

GRAFOMOTORYKA W UJĘCIU TERAPII RĘKI

1. Na czynności pisania składają się trzy zasadnicze aspekty:

- **proces psychofizjologiczny** - prawidłowa koordynacja ruchów oka i ręki, właściwych palców, nadgarstka, przedramienia i ramienia.
- **psychologiczny** – dotyczy analizy i syntezy słuchowej, wzrokowej oraz ruchowej.
- **fizjologiczny** - polega na złożonych pobudzeniach nerwowych oraz ich integracji w korze mózgowej i w aparacie ruchowym ręki. Podczas integracji pobudzeń w korze mózgowej i w ruchach ręki istotną rolę odgrywa wzrokowa kontrola ruchu, a także wrażenia kinestetyczne.
- **motoryczny** - składają się ruchy ramienia i przedramienia, zwane ruchami większymi oraz nadgarstka i palców, zwane ruchami małymi. Wyrobienie koordynacji ruchowej trwa dość długo, gdyż układ kostno – stawowy i mięśniowy 7-9 letniego dziecka odpowiedzialny za ruchy kiści dłoni i palców nie jest dostatecznie rozwinięty. Ręka dziecka jest na ogół dość słaba, a kości paliczek dłoni są najczęściej jeszcze chrząstkami, podczas gdy kości ramienia i przedramienia uległy już skostnieniu. Dlatego uczeń wykonuje bardzo sprawnie duże ruchy ręką, natomiast najbardziej aktywne w tym procesie kości nadgarstka i palców łatwo się męczą.

2. Graficzne odwzorowanie liter wymaga sprawności :

- dłoni,
- trzech palców (wielkiego, wskazującego i środkowego).

3. Ważne są też techniczne warunki pisania:

- postawa ciała,
- układ rąk piszącej i towarzyszącej podczas pisania,
- ręka wiodąca to ręka, którą trzymamy pióro podczas pisania. Dłoń i nadgarstek ręki wiodącej powinny być ułożone swobodnie , oparte tak jak i całe przedramię na stoliku,
- ręka pomocnicza powinna współpracować z ręką wiodącą , przytrzymując zeszyt, w którym piszemy, ustawiając go stosownie do przebiegu czynności grafomotorycznej; przedramię ręki pomocniczej winno być oparte na stoliku
- odległość oczu od papieru (ok.30 cm).

4. Ćwiczenia przygotowawcze do nauki pisania liter

- ćwiczenia graficzne powinny być prowadzone w sposób pomysłowy i z fantazją,
- ozdobne szlaczki,
- kreślenie kształtów literopodobnych,
- linii – (falistych, łamanych, równoległych, kół, spirali, pętli elementów liter),
- ćwiczenia aparatu ruchowego ręki - polegają na wykonywaniu ruchy większe ręki przedramienia i ramienia wykonując różne zajęcia plastyczne oraz ruchy małe (kiści, dłoni i palców) oraz ich koordynacja kształtuje się głównie podczas kreślenia znaków literopodobnych w celu wykonywanych innych prac wymagających aktywności palców.

5. Nauczyciel uczy ucznia

- opanowania pisma na poziomie elementarnym w pierwszej klasie, a później posługiwanie się pismem czytelnym, płynnym i estetycznym. Jest ona ściśle powiązana z wyobrażeniami słuchowo wzrokowymi dotyczącymi wyodrębniania w wyrazach głosek i sylab poprzez analizę dźwiękową oraz z graficznymi kształtami liter w wyrazach. Dopiero z nimi kojarzą się właściwe wyobrażenia ruchowe, łączące się w pewną całość motoryczną. Oczywistym staje się fakt ścisłego powiązania pisania z procesem czytania i wzajemnego wpływania na siebie obu czynności,
- uczeń powinien zwracać uwagę przede wszystkim na stronę graficzną pisma (prawidłowe odtwarzanie poznanych liter, łączenie ich w wyrazy, pochylenie pisma i poprawność ortograficzną),
- opanowanie procesu gotowości do pisania przez dzieci jest również odpowiedni poziom orientacji przestrzennej, polegającej na zdolności do odtwarzania znaków graficznych w miejscu określonym na powierzchni kartki z zachowaniem tzw. kierunku postępującego w kreśleniu liter - od strony lewej do prawej,
- metoda nauki pisania w czasie współczesnym ma trzy zasadnicze stadia – etap przygotowawczy, etap właściwy czyli ćwiczenia w pisaniu, oraz doskonalenie umiejętności pisania,
- dużą rolę odgrywa również zdolność przetwarzania obrazu graficznego na obraz ruchu dynamicznego czyli pamięć ruchowa i koordynacja wzrokowo – ruchowa.

6. Jakie występują problemy, kiedy dziecko nie pisze:

- nierozpoczęcie nauki pisania w odpowiednim czasie często powoduje powszechne naśladowanie druku, w związku z czym występuje kształtowanie się błędnych nawyków, hamujących późniejsze postępy w procesie pisania.

