

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky a psychologie

Možnosti rozvoje grafomotoriky u dětí předškolního věku

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Jana Kouřilová

Autor:

Jitka Kopnická

České Budějovice

2010

Prohlašuji, že jsem předkládanou bakalářskou práci vypracovala zcela samostatně a veškerou literaturu jsem uvedla v seznamu použité a citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě, elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

V Českých Budějovicích 31. 3. 2010

.....

Děkuji vedoucí bakalářské práce, Mgr. Janě Kouřilové, za rady, připomínky a metodické vedení práce.

Anotace:

Bakalářská práce se zabývá rozvojem grafomotorických dovedností a správných pracovních návyků při kreslení a psaní u předškolních dětí. Teoretická část charakterizuje specifika předškolního věku, zmiňuje důležitost rozvoje motoriky a upozorňuje na některé programy pro rozvoj grafomotoriky a zásady při rozvoji grafomotoriky. Výzkumná studie je založena na dlouhodobém sledování systematického rozvíjení grafomotorických dovedností dětí předškolního věku, přičemž pozornost byla věnována především rozvoji správných pracovních návyků, úchopu tužky a zvládnutí různě obtížných grafomotorických prvků (cviků).

Klíčová slova:

předškolní věk, grafomotorika, kresba, rozvoj grafomotoriky

Summary:

The Bachelor work deals with the developing of the graphomotorical skills and the right working habits of the preschool-aged children while writing and drawing. The aim of the theoretical part is to determine all specifications and to emphasize the importance of motoric development of preschool-aged children. There are some programmes depicted for graphomotoric development and its specific principles. The research study is based on long term surveillance of systematic development of the graphomotoric abilities of the preschool-aged children, where the main priority is given to proper working habits, the appropriate grasp of pencil and its technique and managing of different level of graphomotoric elements (practices).

Key words:

preschool-aged, graphomotoric, drawing, graphomotoric development

OBSAH

Úvod	8
I. Teoretická část.....	9
1 Obecná charakteristika předškolního věku	9
2 Motorika.....	10
2.1 Vývoj motoriky ruky	10
2.2 Rozvoj hrubé motoriky.....	11
2.3 Rozvoj jemné motoriky ruky.....	11
2.4 Grafomotorika.....	13
2.4.1 Některé programy k rozvoji grafomotoriky.....	13
2.5 Vývoj grafického projevu dítěte	14
3 Vývoj laterality.....	16
4 Pracovní návyky při kreslení a psaní	17
4.1 Výběr kreslicích a psacích potřeb	18
4.2 Poloha těla při kreslení a psaní	18
4.3 Úchop psacího náčiní	19
4.4 Postavení ruky při kreslení a psaní	19
4.5 Uvolnění ruky při kreslení a psaní	20
5 Zásady při rozvoji grafomotoriky – shrnutí	21

II. Praktická část.....	23
1 Cíl výzkumu	23
2 Hypotézy	23
3 Metoda nácviku grafomotoriky	24
3.1 Přípravná fáze	26
3.2 Procvičování grafomotorických cviků	26
4 Popis vzorku	27
5 Organizace výzkumu	30
5.1 Podmínky	30
5.2 Průběh nácviku grafomotoriky	30
5.2.1 Porovnání skupin před započítím cvičení grafomotoriky	31
5.2.2 Průběh nácviku	32
5.2.3 Srovnání výsledků	35
5.3 Interpretace	37
5.4 Závěr výzkumné části.....	38
6 Závěr.....	40
Seznam použité a citované literatury a jiné zdroje:.....	41
Seznam příloh	43

Úvod

Prvním rokům života dítěte, do kterého spadá také předškolní věk, je přisuzován velký význam. Vývoj v tomto období probíhá nejdynamičtěji z celého života člověka. Jednoznačně je přijímán fakt, že dítě se už v předškolním období vzdělává. Mateřská škola se významnou měrou podílí na přípravě dítěte na povinnou školní docházku.

Cílem předškolního vzdělávání je, aby si dítě od útlého věku (dle svých možností) osvojovalo základy klíčových kompetencí, o kterých se píše v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání, aby si osvojilo některé poznatky a dovednosti předcházející čtení a psaní. Rozvoj zájmu o psanou podobu jazyka by měl být jednou z priorit předškolního vzdělávání. Cílem předškolní výchovy rozhodně není naučit dítě předem číst a psát, ale zajistit mu především maximální a harmonický rozvoj schopností, které umožní, aby bylo při výuce čtení a psaní (až přijde čas) bez větší námahy úspěšné.

Nedostatky v grafomotorice způsobené malou příležitostí kreslit se v dnešní době vidí už jen výjimečně. Některé děti však kreslení nijak zvlášť nepřitahuje, spíše mají tendenci jen vybarvovat. Může to ale také znamenat, že se dítě vyhýbá tomu, co mu nejde. Česká škola má však stále v prvních ročnících značné požadavky na grafomotorické dovednosti, zejména na psaní. Přitom právě kreslení a s ním spojené správně zažitě pracovní dovednosti jsou důležité jako nezbytná a nenahraditelná příprava pro psaní. Úroveň grafomotorických projevů souvisí s vývojem motoriky, s úrovní rozvoje rozumových schopností a s motorickou a senzomotorickou koordinací.

Domnívám se, že rozvoj kresby a grafomotorických cviků je jeden z nejdůležitějších úkolů pro přípravu dítěte na zdárný vstup do 1. třídy základní školy. Proto se ve svém výzkumu pokusím zjistit, zda správné pracovní návyky, systematičnost a vhodná motivace při rozvíjení grafomotoriky předškolních dětí povedou k rozvoji grafomotoriky. Mám v úmyslu porovnat, jak rozdílný bude tento rozvoj u dětí, které jsou v rámci mateřské školy v grafomotorice dlouhodobě trénovány, a u dětí, s jejichž rozvojem grafomotoriky se v předškolním věku teprve začíná.

I. Teoretická část

1 Obecná charakteristika předškolního věku

Předškolní věk dítěte trvá od 3 do 6-7 let. Konec této fáze není určen jen fyzickým věkem, ale především sociálně, nástupem do školy. Předškolní období je charakteristické diferenciací vztahu dítěte k okolnímu světu. V jeho poznání dítěti pomáhá představivost, která je fází fantazijního zpracování informací a intuitivního uvažování, které ještě není regulováno logikou. Předškolní dítě bývá velmi emotivní, soustředěné na sebe, ulpívá na událostech a znacích, které ho zaujmou. Významnou neverbální symbolickou funkcí je kresba, která se rozvíjí od fantazijního způsobu zpracování tématu k realistickému pojetí. Důležitá je symbolická hra, která dítěti umožňuje přijatelným způsobem zvládnout problematické situace. Vyvíjí se všechny složky paměti, rozvoj epizodické paměti pozitivně ovlivňuje schopnost zformulovat vlastní zážitky verbálně. V emoční oblasti je důležitý rozvoj emoční inteligence, porozumění vlastním i komplexnějším emocím a citovým projevům jiných lidí. Charakteristickým znakem předškolního období je postupné odloučení se od rodiny a uplatnění se ve skupině vrstevníků (Vágnerová, 2005).

Kucharská (2004) upozorňuje na změnu kvality motoriky dítěte. Zlepšuje se celková obratnost i koordinace jednotlivých pohybů, které jsou přesnější, cílenější, rytmičtější. Spolu s nimi se rozvíjí i pohybová paměť. Dítě je také vytrvalejší, často zkouší určitou dovednost tak dlouho, dokud není spokojeno. V tomto věku se také mění proporce dítěte – nohy a ruce se vzhledem k tělu prodlužují.

Podle Matějčka (2005) dítě v tomto období vyspívá po všech stránkách – tělesně, pohybově, intelektově, citově i společensky. Je velice aktivní, většinu podnětů si opatří už samo, a to diferencovaně podle svého zájmu.

2 Motorika

Motorika je souhrn pohybových dovedností, které člověku umožňují samostatné přemísťování v prostoru, zaujímání různých poloh těla, manipulaci s předměty. Hraje významnou roli ve vývoji dítěte. Je prvním prostředkem v procesu poznávání okolního světa, podílí se na vývoji kognitivních funkcí.

2.1 Vývoj motoriky ruky

Ruka je distálním článkem horní končetiny. Základním pohybovým projevem ruky je úchop. Ať je úchop prováděn jakkoliv, vždy jde v podstatě o flexi tříčlankových prstů, doprovázenou opozicí palce. V souladu s požadavky na zajištění této hlavní funkce je ruka dále velmi bohatě a jemně členěna. Toto členění je zřejmé již na skeletu ruky, který je složen z osmi zápěstních kůstek, pěti záprstních kůstek a čtrnácti článků prstů. Z funkčního hlediska je ruka složena ze dvou paprsků: mediálního (4. a 5. prst) a laterálního (1. a 2. prst). Třetí prst má nestabilní polohu. Koncepti dvou paprsků odpovídá i zatížení ruky, které se při převážné většině pohybů koncentruje právě na vnitřní a zevní okraj ruky. (<http://www.lidsketelo.estranky.cz/clanky/horni-a-dolni-koncetiny/ruka>)

Základy budoucích motorických dovedností ruky se vytvářejí již v průběhu prenatalního vývoje (např. na ultrazvuku je možno pozorovat, jak si plod dumlá paleček v ústech). V kojeneckém období se objevuje počáteční úchopová činnost, která má ráz reflexní. Přibližně v 5. až 6. měsíci se objevuje tzv. dlaňový úchop – čtyřmi prsty, bez zapojení palce. V této době bere dítě předměty již do obou rukou. Rozvíjí se koordinace rukou a očí. Kolem 9. měsíce se objevuje tzv. klíšťový úchop – palec se staví do opozice ostatním prstům. Rozvíjí se schopnost předměty upouštět (Kucharská, 2004). V období batolecím je to úchop fyziologický, dítě ještě neovládá jemnou koordinaci svalových skupin prstů a nemá možnost tužku držet jiným způsobem. Tento úchop s přibývajícími zkušenostmi a zvyšující se koordinací jemných

pohybů u většiny dětí odezní, dítě přechází na prstový úchop a stále zdokonaluje koordinovanost pohybů a manipulaci s předměty. Okolo třetího roku by měl být navozen špetkový úchop. U některých dětí je tomu tak i dříve, u některých později. Pozdější přirozené navození špetkového úchopu nemusí znamenat opoždění. Ovšem pokud dítě po 3. roce rádo kreslí, vyhledává činnosti s tužkami a pastelkami a není navozen správný úchop, je zapotřebí mu s navozením pomoci (Bednářová, Šmardová, 2006).

V předškolním věku je možno zaznamenat ve vývoji dovedností ruky velké pokroky.

