěvě u malíře – Grafomotorická cvičení a rozvoj kresby pro děti od 5 do 7 let*. Edika, Brno 2012. ISBN 978-80-266-0047-3.
- SVOBODA, P.,: *Cvičení pro rozvoj jemné motoriky a psaní*. Portál, Praha 2009. ISBN 978-80-7376-545-5.
- BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V.: *Školní zralost*. Computer Press, Brno 2010. ISBN 978-80-251-2569-4.

Děkujeme za pozornost

**Mgr. Petra Pšeničková, DiS.,
speciální pedagog**

- e-mail: psenickova.petra@centrum.cz
- **Odborná pedagogická poradna – poradenství pro rodiče,
žáky a pedagogy (osobní i e-mailové konzultace)**
- RC Slunečnice Beroun, Bezručova 928, Komunitní centrum, 2.p
- www.rcslunechnice.cz



Šíření prezentace je možné pouze s písemným souhlasem autorky.