7. Pisanie litery jako akt psychomotoryczny składa się z takich elementów jak:

- słuchowe wyodrębnienie głoski i rozpoznanie jej odpowiednika literowego,
- rozmieszczenie kolejnych liter w wyrazie i napisanie jej.

8. Analizując pismo dziecka należy zwrócić uwagę na następujące elementy:

- pozycja dłoni, ręki, ciała i kartki,
- wielkość liter – zbyt małe, zbyt duże, nierówne,
- niekonsekwencje – mieszanina pisma drukowanego i kursywy, nieregularne kształty i rozmiary liter,
- niedokończone słowa lub litery, pominięte słowa,
- krój pisma – zbyt gruby, zbyt cienki, zmienny,
- niewyraźne litery – koślawe łuki i linie proste, niestykające się linie, niewyraźny początek i koniec,
- nierówne pismo wychodzące poza kratki lub linie,
- nierówne marginesy, zbyt ciasno lub zbyt luźno rozmieszczone litery,
- zbyt szybkie bądź zbyt wolne pismo.

9. Jak trzymać ołówek i długopis

- prawidłowy chwyt ma być – precyzyjny, swobodny, ekonomiczny.

10. Nieprawidłowości układu ręki wiodącej

- ciasny układ dłoni (z palcami zbyt blisko przewidzianymi do jej wnętrza, co skutkuje niewłaściwym usytuowaniem narzędzia, np. jego pionizacją).

11. Nieprawidłowości w zakresie współpracy ręki pomocniczej z ręką wiodącą sygnalizują następujące zachowania:

- ręka pomocnicza jest nieaktywna (np. oparta na udach),
- ręka pomocnicza operuje zeszytem/kartką nieadekwatnie do czynności ręki wiodącej (np. przesuwa kartkę w niewłaściwym kierunku),
- ręka pomocnicza wykonuje inne czynności (np. stukanie palcami).

12. Pomoce dydaktyczne

- „nawlekaj nie czekaj” – gra rozwija motorykę małą, spostrzegawczość i pamięć,
- wielofunkcyjny motoryczny słoń – ćwiczenie koordynacji ruchowo – wzrokowej,
- drewniana gra Montessori – jabłuszka wsparcie motoryczne – chwyt pęsetowy,
- kreatywny album grafomotoryczny np. pomoc edukacyjna Esy Floresy Multigra,
- planowanie ruchu ręki,
- zajęcia plastyczne (lepienie z plasteliny, wydzieranki, origami, zabawy paluszkowe, kolorowanie kredkami),
- bierki,
- kropka w kropkę – ćwiczenia grafomotoryczne doskonalące funkcje percepcyjno-motoryczne.

13. Nakładki grafomotoryczne

- zapobiegają ześlizgiwaniu się ołówka, długopisu - wpływają na kształcenie odpowiedniego napięcia w mięśniach dłoni i przedramienia podczas pisania. Polecamy dla dzieci z niskim napięciem i dysgrafią do ćwiczeń pisania. Wykonane z gumy, gładka powierzchnia.

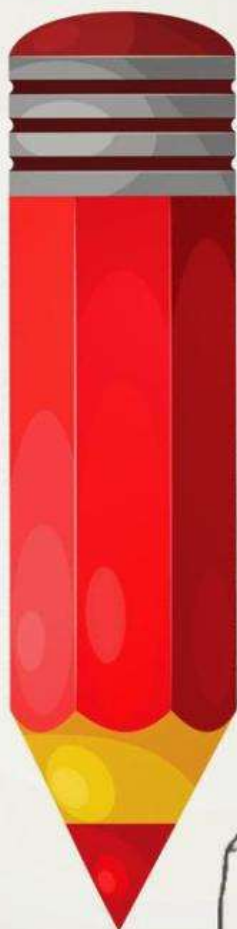
PRAWIDŁOWY CHWYT



1. CHWYT CYLINDRYCZNY
od 1 do 2 lat



2. CHWYT PALCZASTY
od 2 do 3 lat



3. ZMODYFIKOWANY CHWYT
TRÓJPUNKTOWY (trójpalcowy)
od 3 i 1/2 do 4 lat



4. TRÓJPUNKTOWY
(trójpalcowy) CHWYT
od 4 i 1/2 do 7 lat



Źródło: Sens Therapy, <https://web.facebook.com/sensorykawilanow/>

Opracowała: Anna Wojtowska

Literatura:

„Metodyka edukacji polonistycznej dzieci w wieku wczesnoszkolnym” Danuta Czelakowska
Praktyczny Poradnik Dla Rodziców i Pedagogów „Pomóż dziecku z...Dysgrafią” Lewinson

Źródło: Sens Therapy, <https://web.facebook.com/sensorykawilanow/>