2.2 Rozvoj hrubé motoriky

Hrubá motorika je vše, co souvisí s pohybem velkých svalových skupin a obratností. Nejlépe se rozvíjí v přirozených herních situacích, jako je například skákání panáka, skákání přes švihadlo, atd. Pro pozdější psaní je potřebné uvolněné a koordinované pohyby vycházející z ramenního a loketního kloubu. Za vhodné je považováno například házení a chytání míče, ale také plavání. Nejružnější pohybové aktivity je třeba střídat, aby se svaly namáhaly rovnoměrně a přirozeně.

„Důsledky nedostatečné pohybové aktivity se odrážejí na vývoji dítěte – omezuje se vývoj řeči, schopnost naučit se psát, brzdí se vývoj pravoruké orientace,“¹ uvádí Kutálková.

2.3 Rozvoj jemné motoriky ruky

Vývoj jemné motoriky vychází z motoriky hrubé. Začít kreslit a později psát umožňuje dítěti vývojový proces, při němž se zdokonaluje koordinace motoriky ruky v součinnosti se smyslovými funkcemi, zejména zrakem a hmatem. Do oblasti jemné motoriky patří také *oční pohyby, motorika artikulačních orgánů a grafomotorika* (Zelinková, 2007).

¹ KUTÁLKOVÁ, D., *Jak připravit dítě do 1. třídy*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2005, s. 15.

Pohyb očí zleva doprava je u předškolního dítěte jedním z ukazatelů školní zralosti.

Koordinaci očí a ruky procvičujeme např.

- „čtením obrázkových příběhů“
- pojmenováváním předmětů v řadě
- kreslením čáry a různých tvarů
- ukládáním předmětů do vymezeného prostoru směrem zleva doprava

Uvolnění paže, předloktí a zápěstí v souhře s jemnými pohyby prstů docílíme manipulací s drobnými předměty, každodenními činnostmi (sebeobsluha, zapínání a rozepínání knoflíků, atd.), stříháním nebo také říkadly s doprovodem pohybu, tzv. prstovým cvičením.

Mozaiky – děti je mohou sestavovat buď podle předlohy nebo volně podle dětské fantazie

Korále – (nejrůznější tvary, barvy, velikosti, atd.) rozvíjí jemnou motoriku dítěte, které při této činnosti uplatňuje svou představivost, estetické cítění, posloupnost, atd.

Puzzle – mohou být z nejrůznějších materiálů, děti je sestavují podle předlohy (nahradit je můžeme i rozstříhanými obrázky nebo pohlednicemi)

Kubusy – rozvíjejí představivost dítěte, jeho zrakové a rozlišovací schopnosti i manipulační dovednost při vyhledávání a vkládání tvarů do shodných otvorů

Domina – vedou děti k porovnávání rozdílných a shodných tvarů a k prostorové orientaci při ukládání objektů a organizaci na ploše

Stavebnice – (z nejrůznějších materiálů, různých tvarů, barev, atd.) děti z nich budují prostorové i plošné konstrukce (podle předlohy nebo fantazie)

Motorika artikulačních orgánů ovlivňuje výslovnost dítěte, a tím i řeč, psaní a čtení.

K cvičení pohyblivosti rtů a jazyka používáme tyto úkony:

- vyplazování jazyka, pohyby jazyka od koutků úst
- olizování rtů
- nafukování tváří střídavě i současně
- pohyb koutků úst, atd.

2.4 Grafomotorika

Grafomotorikou označujeme soubor psychomotorických aktivit, které jsou vykonávány při kreslení a psaní (Kucharská, 2004). U předškolních dětí se vyvíjí zcela přirozeně při kreslení a malování. Grafomotorika je ovlivněna úrovní vývoje hrubé a jemné motoriky, pohybovou koordinací, senzomotorickou koordinací a úrovní vývoje psychiky. Grafomotorika může být tedy i nápomocna při diagnostice psychických stavů, poruch a nemocí dítěte.

2.4.1 Některé programy k rozvoji grafomotoriky

Součástí připravenosti dětí na vstup do školy je i dostatečná úroveň grafomotorických dovedností. V případě obtíží v této oblasti je vhodné začít s dětmi systematický nácvik.

„*Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*“ (2005) je preventivní program Lipnické, který pomáhá předcházet vzniku dysgrafie. Publikace zpracovává program rozvoje grafomotoriky, včetně orientačního testu. Test má charakter depistáže, zjišťuje připravenost dětí na psaní a mohou ho využívat speciální pedagogové, učitelky mateřských i základních škol. Vlastní program se skládá z 23 bloků činností s hrami. Jednotlivé bloky mají vždy stejnou strukturu - obsahují pracovní list a soubor činností, které jsou důležité pro nácvik psaní: motivace, sluchové vnímání, zrakové vnímání, taktilně-kinestetické vnímání a prostorová orientace, řeč, intermodální zrakově-sluchově-pohybové spojení.

Svobodova publikace „*Cvičení pro rozvoj jemné motoriky a psaní*“ (2009) je zaměřena na rozvíjení jemné motoriky a nácviku psaní. Cvičení slouží především k budování základních grafomotorických dovedností. Děti si mohou vyzkoušet a procvičit různou rychlost tahů, zdokonalit se v přesnosti vedení tužky a ve správném držení psacího náčiní. Při plnění úkolů rozvíjejí periferní vidění a hravou formou si osvojují některé zeměpisné pojmy a logická spojení.

2.5 Vývoj grafického projevu dítěte

Lipnická (2007) uvádí, že první začátky dětského grafického projevu jsou spojeny s radostí z pohybu po papíru a z nakreslených čar, které zanechává barvička. Spontánní radost později vystřídá záměrné úsilí o kresbu, které je posíleno a ulehčeno zráním centrální nervové soustavy. Dítě se většinou snaží kresbou nebo psaním znázornit a zaznamenat osobně významné zážitky a dojmy. Rozvoj grafomotoriky ovlivňuje kvalitu jeho projevu. Čáry jsou jistější, tahy plynulejší a tvary vypracované přesněji a s vyznačenými detaily.

Stejně popisuje vývoj kresby i Zelinková v *Pedagogické diagnostice a individuálním vzdělávacím programu*. „Kresba se začíná vyvíjet přibližně ve druhém roce dítěte, kdy dítě bere do ruky psací náčiní a raduje se z toho, že zanechává stopu. Postupně se grafický projev vyvíjí a odráží i rozumové chápání světa.“²

Dítě nejdříve experimentuje, zkouší, co tužka nebo pastelka umí. Drží ji většinou těžkopádně a křečovitě, při kreslení pohybuje celou rukou a čmárá bez záměru kdekoliv a cokoliv. V tomto období je obzvlášť důležité poskytovat dětem k jejich výtvarnému vyjádření dostatečně velký formát papíru. Měla by platit zásada: Čím je dítě menší, tím větší formát papíru by mělo dostat.

² ZELINKOVÁ, O., *Pedagogická diagnostika a individuální vzdělávací program*. Praha: Portál, 2007, s. 54.

Grafomotorika dítěte se vyvíjí individuálně a etapovitě, avšak fyziologicky daným postupem. Z tohoto důvodu se u dětí určitého věku projevují přibližně stejné znaky písma či kresby. Výtvarné projevy dítěte jsou hmatatelným svědectvím o jeho duševním vyspívání. Dětská kresba je úžasná věc, jejíž vývoj můžeme pozorovat.

V období mezi 3.- 4. rokem

- dítě znázorňuje postavu kreslením kruhovitých tvarů, čárami vyznačuje končetiny - kreslí tzv. hlavonožce
- kreslí napodobováním kruh, spirály a sluníčka
- začíná kreslit čtverec, trojúhelník, kříž, ale pojmový obsah těchto tvarů si neuvědomuje

Mezi 4.- 5. rokem

- dětská kresba přechází do obrázkového stádia
- dítě kreslí postavu s trupem a končetinami
- začíná v kresbě kombinovat různé tvary
- v námětech kresby se dítě obsahově zaměřuje na svět okolo sebe
- u dítěte se rozvíjí vnímání tvarů a barev

V posledním roce předškolního věku

- dítě již kreslí hlavní části postavy s trupem, postavu se všemi jejími částmi kresba je obsahově bohatá
- body spojuje čarou
- znázorňuje dům, sluníčko, plot, auto, stroma s větvemi i korunou, geometrické tvary, napodobuje velká tiskací písmena i jiné zjednodušené symboly (oblouky, vlnovky, smyčky, atd.)

Na kresbě postavy je velmi dobře vidět, jak se výtvarný projev dítěte zdokonaluje. Hlavonožcům, které kreslí děti kolem třetího roku, čouhají z obličeje nohy, které dítě vnímá jako důležité pro aktivitu. Oči, které jsou podle dítěte důležité pro navozování kontaktu, většinou na obličeji nechybí. Postupně přicházejí na řadu vlasy, nos a pusa. Až mezi čtvrtým a pátým rokem začíná dítě hlavě dokreslovat uši (často však ještě zapomíná) a na ruce prsty. Nakonec přichází oblečení. Oblečený člověk se všemi náležitostmi nakreslený dítětem bez vedení a bez nápovědy je pro psychologa jednou ze známek školní zralosti dítěte.

Náš přední dětský psycholog Zdeněk Matějček se ve své knize „Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte“ (2005) zmiňuje o rozdílu mezi kresbami děvčat a chlapců. Zatím co holčičky ve svých kresbách lidí zdůrazňují oči, vlasy, oblečení s různými vnějšími dekoracemi a módními doplňky (přičemž ruce a nohy bývají nápadně malé), u chlapců nic takového není (dokonce nohy a ruce spíše až moc narůstají do délky a mohutnosti).

3 Vývoj laterality

Laterality rozumíme převahu jednoho u párových orgánů – ruky, nohy, oka, ucha. Toto upřednostnění například pravé nebo levé ruky je odrazem dominance jedné z hemisfér. Dominantní hemisféra má zásadní význam při zpracování podnětů, dominantní orgán – může to být orgán hybný (ruka, noha) nebo senzorický (oko, ucho) – vykonává požadované úkony přesněji, rychleji, s menší námahou a lepším výsledkem než orgán druhý (Kucharská, 2004).

Podle Lisé (1986) závisí vývoj laterality u dítěte na vrozeném základu dominance hemisfér, na stupni vyžrání CNS, na výchovném vlivu rodinného prostředí. Ovlivňování dominance laterality je závažným momentem v duševním vývoji dítěte, neboť velmi úzce souvisí s osvojováním motorických dovedností a vývojem řeči.

Kutálková píše ve své knize „Jak připravit dítě do 1. třídy“: „Lateralita se vyvíjí ve vlnách, postupně. Na zjišťování typu je proto dobré počkat, dokud dítěti není kolem pěti let.“³ Zmiňuje se o zjišťování vyhraněnosti dítěte pomocí her, kresby.

V dnešní době se k diagnostikování laterality využívá Zkouška lateralit od Matějčka a Žlaba, kterou tvoří 12 úkolů pro horní končetiny. Jsou to takové úkoly, které nepodléhají nácviku.

Přecvičovat levorukost nebo předčasně ovlivňovat opoždující se lateralizaci u předškolního dítěte poškozuje vývoj dosud nezralé nervové soustavy. Přecvičování levorukosti přirovnává Kutálková ke stěhování a s ním spojenými potížemi s vyčerpáním. „Ani mozek stěhování nemá rád a přistupuje k němu dobrovolně jen v případě nouze.“⁴

Lateralita se vyvíjí postupně, u každého dítěte dochází k vyhranění ruky v jiné době – zpravidla v průběhu předškolního věku. Pokud je dítě v používání rukou nevyhraněné, přináší to obtíže při výuce psaní.

4 Pracovní návyky při kreslení a psaní

Takové pracovní návyky, které si dítě osvojí v předškolním věku při kreslení a psaní, významnou měrou poznamenávají jeho výkony ve psaní, čtení později ve škole. Vždy je snadnější správné návyky vytvářet od začátků, než později chybné návyky odstraňovat (Bednářová, Šmardová, 2006).

K pracovním návykům patří:

- Výběr kreslicích a psacích potřeb
- Sezení
- Úchop psacího náčiní
- Postavení ruky při psaní
- Uvolnění ruky při psaní

³ KUTÁLKOVÁ, D., *Jak připravit dítě do 1. třídy*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2005, s. 149.

⁴ KUTÁLKOVÁ, D., *Logopedická prevence*. Praha: Portál, 2005, s. 146

4.1 Výběr kreslicích a psacích potřeb

Správné psací náčiní ovlivňuje celkový grafický výkon, tvar psacího náčiní má vliv na jeho správné držení, kvalita materiálu tuhy se podílí na tlaku na podložku. Při kresbě a cvičení určenému k rozvoji grafomotoriky je potřebné volit vhodnou tužku, pastelky.

Vybíráme takový *tvar psacího náčiní*, který dítěti umožní a podpoří jeho správné držení. Vhodné je používat tzv. trojhranný program – tužky, pastelky, štětce, které mají trojúhelníkový průměr a každá strana je určena pro oporu jednoho prstu (Bednářová, Šmardová, 2006).

Důležité je, aby tužka navrhovaná pro začátečníky byla slučitelná s vlastnostmi, schopnostmi a zručnostmi dětí. *Ergonomický tvar* psacího náčiní vede k lepším psacím návykům a postupně zabraňuje křečím a bolavým svalům ruky.

4.2 Poloha těla při kreslení a psaní

Poloha těla při kreslení ovlivňuje pohyblivost jednotlivých kloubů, jejich uvolnění a koordinaci. Má významný vliv na psychickou a fyzickou pohodu při kreslení. Zpočátku dítě může kreslit velké tvary vstoje a u svislé plochy – na papír nebo tabuli připevněnou do výšky očí. Tato poloha umožňuje volný pohyb ruky po papíře, podporuje zejména pohyb ramenního kloubu. Na papír větších rozměrů můžeme velké tvary kreslit i vkleče na zemi. Dítě také může kreslit vstoje na papír připevněný na stole, kreslicí ruka se neopírá o stůl. Tyto polohy podporují uvolnění ruky od ramenního kloubu. Při sezení by měla být chodidla opřena celou plochou o zem nebo podložku, nepohupují se a nekývají ve vzduchu. Váha těla spočívá na celé sedací ploše židle. Tak je zajištěna stabilita těla. Kolena svírají se židlí přibližně pravý úhel, rovněž jako lokty s deskou stolu. Tělo je mírně nakloněno dopředu, prsa se neopírají o desku stolu. Obě ramena jsou ve stejné výšce. Hlava je v prodloužení osy páteře, mírně skloněna, oči by měly mít vzdálenost od papíru 25-30 cm (Bednářová, Šmardová, 2006).

4.3 Úchop psacího náčiní

Na správný úchop psacího náčiní je vhodné dbát již od počátku, kdy dítě začíná kreslit. Správné držení psacího náčiní je stejné u praváků i u leváků. Tužka leží na posledním článku prostředníku, seshora ji přidržuje bříško palce a ukazováku. Vadné držení psacích nástrojů může zapříčinit snadnější unavitelnost ruky, návazné nepříjemné, bolestivé pocity, které snižují motivaci ke psaní a kreslení (Bednářová, Šmardová, 2006).

Přední česká specialistka na lehkou mozkovou dysfunkci a grafomotoriku Yveta Heyrovská mluví o důsledcích, které plynou z chybného držení tužky či pastelky. „Vadný úchop může zapříčinit značnou bolestivost ruky a její rychlou únavu. S tím jsou pak spojeny zbytečné chyby v psaní, ale i větší pocení dětské ručky a její třes. Děti mají tím pádem při psaní a kreslení velmi nepříjemné pocity a začnou si tyto činnosti někdy i protivit. U některých dětí je vadný úchop důsledkem odchylek ve vývoji jemné motoriky, často s různými doprovodnými projevy.“⁵ Nabízí ověřený tréninkový program, zaměřený na odstranění vadného úchopu tužky.

4.4 Postavení ruky při kreslení a psaní

Směr horního konce tužky směřuje vždy do oblasti mezi ramenem a loktem (konec tužky s ramenem svírají úhel přibližně 45 stupňů). Ruka se tak nadměrně neohýbá v zápěstí, tvoří s paží po oblast lokte poměrně rovnou linii. Je uvolněná, pohyb po papíře vychází z ramene a lokte. Zejména u leváků bývá tendence ruku v zápěstí nadměrně ohýbat, vytáčet. Důsledkem je zvýšená únava při psaní, bolestivost celé paže, nechut' psát.

Správné postavení ruky při psaní usnadní naklonění pracovního listu, sešitu. Papír je vždy nakloněn nahoru tím rohem, kterou rukou dítě píše. U leváků je papír nakloněný levým horním rohem nahoru, u praváků pravým horním rohem nahoru. Druhá ruka papír přidržuje.

⁵ KUTÁLKOVÁ, D., „*Aby se z psaní nestala noční můra prvňáčků*“, Časopis *Máma a já*, Praha: Vydavatelství ORBIS IN, srpen 2008, s. 59-61

Dítěti je možno pomoci dostat ruku do správného postavení především tím, že si uvědomí, že se při kreslení a psaní pohybuje celá paže, včetně ramenního kloubu. Pohyb vycházející z ramenního kloubu můžeme pomoci navodit mícháním vařečkou ve velkém hrnci, mletím kávomlýnkem. Zároveň však musí probíhat uvědomování si pohybu v rameni, dítě se např. může druhou rukou při pohybu dotýkat pohybujícího se ramene a pohyb si uvědomovat. Poté je vhodné kreslit velké kruhy (mohou být v „závodní dráze“, aby dítě nemuselo přemýšlet tolik nad tvarem, ale mohlo více vnímat pohyb celé ruky od ramene) a rovné, dlouhé čáry. U těchto tvarů je opět vhodné vědomé vnímání pohybu ruky v rameni, podpora tohoto pohybu (Bednářová, Šmardová, 2006).

4.5 Uvolnění ruky při kreslení a psaní

Uvolněná ruka při psaní významnou měrou poznamenává grafický výkon dítěte. Nadměrný tlak na podložku je patrný z linie kresby, která je vytlačená, kostrbatá, často přerušovaná. Právě nadměrný tlak poznamenává kresbu tím, že neumožňuje plynulost pohybu ruky a tím plynulost vedení čáry. Kreslení by mělo dítě vnímat jako hru, práci na něčem příjemném a užitečném.

Uvolnění ruky ovlivňuje celková koordinace pohybů, zapojení jednotlivých kloubů a svalových skupin do grafické činnosti: od pohybu vycházejícího z ramenního kloubu až po koordinaci jemných pohybů. Grafomotorickým cvikům by měly předcházet hry a cvičení zaměřené na rozvoj jemné motoriky. Uvolnění ruky se často dostaví až po zmechanizování pohybu. Proto je vhodné pohyby při manipulačních činnostech i jednotlivých cvicích opakovat vícekrát za sebou, snažit se i o rovnoměrnou rychlost.

K uvolnění ruky při psaní také napomáhá rytmus. Rytmizací se zlepšuje plynulost pohybů. Kresbu jednotlivých prvků můžeme doprovázet písničkami, rytmickými říkankami. Velice vhodné jsou rytmické doprovody, které zároveň tvoří slovní podporu, instrukci, odkud kam má dítě čáru vést. Jako rytmické doprovody nejsou vhodné básničky, které dítě málo zná, jejichž vybavování mu činí potíže a odčerpává hodně pozornosti.

5 Zásady při rozvoji grafomotoriky – shrnutí

- Rozvoji grafomotoriky musí předcházet činnosti zaměřené na rozvoj hrubé a posléze jemné motoriky.
- Před kreslení a psaní zařazujeme uvolnění ruky, rozcvičovací a uvolňovací grafomotorické cviky.
- Uvolňovací cviky řadíme podle obtížnosti, od nejjednodušších po složitější.
- Grafomotorické prvky volíme podle aktuálních schopností a dovedností dítěte. Vybíráme vždy takové náměty a motivace, kde náročnost prvků a požadavky na obtížnost odpovídají možnostem dítěte.
- Se zařazováním nových prvků nespěcháme. Dopřejeme dítěti na zvládnutí prvku tolik času, kolik potřebuje.
- S obtížnějšími grafickými prvky je vhodné pracovat v době, kdy má dítě zvládnuty a zautomatizovány grafické prvky z předchozích skupin. Postupujeme od nejjednodušších prvků k obtížnějším. Pokud jsou prvky pro dítě náročné, vrátíme se k prvkům předcházejícím. U náročnějších tvarů využíváme podpůrné techniky, můžeme použít instrukce k navození prvků.
- Při kreslení na dítě nespěcháme, dopřejeme mu dostatek času na promyšlení a provedení kresby.
- Dítě potřebuje nacvičený prvek opakovat. Při opakování je vhodné volit další náměty a rozdílné motivace tak, aby práce nebyla monotónní a přinášela vždy něco nového a radostného. Vracíme se i k procvičení již starších, zvládnutých tvarů. Tyto můžeme postupně zařazovat v obtížnějším provedení. Obtížnost prvku zvyšuje: zmenšení velikosti, zvýšení hustoty čar, zmenšení opěrných bodů a jejich postupné vynechávání, střídání velikosti a tvaru, požadavky na přesnost provedení kresby.
- Všechny činnosti by dítě mělo chápat jako hru, nemají být doprovázeny drilem a nechutí spolupracovat. Vždy je pro dítě důležitá motivace přiměřená jeho věku.

- Dítě vedeme k soustředění na práci. Pokud je neklidné, raději předem úkol zkrátíme nebo práci zahájíme v době, kdy jsou pro práci vhodnější podmínky. Během úkolu dbáme, aby dítě pracovalo systematicky, neodbíhalo, koncentrovalo pozornost na plnění úkolu a práci dokončilo. Posilujeme tak volní složku osobnosti, odolnost vůči zátěži.
- Úkoly nezačínáme dlouhé. Je lépe pracovat přiměřeně, raději méně a častěji.
- Pro dítě je důležitá přítomnost dospělého. V průběhu i závěru činnosti potřebuje zpětnou vazbu od dospělého. Dítě v kreslení povzbuzujeme, oceňujeme i dílčí úspěchy⁶.

⁶ BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V., *Rozvoj grafomotoriky*. Brno: Computer Press, 2006, s. 79

II. Praktická část

1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu je srovnání grafomotorických dovedností dětí, které:

- mateřskou školu navštěvují od svých tří let a s nácvikem některých jednoduchých grafomotorických prvků se již setkaly
- mají odloženou školní docházku - předškolní oddělení mateřské školy navštěvují druhým rokem, tudíž u nich byly grafomotorické dovednosti záměrně rozvíjeny
- do mateřské školy nastoupily až na poslední rok předškolního vzdělávání, nikdy u nich nebyly záměrně rozvíjeny grafomotorické dovednosti

Zajímalo by mne, zda pravidelné zařazování grafomotorických cviků a trénování správných pracovních návyků má podstatný vliv na pracovní výsledky dítěte.

2 Hypotézy

- děti, u kterých se dlouhodobě systematicky rozvíjí jemná motorika ruky, budou v grafomotorických dovednostech úspěšnější než děti, u kterých se teprve začíná
- správné pracovní návyky ovlivňují výkon dítěte v grafomotorických cvicích
- pravidelným rozvíjením grafomotoriky je docíleno toho, že děti provádějí cvik s větší jistotou a vyšší kvalitou

3 Metoda nácviku grafomotoriky

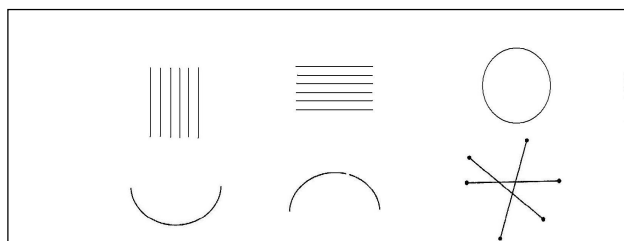
Předškolní vzdělávání vyžaduje, aby učitelka každé dítě dobře znala a věděla, jak se v průběhu vzdělávání projevuje, co všechno ovládá a co je třeba ještě vylepšit. Proto jsem se rozhodla získané informace o úrovni dítěte v jednotlivých oblastech zaznamenávat do podle svých potřeb upraveného dotazníku „Vývojové škály rozvoje motoriky“ (Bednářová, Šmardová, 2008).

Při rozvíjení grafomotorických dovedností jsem sledovala a u dětí zdokonalovala:

- správné sezení při kreslení a „psaní“
- správný úchop tužky
- tlak na podložku a plynulost tahů
- přesnost při znázornění grafomotorického cviku

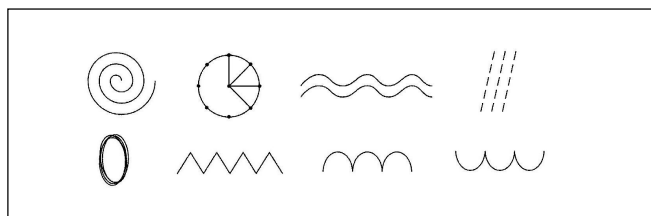
Grafomotorické cviky je potřeba procvičovat podle náročnosti. Jejich výběr by měl odpovídat určitému věkovému období. Na začátku programu rozvoje grafomotoriky je vhodné zařadit prvky, které jsou méně náročné (viz obr. 1), postupně pak nároky na dítě zvyšovat zařazením náročnějších prvků (viz obr. 2). Na konci předškolního období by měly děti zvládnout napodobit smyčky a oblouky s vratným tahem (viz obr. 3).

První skupina obsahuje vývojově nejnižší, koordinované, záměrně vedené prvky. Zvládne je většina dětí již v období od 3 do 4,5 let.



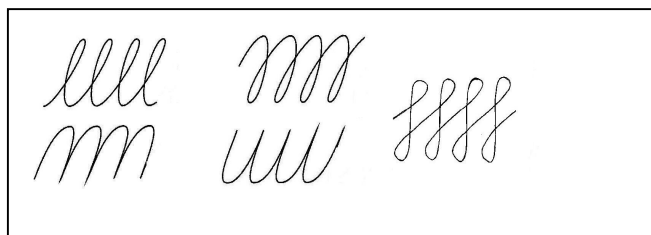
Obr. č. 1: Prvky 1. skupiny

Druhá skupina obsahuje 8 prvků, pro jejichž nácvik je nutné větší rozpětí, udržení vzdálenosti a koordinované pohyby. Tyto prvky by měly zvládnout děti ve věku od 4 do 5,5 let.



Obr. č. 2: Prvky 2. skupiny

Zvládnutí prvků 3. skupiny vyžaduje koordinaci ruky a rozsah pohybů ve vertikálním i horizontálním směru. Tato skupina obsahuje smyčky a oblouky a je charakteristická pro věkové období 5 – 6,5 let.



Obr. č. 3: Prvky 3. skupiny

3.1 Přípravná fáze

Před vlastním nácvikem grafomotorického prvku je vhodné zařazovat (za doprovodu hudby nebo říkadel) různá přípravná pohybová cvičení, která napomáhají koordinovat pohyby a uvolňují svalstvo ruky.

Vhodným uvolňovacím cvikem jsou krouživé pohyby rukou ve vzduchu v obou směrech, které jsou vhodné jako příprava k pozdějšímu nekřečovitému psaní.

Při cvičení je třeba dbát na to, aby oči sledovaly pohyb rukou. Jemnou motoriku si děti nejlépe rozvíjejí při spontánních činnostech – skládání ze stavebnic, mozaiek, navlékání korálků, atd.

3.2 Procvičování grafomotorických cviků

Před zvolením určitého cviku je třeba dbát na to, aby cviky byly přiměřené věku a schopnostem dítěte. Dítě by mělo znát základní linii nacvičovaného cviku. S nácvikem postupujeme systematicky.

Každý nový prvek nacvičujeme nejprve ve vzduchu, pak cvik dítě obtahuje a nakonec ho zkouší samostatně, nejprve na velký formát papíru, který postupně zmenšujeme.

Pokud si není dítě zvládnutím tvaru příliš jisté a nedaří se mu, zařadíme cvik opakovaně. Až když úkol zvládá bez zábran, přistoupíme k nácviku následujícího prvku.

K tomu, aby byla *ruka uvolněná* a bez křeče, kreslíme velká klubička měkkou voskovkou nebo kreslicí kuličkou (drží se celou dlaní) na svisle připevněný formát papíru. Tak bychom měli docílit uvolnění zápěstí.

Pohyblivost prstů procvičujeme hravými činnostmi: otevíráním a zavíráním dlaní, mačkáním a vytrháváním drobných tvarů z papíru, dotýkáním se bříšek prstů, atd.

Držení tužky nacvičujeme pomocí napodobovacího reflexu, který doplníme popisem – na prostředníku tužka leží, ukazovák a palec ji shora přidržují. Správnému držení tužky napomáhá používání trojhranného programu. Pokud má některé z dětí potíže se správným úchopem, využívám pomůcek firmy Stabilo, které slouží k fixaci správného rozmístění prstů při úchopu psacího náčiní.

Správné *sezení* při práci vyžaduje přiměřenou výšku stolu a židle. Sezení a držení těla by mělo být pohodlné a zároveň pevné a stabilní. Důležité je, aby dítě mělo nohy volně u sebe s chodidly na podlaze a celé sedělo na židli. Hrudník by nemělo opírat o lavici.

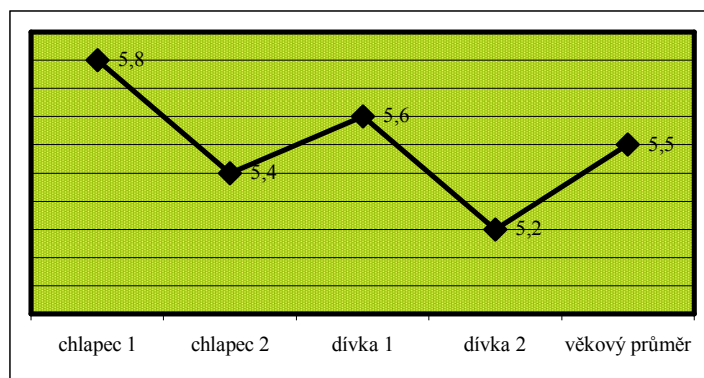
4 Popis vzorku

Do svého výzkumu jsem zapojila 12 dětí, z toho 6 dívek. Těchto 12 dětí jsem rozdělila do 3 skupin. V každé skupině byly 4 děti, 2 dívky a 2 chlapci. Všechny 12 dětí má již vyhraněnou lateralitu, upřednostňují pravou ruku. Výzkum jsem začala v září. Všechny děti by měly 1. 9. 2010 nastoupit do 1. třídy základní školy.

skupina A: (viz obr. č. 4)

- děti, které navštěvují mateřskou školu od svých 3 let a s nácviem jednoduchých grafomotorických cviků se již setkaly
- při započetí tréninku grafomotoriky byl průměrný věk dětí 5;5 let (chlapců 5;6 a dívek 5;4)

Skupina čtyř dětí navštěvuje mateřskou školu od svých 3 let. Tyto děti od září 2009 chodí do předškolního oddělení, jsem s nimi v denním kontaktu. Tato skupina dětí měla po dobu výzkumu stejné podmínky a možnosti jako skupina B a C.

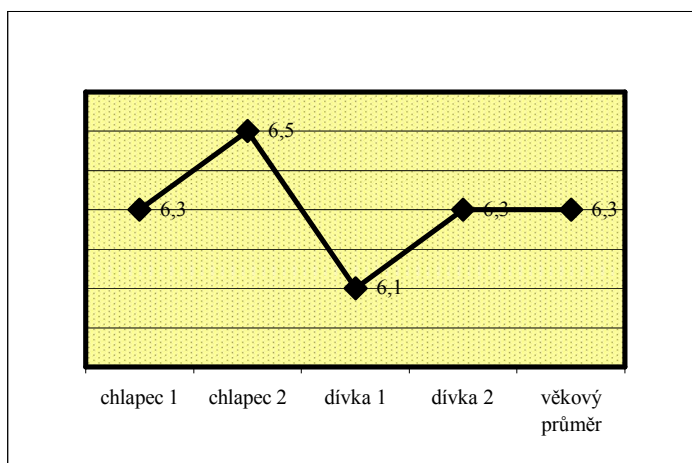


Obr. č. 4: Věkový průměr skupiny A

skupina B: (viz obr. č. 5)

- děti, které mají odloženou školní docházku (předškolní oddělení mateřské školy navštěvují již druhým rokem)
- v loňském školním roce byly u této skupiny dětí grafomotorické dovednosti záměrně rozvíjeny
- při započetí tréninku grafomotoriky byl průměrný věk dětí 6;3 let (chlapců 6;4 a dívek 6;2)

Skupina čtyř dětí s odloženou školní docházkou, do předškolního oddělení nastoupily v září 2008. Předškolní oddělení navštěvují druhým rokem. Jelikož ve třídě předškolních dětí pracuji a pracovala jsem i v předešlých letech, měla jsem možnost využít toho, že děti znám a věděla jsem, na jaké úrovni je jejich kresba, grafomotorické dovednosti i pracovní návyky při kreslení a „psaní“. Tato skupina dětí měla po dobu výzkumu stejné podmínky a možnosti jako skupina A a C.

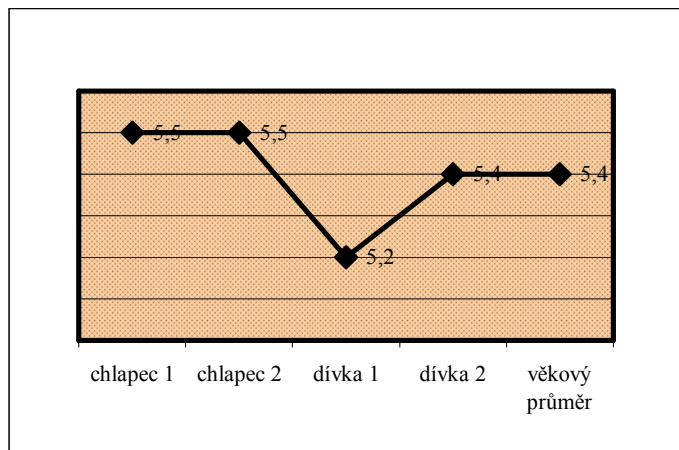


Obr. č. 5: Věkový průměr skupiny B

skupina C: (viz obr. č. 6)

- děti, které do mateřské školy nastoupily na poslední rok předškolní docházky (z rodinného prostředí)
- u těchto dětí zatím nebyly záměrně rozvíjeny grafomotorické dovednosti
- při započetí tréninku grafomotoriky byl průměrný věk dětí 5;4let (chlapců 5;5 a dívek 5;3)

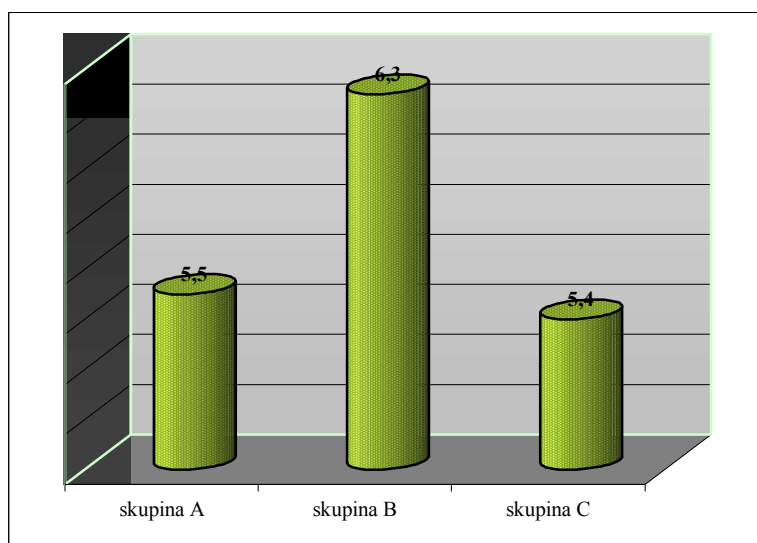
Skupina čtyř dětí, které mateřskou školu nikdy nenavštěvovaly, v září 2009 nastoupily do předškolního oddělení z domova. S těmito dětmi (stejně jako s ostatními) jsem v denním kontaktu. Skupina těchto dětí měla při výzkumu stejné podmínky a možnosti jako děti ze skupiny A a B.



Obr. č. 6: Věkový průměr skupiny C

Srovnání věkového průměru skupin při započítání tréninku grafomotoriky (viz obr. č. 7)

- skupina A: 5; 5
- skupina B: 6; 3
- skupina C: 5; 4



Obr. č. 7: Srovnání věkového průměru skupin

5 Organizace výzkumu

5.1 Podmínky

Výzkum jsem prováděla v Mateřské škole Kališnická v Českých Budějovicích, v předškolní třídě – třídě Berušek, kde pracuji, takže mohu děti při činnostech denně pozorovat. V této třídě je zapsaných 28 dětí ve věku od 5ti do 7 let. Do výzkumu jsem zapojila 12 dětí, které jsem rozdělila do 3 skupin podle daných specifík. V naší mateřské škole pracujeme podle Školního vzdělávacího programu, který má motto: „Všechno, co opravdu potřebuji znát, jsem se naučil v mateřské škole“ a je v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání. Filozofií naší školy je rozvíjet samostatné a zdravě sebevědomé děti cestou přirozené výchovy, položit základy celoživotního vzdělávání všem dětem podle jejich schopností, zájmů a potřeb. Zaměřujeme se na všestranný rozvoj osobnosti. Společně s dětmi si vytváříme společná pravidla soužití v naší škole, vycházíme z potřeb dětí.

Naší vizí je využít výhod sloučení se ZŠ a připravit děti na co nejhladší vstup do 1. třídy ZŠ a obohatit společnými činnostmi se staršími kamarády jejich současný život i vzdělávání.

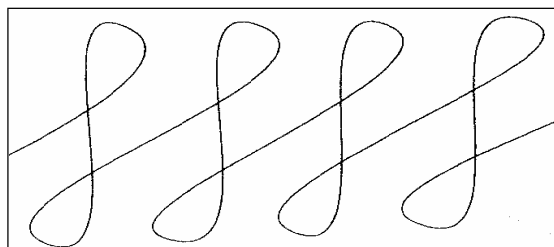
Výhodami jsou pro nás jak poloha ZŠ (přes ulici), tak pravidelné návštěvy u „prvňáčků“.

5.2 Průběh nácviku grafomotoriky

Výzkum jsem prováděla od září do konce února. Všechny děti měly stejné podmínky a možnosti.

První dva týdny v září jsem děti pozorovala při přirozených aktivitách - při hře, pobytu venku, spontánních i řízených činnostech. Zjistila jsem rozvoj hrubé i jemné motoriky. Záměrně jsem navodila činnost, při které jsem zjišťovala úroveň hmatového vnímání, spontánní kresbu, návyky při kreslení, zvládání grafomotorických prvků a vyhraněnost laterality. Výsledky pozorování jsem si zaznamenala do dotazníku.

V 3. týdnu v září jsem zařadila kresbu postavy, která byla podkladem pro vyhodnocení vývojové úrovně dítěte, a grafomotorický cvik ze 3. skupiny prvků (viz obr. č. 3), vázané horní a dolní smyčky (viz obr. č. 8), který jsem záměrně zařadila na začátku a následně pak na konci výzkumu.



Obr. č. 8: Vázané horní a dolní smyčky

5.2.1 Porovnání skupin před započítáním cvičení grafomotoriky

Před započítáním tréninku grafomotoriky byl všem třem skupinám dětí zadán grafomotorický cvik a kresba lidské postavy.

Děti prováděly tyto aktivity bez pomoci dospělého, aby byla zjištěna výchozí úroveň grafomotorických dovedností a kresby. Stejný úkol dostaly děti po absolvování tréninku grafomotoriky.

Skupina A

Obkreslení grafomotorického cviku dělalo potíže oběma chlapcům. Dívky obkreslily cílový cvik bez větších obtíží. Děti mají zafixovaný nesprávný úchop tužky, 3 děti mají tzv. drápotivý úchop (na držení tužky se podílejí bříška všech prstů), jedna z dívek drží tužku správně, ale ukazovák má nadměrně prohnutý. Děti vyvíjely velký tlak na podložku, u chlapců nebyly tahy plynulé. Děti nemají zažité správné sezení při kreslení a psaní.

Kresba postavy obsahovala všechny detaily, obě dívky nakreslily chybný počet prstů na ruce, chlapci měli správný počet prstů. Jeden z chlapců nakreslil i prsty na nohou (u všech postav však jen 4). Všechny postavy byly oblečené. Postava jednoho z chlapců nebyla správně proporcionálně (ruce vycházely od pasu), jeho postavě chyběly vlasy. Všechny děti nakreslily končetiny dvoudimenzionálně. Postavy nakreslené chlapci působily méně uspořádané než postavy dívek.

Skupina B

Jelikož skupina těchto dětí navštěvuje předškolní oddělení již druhým rokem, s vázanými horními a dolními smyčkami se již setkaly - grafický cvik zvládly všechny děti bez velkých obtíží. Objevují se pouze malé nedostatky v dodržení velikosti smyček a udržení linie. Obě dívky mají nacvičený správný úchop tužky, drží ji lehce, bez tlaku. Oba chlapci mají při úchopu posunutý palec a ukazovák směrem k podložce, mírně na podložku tlačí. Při sezení je třeba dbát na výši očí od podložky.

Kresba postavy obsahovala všechny podrobnosti, byly vyznačeny všechny obličejové detaily, hlava byla pokryta vlasy, jednotlivé části těla byly správně připojené. Jedna dívka nakreslila horní i dolní končetiny jednodimenzionálně. Všechny nakreslené postavy působily velmi uspořádaně.

Skupina C

Obkreslení grafického cviku dělalo třem dětem velké potíže. Nedokázaly vůbec napodobit tahy, s úkolem se snažily vypořádat pomocí náhradního řešení - čárka zakončená kruhem. U jednoho chlapce se objevil náznak horní i dolní smyčky. Chlapci drží tužku tzv. drápovitě, bez velkého tlaku na podložku, avšak nedokážou vést plynulý tah. Obě dívky mají správně navozený špetkový úchop, avšak s nadměrně prohnutým ukazovákem, který je v křeči. S tím je spojen i tlak na podložku. S touto skupinou nás čeká hodně práce.

Postavy, které nakreslili chlapci, obsahovaly všechny detaily, správný počet prstů (byly naznačeny čárkami), detaily v obličejí, vlasy. Působily však velmi neuspořádaně. Jedna z dívek nenakreslila postavě nos a krk. Končetiny u všech postav nakreslily děti dvoudimenzionálně.

5.2.2 Průběh nácviku

Nácvik vázaných horních a dolních smyček, které jsem si vybrala jako cílový prvek výzkumu, vyžaduje odbornou koordinaci ruky a rozsah pohybů ve vertikálním i horizontálním směru. Proto je potřebné zvládnutí předcházejících prvků skupin (viz obr. č. 1, 2 i 3). Ze skupin grafomotorických prvků jsem si připravila řadu 10ti cviků podle náročnosti (viz obr. č. 9).

Grafomotorické prvky	nezvládá	zvládá s pomocí	zvládá samostatně
čára svislá (září, prosinec)			
čára vodorovná (září, prosinec)			
kruh (říjen, prosinec)			
spirála (říjen, prosinec)			
spojené dolní oblouky (říjen, leden)			
spojené horní oblouky (říjen, leden)			
vlnovka (listopad, leden)			
ostrý obrat "zuby" (listopad, leden)			
horní smyčka (listopad, únor)			
spodní smyčka (listopad, únor)			
vázané horní a dolní smyčky (září, únor)			

Obr. č. 9: Tabulka grafomotorických prvků

K tomu, aby byla *ruka uvolněná* a bez křeče, jsem zařazovala velké rozmáchlé kresby na balicím papíře nebo tabuli, aby se pohyby ruky uvolňovaly. Při cvičení jsem dbala na to, aby oči sledovaly pohyb rukou. Zařazovala jsem nejrozumnější aktivity: kreslení prstem do krupice, prstovými barvami a prstovými štětci, které umožňují dítěti uvolnění zápěstí i prstů a malování s nimi je pro ně velmi zábavné.

Před samotným nácvikem jsme zařadili rituál, který je pro děti zábavou. Říkanku jsme si sami vymysleli:

<i>„Hola, hola, hola, roztáčíme kola</i>	(uvolnění ramenního kloubu)
<i>ruce pěkně uvolnit, psaní nám pak půjde líp.</i>	(kroužení zápěstím podél těla)
<i>Prstíky si procvičíme, tužku do nich uchopíme,</i>	(naznačení špetkovitého úchopu)
<i>smyčky, čáry, spirály,</i>	(naznačujeme kreslení ve vzduchu)
<i>už se těším, pojďme na to,</i>	(volný pohyb pažemi podél těla)
<i>umět psát to stojí za to!“</i>	(postupné svírání a zavírání ruce v pěst)

Samotný cvik děti nejprve prováděly ve stoje s velkým rozmachem ve vzduchu. Postupně jsem plochu zmenšovala až na A4.

Pro rozvoj grafomotoriky jsem zařadila tzv. pracovní listy. Využila jsem např. „Šimonovy pracovní listy“ od Mlčochové (Portál, 2005) a Pilařové (Portál, 1997), pracovní listy ze souboru „Od jara do zimy“ od Přikrylové (1998) nebo didaktické aktivity Lipnické (Portál, 2007).

Prvním procvičovaným cvikem byly čáry. Děti procvičovaly svislé a vodorovné čáry, čáry všemi směry. Pak následovaly cviky, které vyžadují uvolnění zápěstí pomocí kruhového pohybu - kruh, spirála, oblouky a vlnovky. Po zvládnutí těchto prvků jsme pokračovali nácvikem ostrého obratu a smyček.

Před samotným cvikem vybraného grafického cviku vedly děti po papíře plynulý, uvolňovací pohyb. Jejich úkolem bylo zaplnit plochu papíru plynulou nepřerušovanou čarou. Každý prováděný cvik jsem s dětmi nacvičovala tak, že si předkreslený grafický cvik nejprve obtáhly. Při práci dětí jsem usilovala o to, aby tahy vedly přesně a plynule, opakovaně jsem připomínala návyky správného sezení a správného držení tužky. Snažila jsem se o to, aby je práce bavila, při práci jsem je povzbuzovala a kladně hodnotila jejich výsledky. Procvičovaný cvik se vztahoval k probíhajícímu integrovanému bloku a v souladu s ním byl motivován. Např. ostrý obrat procvičovaly děti v listopadu a lednu. Součástí integrovaného bloku v listopadu „Co umí vítr a déšť“ byl pracovní list se zakončováním deštníku. V lednu v rámci integrovaného bloku „Zimní radovánky“ děti dokončovaly zuby na pilce, aby mohly nařezat dříví.

Vybraný cvik jsem v průběhu výzkumu zařadila dvakrát. Každý týden jsem procvičovala jeden cvik (i opakovaně). Pokud si nebylo dítě zvládnutím tvaru jisté, využila jsem „mazací“ tabulky s fixem, na kterou si děti mohly podle své potřeby tvar cvičit. Opakovaně jsem pak cvik zařadila do pracovního listu. Opakováním měly děti větší možnost cvik si dostatečně zapamatovat. Až když dítě úkol zvládlo bez zábran, přistoupili jsme k nácviku následujícího prvku.

Děti pracovaly podle mé instrukce, přibližně 15-20 minut (podle individuální potřeby). S dětmi jsem pracovala frontálně, po skupinkách i individuálně.

Při rozvoji grafomotorických prvků jsem sledovala a upevňovala:

- správné pracovní návyky
- jistotu a kvalitu provedení cviku

Poprvé jsem řadu vybraných grafomotorických cviků procvičovala od posledního týdne v září do konce listopadu, následně pak od prosince téměř do konce února.

5.2.3 Srovnání výsledků

Skupina A

Nedostatky v úchopu psacího náčiní se na začátku tréninku objevily téměř u všech dětí. Správného držení jsem docílila pomocí nápodoby s využitím popisu, který je dětem blízký. Prostředník je postýlka, na kterém tužka leží, ukazovák s palcem peřinka s polštářem, který tužku přidržují, aby z postýlky nespadla. U dětí se podařilo navodit špetkový úchop, který se tréninkem a opakováním zdokonalil. Potřebné je připomínat podložení prostředníku.

Jelikož měly děti při „psaní“ stále tendenci vyvíjet tlak na podložku, zařazovala jsem uvolňovací prstová cvičení doprovázená říkadly i v průběhu práce s pracovními listy. Řada grafomotorických cviků, kterou jsem s dětmi procvičovala nedělala dětem obtíže.

Ke zdokonalení grafomotorického cviku došlo u všech dětí. Největšího posunu v nápodobě cílového prvku došlo u chlapců. Na začátku výzkumu nedokázali cvik napodobit, po absolvování tréninku vybraných prvků byly tahy sice ještě občas vedeny přerušovaně, ale záznam cílového cviku byl velice kvalitní.

S dětmi jsem pracovala několikrát v týdnu, častěji s celou skupinou než individuálně.

V kresbě postavy došlo k výraznému zlepšení. Postava je zřetelně členěná, obsahuje hlavu, krk, tělo a končetiny. Všechny části těla byly umístěny na správných místech. U děvčat došlo k významnému zlepšení v detailech – nosní dírky, řasy, obočí, zuby. Žádné z postav nechyběly vlasy, dvě děti nakreslily i čepici, pod kterou vlasy vyčuhují.

Skupina B

Všechny děti mají nacvičený správný úchop psacího náčiní. U chlapců, u kterých se v počátku tréninku objevoval posunutý palec a ukazovák, jsem k docílení správného úchopu využila gumový nástavec s přepážkou na tužku, který slouží k přesné fixaci prstů.

Tahy, které děti vedou, jsou plynulé, bez většího vychýlení dokážou udržet linii. Záznam grafického cviku je každým procvičováním dokonalejší.

Myslím si, že tato skupina dětí má zažité správné pracovní návyky a grafomotorické dovednosti, které jim umožní úspěšnost v základní škole.

Přesto, že kresba lidské postavy u skupiny těchto dětí byla od začátku výzkumu na dobré úrovni, posunula se vývojově kupředu. U dívek se objevila pečlivost dosažená dekorativním zdobením – náušnice, náhrdelník, květované šaty.

Skupina C

Tři ze čtyř dětí se s procvičováním grafomotorických cviků setkaly v mateřské škole poprvé. Nedostatky v držení psacího náčiní, které se objevily v počátku tréninku u všech dětí, se podařilo téměř odstranit. Postupovala jsem stejně jako u skupiny A - správného držení jsem docílila pomocí nápodoby s využitím popisu. Děti měly nejprve z práce trochu obavy, ale postupně se na naše společné „psaní“ těšily. Když se jim procvičovaný cvik nedařil provést, což se stávalo, zařadila jsem ho opakovaně. Nejčastěji jsem s dětmi pracovala individuálně, podle jejich tempa. Dvě z dětí pracovaly velmi pomalu a nesměle. Velkou výhodou pro mne byla chuť dětí do práce, což mi umožňovalo rozvíjet jejich grafomotorické dovednosti denně. Velmi dobře spolupracovaly. Tempo dětí se během tréninku nezvýšilo, k významnému posunu došlo u dvou dětí při vedení linie – tahy jsou jistější a plynulejší. Těmito dvěma dětem se podařilo vázané horní a dolní smyčky napodobit. U dalších dvou dětí byla největším problémem velká absence v mateřské škole. Přesto, že na konci výzkumu nedokázaly zaznamenat cílový cvik, došlo u nich k významnému vývojovému posunu. V současné době jsme u procvičování dolních smyček. Tahy vedou děti stále trochu nejistě, linie působí mírně roztřeseně. Práce s těmito dětmi vyžaduje hodně času, mnoho trpělivosti a velkou podporu a ocenění sebemenšího posunu v rozvoji grafomotorických dovedností.

Lze očekávat, že do konce školního roku si nácvik vázaných horních a dolních smyček alespoň částečně osvojí.

Kresba lidské postavy se posunula u obou dívek. Postavy obsahovaly všechny části těla i s detaily a správným počtem prstů. Kresby obou chlapců jsou téměř beze změn.

5.3 Interpretace

Jelikož je rozvoj grafomotoriky součástí našeho vzdělávacího programu, pro skupinu dětí A a hlavně B nebyla tato práce ničím výjimečným, s čím by se dosud v mateřské škole nesetkaly. V posledním roce docházky do mateřské školy rozvíjíme grafomotorické dovednosti dětí velmi intenzivně a záměrně.

Grafomotorické dovednosti dětí skupiny B byly jednoznačně na nejlepší úrovni. Lze předpokládat, že významnou roli v úspěchu zvládnutí grafomotorického prvku u skupiny B sehrál věk dětí a nácvik grafomotorických cviků v loňském školním roce. Výsledky skupin A a C byly znatelně rozdílné na začátku výzkumu. Systematickým působením, pravidelným procvičováním jemné motoriky ruky a zařazováním cviků byly výsledky dětí skupiny A a skupiny C (které navštěvovaly mateřskou školu bez dlouhodobých absencí) velmi podobné, některé téměř shodné.

Snažila jsem se o to, aby práce pro děti byla vždy zábavou. S pracovními listy, které byly vždy konečnou fází nácviku, jsem pracovala u stolků. Procvičovaný grafomotorický cvik se vztahoval k integrovanému bloku – doplňoval ho.

Práci jsem zařazovala několikrát týdně – podle potřeby, vždy jsem však respektovala volbu dítěte.

V průběhu práce s dětmi docházelo jednoznačně ke zlepšení výsledků.

Kresba postavy se vyvíjí etapovitě, jak již bylo zmíněno v mnohé literatuře. V předškolním období by měla lidská postava obsahovat všechny části těla i s detaily. To se podařilo všem dětem. U jednoho chlapce ze skupiny A se objevila tzv. průhlednost, o které se ve své knize *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte* (s.148) zmiňuje Matějček.

5.4 Závěr výzkumné části

Záměrem mého výzkumu bylo zjištění možností rozvoje grafomotorických dovedností u daného vzorku dětí.

Potvrdilo se, že **systematické rozvíjení jemné motoriky ruky ovlivňuje výsledky v grafomotorických dovednostech**. Na začátku výzkumu byl mezi výsledky dětí znatelný rozdíl. Děti, které navštěvují MŠ od 3 let (skupina A) a děti, které mají odloženou školní docházku (skupina B), byly na počátku výzkumu v grafomotorických dovednostech úspěšnější než děti, se kterými se s rozvojem grafomotoriky teprve začínalo (skupina C). Nej kvalitnějších výsledků dosahovaly děti skupiny B, které mají odloženou školní docházku. **Rozdíl jednoho roku je znatelný ve výkonech**. Přesto, že děti skupiny B již program na rozvoj grafomotoriky absolvovaly v předchozím školním roce, tudíž grafomotorické prvky zvládly bez problémů, došlo u nich k vývojovému posunu. Cílový cvik zdokonalily v udržení linie a ve velikosti.

K největšímu posunu při zvládnutí cílového cviku došlo u těch dětí ze skupiny A a C, které navštěvovaly mateřskou školu bez velkých absencí. **Kvalitních výsledků se podařilo docílit díky posloupnosti, dostatku času a respektování individuálních potřeb dětí při práci**. Dodržování těchto zásad umožnilo překonat obtíže i dětem, které si grafomotorické dovednosti osvojují pomaleji. Jednalo se především o děti ze skupiny C, které s nácvikem grafomotorických dovedností teprve začínaly.

Na konci výzkumu byly ve výsledcích dětí, se kterými byl výzkum proveden, individuální rozdíly, podmíněné zejména vysokou absencí v docházce do mateřské školy.

Při výzkumu se potvrdilo, že **je nezbytné vést děti k správnému úchopu psacího náčiní**. Při chybném úchopu dítě vyvíjí nepřiměřený tlak na podložku, což ovlivňuje plynulost tahů – tahy působí roztřeseně. Přesvědčila jsem se o tom, že pokud mají děti zažitý nesprávný úchop psacího náčiní, objevuje se u nich po krátké době únava a křeč v ruce. Z tohoto důvodu bylo nutné mnohdy práci přerušit a zařadit uvolňovací cviky doplňované říkadly.

Prokázalo se, že **pravidelným rozvíjením grafomotoriky je docíleno toho, že děti provádějí cvik s větší jistotou a vyšší kvalitou.** Musíme dbát na to, aby každý grafomotorický cvik mělo dítě natolik osvojeno a upevněno, aby zvládlo nácvik prvku obtížnějšího. Pokud zařadíme bez jakékoliv přípravy cvik, který patří mezi obtížnější (takovým jsou i vázané horní a dolní smyčky), a vynechali bychom předchozí cviky, výsledek nebývá zpravidla uspokojivý. Potřebné je respektovat tempo dítěte. **Umožníme-li dítěti dostatek času na zvládnutí geometrického prvku, zvýší se grafomotorická obratnost a následně se u něho posílí chuť do další práce.** Na konci výzkumu se výsledky dětí, se kterými byl výzkum prováděn, v zaznamenání grafomotorického cviku pomalu srovnávaly. Výsledky dětí skupiny A a C byly téměř shodné, v kvalitě výsledků prováděného cviku dětí skupiny B byl patrný věkový rozdíl. Předpokládá se, že na konci školního roku se provedení cílového cviku u skupiny A a C sjednotí s provedením cviku skupiny B. Cílový prvek nezvládly pouze děti, které měly vysokou absenci v docházce do mateřské školy.

U všech dětí, se kterými byl výzkum proveden, došlo v kresbě lidské postavy k vývojovému posunu. Největšího posunu došlo u dětí skupiny A a C. Výrazné zlepšení se objevilo v detailech a přesnosti nakreslených částí těla, končetiny byly nakreslené dvoudimenzionálně. Na konci výzkumu byly všechny nakreslené postavy zřetelně členěné, se všemi částmi těla a detaily.

6 Závěr

V průběhu výzkumu jsem se přesvědčila o tom, že rozvíjet grafomotorické dovednosti u předškolních dětí je velmi důležité. Při rozvoji grafomotoriky je třeba dbát na vhodný výběr cviků, posloupnost, pravidelnost, nepřetěžování dětí a respektování individuálního tempa. Důležité je připravit dětem vhodné prostředí a dostatek aktivit pro rozvoj grafomotorických dovedností. Děti je třeba vhodně motivovat a povzbuzovat. Práce by jim měla poskytovat uspokojení, činnosti by měly vnímat jako smysluplné.

Jedním ze vzdělávacích cílů v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání je osvojení si některých poznatků a dovedností, které předcházejí čtení a psaní. Rozvoj grafomotorických dovedností hraje v tomto procesu nezastupitelnou roli. U dětí rozvíjíme zájem o psanou podobu jazyka, učíme je sledovat očima zleva doprava. Snažíme se o to, aby dítě ukončující předškolní vzdělávání ovládalo dovednosti předcházející čtení a psaní.

Mateřskou školu považuji za nezbytnou součást výchovně vzdělávacího systému našeho školství. Na rozvoji grafomotorických dovedností dětí se významně podílí. Problém však shledávám v nedostatku míst v mateřských školách. Stále častěji se setkávám s tím, že děti, jejichž matky jsou na mateřské dovolené s mladším sourozencem, mají šanci navštěvovat mateřskou školu až v posledním roce předškolního věku. Je dobře, že je povinností každé mateřské školy tyto děti přijímat přednostně alespoň na docházku poslední rok před nástupem do 1. třídy základní školy. Dalším problémem, který jsem si uvědomila při výzkumu, jsou vysoké počty dětí ve třídě. Přesvědčila jsem se o tom, jak potřebné je pracovat s některými dětmi individuálně. Ovšem s 28 dětmi ve třídě jde mnohdy o značně náročnou práci.

Seznam použité a citované literatury a jiné zdroje:

1. BEDNÁŘOVÁ, J., *Mezi námi pastelkami*. Brno: Computer Press, 2008. ISBN 80-251-0809-0.
2. BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V., *Rozvoj grafomotoriky*. Brno: Computer Press, 2006. ISBN 80-251-0971-1.
3. BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V., *Diagnostika dítěte předškolního věku*. Brno: Computer Press, 2008. ISBN 978-80-251-1829-0.
4. BUDÍKOVÁ, J., KRUŠINOVÁ, P., KUNCOVÁ, P., *Je vaše dítě připraveno do první třídy?* Brno: Computer Press, 2004. ISBN 80-722-6637-3.
5. JASANOVÁ, M., *Hudba, pohyb, kresba, slovo*. Tisk Grafia Zlín, 1992. ISBN 80-85521-08-3.
6. KUCHARSKÁ, A., ŠVANCAROVÁ, D., *Bezstarostné roky?* Praha: pedagogické nakladatelství Scientia spol. s r. o., 2004. ISBN 80-7183-291-X.
7. KUTÁLKOVÁ, D., „Aby se z psaní nestala noční můra prvňáčků“, časopis *Máma a já*. Praha: Vydavatelství ORBIS IN, srpen 2008, s. 59-61. ISBN 1801-8769.
8. KUTÁLKOVÁ, D., *Jak připravit dítě do 1. třídy*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2005(a). ISBN 80-247-1040-4.
9. KUTÁLKOVÁ, D., *Logopedická prevence*. Praha: Portál, 2005(b). ISBN 80-7367-056-9.
10. LIPNICKÁ, M., „Čtení a psaní dětí předškolního věku.“ měsíčník *Informatorium*, Praha: Portál, vydání č. 9, 2005, s. 10-11.

11. LIPNICKÁ, M., „Jak se vyvíjí počáteční psaní.“ měsíčník *Informatorium*, Praha: Portál, vydání č.7, 2006, s. 6-7.
12. LIPNICKÁ, M., *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-244-7.
13. LISÁ, L., KŇOURKOVÁ, M., *Vývoj dítěte a jeho úskalí*. Praha: zdravotnické nakladatelství Avicenum, 1986.
14. LOOSEOVÁ, A., PIEKERTOVÁ, N., DIENEROVÁ, G., *Grafomotorika pro děti předškolního věku*. Praha: Portál, 2001. ISBN 978-80-7367-256-0.
15. MATĚJČEK, Z., *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2005. ISBN 80-247-0870-1.
16. MLČOCHOVÁ, M., *Šimonovy pracovní listy č. 3*, Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-004-06.
17. PILAŘOVÁ, M., *Šimonovy pracovní listy č. 5*, Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-659-4.
18. PŘIKRYLOVÁ, M., *Od jara do zimy č. 2, 3, 5*; vydavatelská činnost neperiodických publikací, 1998.
19. SMOLÍKOVÁ, K., a kol. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*, Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2004.
20. SVOBODA, P., *Cvičení pro rozvoj jemné motoriky a psaní*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-545-5.
21. UŽDIL, J., *Čáry, klikyháky, paňáci a auta*. Státní pedagogické nakladatelství Praha 1980.

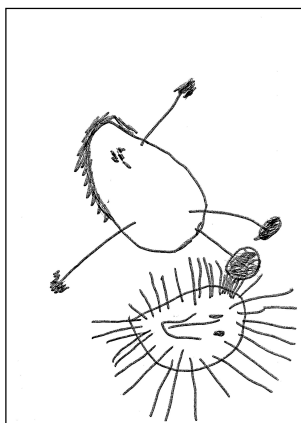
22. UŽDIL, J., ŠAŠINKOVÁ, E., *Výtvarná výchova v předškolním věku*. Státní nakladatelství Praha, 1980.
23. VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie I*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0956-8.
24. ZELINKOVÁ, O., *Pedagogická diagnostika a individuální vzdělávací program*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-326-0.

<http://www.lidsketelo.estranky.cz/clanky/horni-a-dolni-koncetiny/ruka>

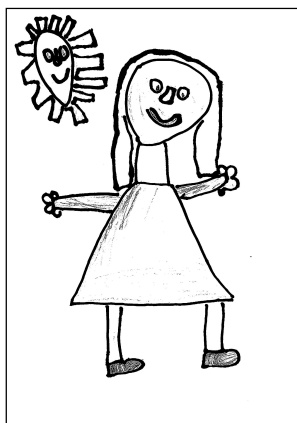
Seznam příloh

- Příloha 1 Vývoj kresby lidské postavy
- Příloha 2 Posun v kresbě lidské postavy – dívka skupiny C
- Příloha 3 Uvolnění paže a rozvoj jemné motoriky ruky
- Příloha 4 Pracovní list – cílový prvek (vázané horní a dolní smyčky)
- Příloha 5 Posun v rozvoji grafomotoriky – chlapec ze skupiny A
- Příloha 6 Posun v rozvoji grafomotoriky – chlapec ze skupiny B
- Příloha 7 Posun v rozvoji grafomotoriky – chlapec ze skupiny C
- Příloha 8 Posun v rozvoji grafomotoriky – dívka ze skupiny A
- Příloha 9 Posun v rozvoji grafomotoriky – dívka ze skupiny B
- Příloha 10 Posun v rozvoji grafomotoriky – dívka ze skupiny C

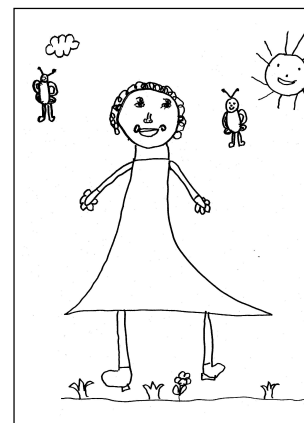
Příloha 1: Vývoj kresby lidské postavy
„Moje maminka“ (zdroj: archiv autorky bakalářské práce)



3 roky, 3 měsíce

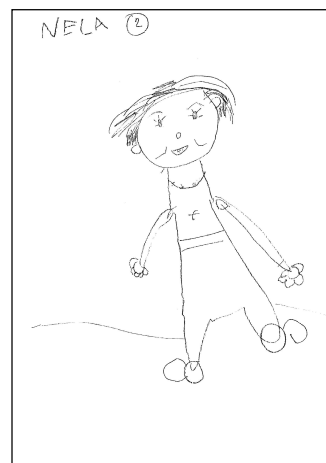


5let, 5 měsíců



6 let, 1 měsíc

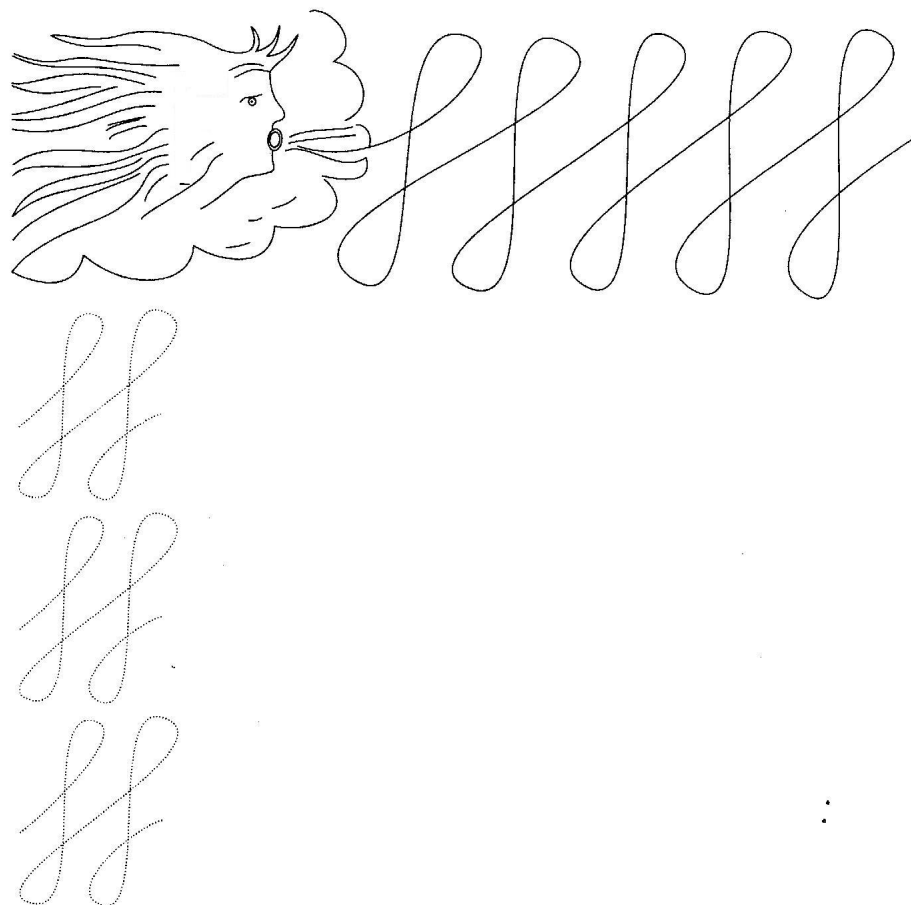
Příloha 2: Posun v kresbě lidské postavy – dívka skupiny C



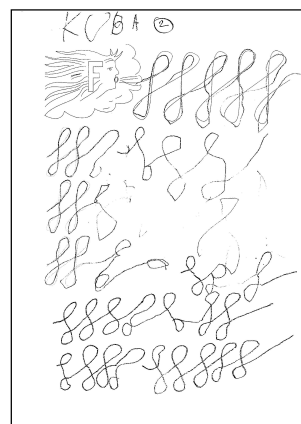
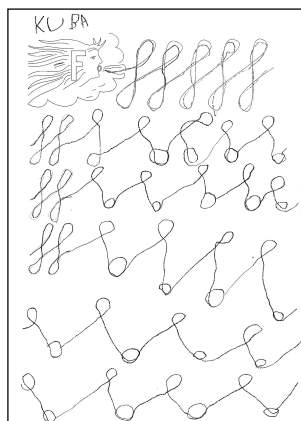
Příloha 3: Uvolnění paže a rozvoj jemné motoriky ruky



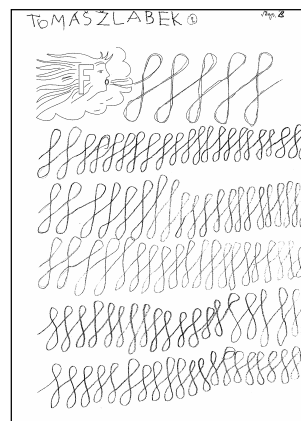
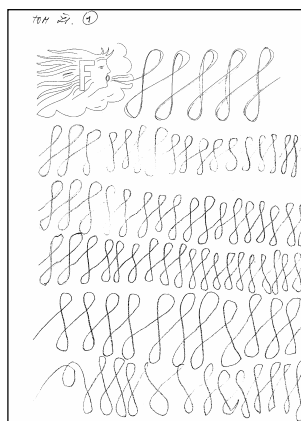
Příloha 4: Pracovní list – cílový prvek (vázané horní a dolní smyčky)



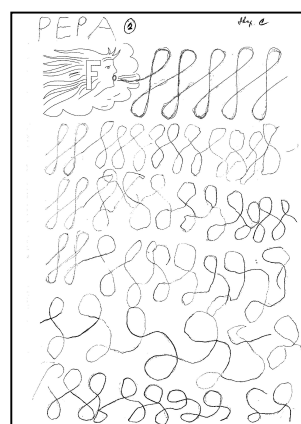
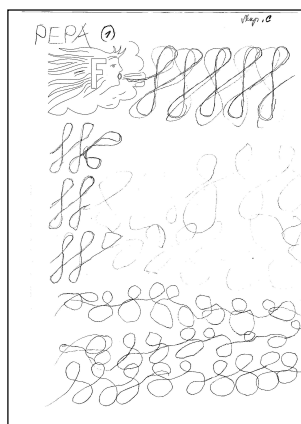
Příloha 5: Posun v rozvoji grafomotoriky – chlapec ze skupiny A



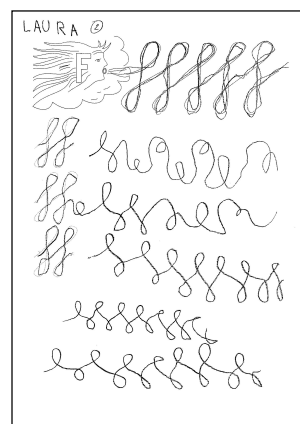
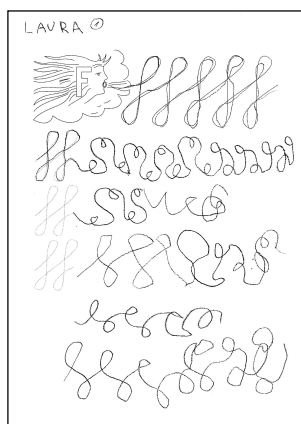
Příloha 6: Posun v rozvoji grafomotoriky – chlapec ze skupiny B



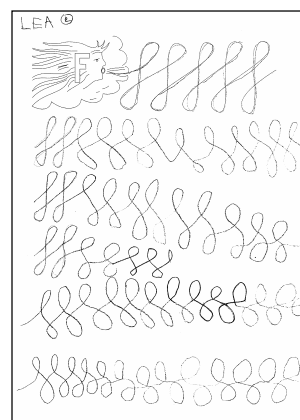
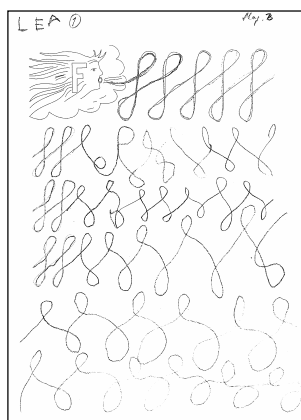
Příloha 7: Posun v rozvoji grafomotoriky – chlapec ze skupiny C



Příloha 8: Posun v rozvoji grafomotoriky – dívka ze skupiny A



Příloha 9: Posun v rozvoji grafomotoriky – dívka ze skupiny B



Příloha 10: Posun v rozvoji grafomotoriky – dívka ze skupiny C

