

GRAFOMOTORIKA PRI PREDŠOLSKEM OTROKU

Grafomotorika je določena sposobnost, spretnost in veščina, s katero otrok grafične znake ali niz znakov namesti v prostor.

Risanje/pisanje je dinamična naloga, ki zahteva učinkovit prijem svinčnika oz. pisala. Za uspešno risanje/pisanje so potrebne ustrezna manipulacija (rokovanje) roke, vidno-motorične spretnosti, vidna percepcija, fina motorika in motorično zaznavne sposobnosti. Za optimalno pisanje je potrebno, da otrok razvije optimalno muskulaturo (mišičje) in podporne strukture v roki ter stabilnost v sklepih in zapestju. Pomembni so tudi drugi dejavniki, kot so moč, vzdržljivost in nadzorovano gibanje.

Grafomotorične vaje zajemajo krog, črto (pokončno in ležečo), vijuge, zgornje in spodnje loke ter zanke.

Razvoj pri otroku poteka po načelih proksimalnega (bližnjega) in distalnega (oddaljenega) razvoja. Tako vemo, da smer razvoja poteka od sredine telesa navzven. Strukture v sklepih prstov, gibi v dlaneh in v prstih rok, spretnosti prstov dozori nekje ob koncu šestega leta. Da otrok nadzorovano vodi roko s pisalom, mora imeti stabilnost v trupu in rami. Držo, vključevanje trupa ter gibanje rok in nog nadzoruje možgansko deblo. Posamezne gibe prstov nadzoruje motorična skorja preko kortikospiralnega trakta (hrbtenjača). Hrbtenjača pa se ne mielizira do približno 3. leta otrokove starosti. Zato otrok pred 3. letom starosti za držanje pisala v roki uporablja večje mišične skupine. Otrok vključi celo telo in celo roko za risanje. Z odraščanjem se vedno bolj opira na distalne (oddaljene) mišične skupine v roki in se že z podlahtjo naslanja na mizo. Otrok ima že več nadzora v komolcu in v zapestju, podlaket pa že nasloni na mizo. Okoli 6. leta je otrokovo živčevje že tako dozorelo, da ima otrok individualno gibljivost v prstih. To nevrološko in mišično zorenje usmerja otrokov razvoj od proksimalnega do distalnega in otrok pridobiva ustrezen vzorec drže pisala.

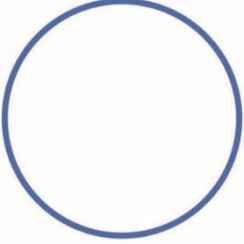
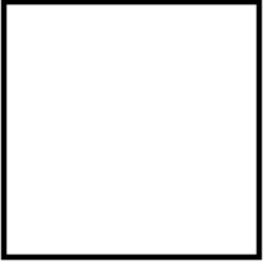
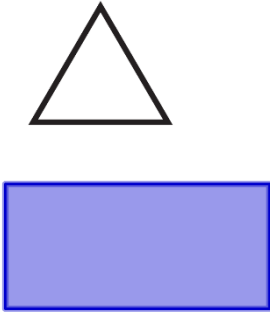
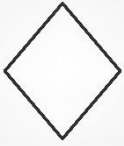
Otroci, ki imajo grafomotoriko dobro razvito, hitreje napredujejo pri sistematičnem opismenjevanju v šoli.

Pri grafomotoriki je potrebna ustrezna drža telesa in ustrezen prijem pisala glede na starost otroka.

Za uspešno pisanje mora otrok razviti:

- optimalno muskulaturo in podporne strukture v roki, stabilnost v sklepih in zapestju,
- moč, vzdržljivost in nadzorovano gibanje,
- ustrezno manipulacijo roke, vidno-motorične spretnosti, vidno percepcijo, fino motoriko, motorično zaznavne sposobnosti, orientacijo,
- čutno-gibalne funkcije, kot so drža telesa, bilateralna integracija, motorično planiranje, kinestezijo, taktilni in propioceptivni odgovor in ravnotežje.

Otrok ima postopen razvoj risanja oblik: čačke, krog, kvadrat, pravokotnik in romb.

3 leta	4 leta	5 let	6 let
			

Slika 1: Razvoj risanja oblik

Drža telesa

- Pokončna, vzravnavna drža,
- Glava je pokonci, stopali sta na tleh, kolena so upognjena pod kotom 90 stopinj,
- Ustrezna višina stola in mize,
- Podlahti, položeni na mizo,
- Odprt ramenski obroč, spuščeni rameni,
- Razdalja med očmi in mizo med 25–35cm,
- Stol z naslonom je nekaj centimetrov odmaknjen od mize.



Slika 2: Pravilna drža

(pridobljeno na spletnem naslovu dne 4.9.2023, <https://poldestrazisar.splet.arnes.si/files/2019/04/1.png>)

Drža pisala pri šestletnem otroku

Otrok prime svinčnik 2,5 centimetra od konice svinčnika. Pisalo prime s palcem in kazalcem, približno dva prsta nad konico. Na sredinec nasloni pisalo. Na list so naslonjeni mezinec, zunanji rob dlani in del podlahti. Vrhnji del svinčnika je obrnjen proti desni, stran od rame pri desničarjih.

Strukture v sklepkih prstov, gibi v dlaneh in v prstih rok dozoriijo nekje ob koncu 6. leta. To nevrološko in mišično zorenje vpliva na razvoj otrokovega vzorca drže pisala. Tekom razvoja otroka poteka prijem od pincetnega, palmarnega supinacijskega, digitalnega pronacijskega prijema, kvadripod štiriprstnega prijema, statičnega triprstnega prijema in dinamičnega triprstnega prijema.

Prijem pisala se deli v tri skupine:

- enostaven (primitive) prijem,
- razvijajoč (transition) prijem,
- pravilen (mature) prijem.

Enostaven prijem imajo otroci do 3. oz. 4. leta starosti. Poimenujemo ga valjasti prijem s palcem navzdol, valjasti prijem s palcem navzgor, prijem debele krede in prijem čopiča.

Razvijajoč (transitional) prijem ima otrok na prehodu iz enostavnega prijema k pravilnemu prijemu. Te prijeme vidimo pri otrocih, ki so stari od 3 do 6 let.

Pravilni (mature - preveri) prijem

Za ta prijem je značilen vzorec, pri katerem je značilen dinamični nadzor nad zapestjem in uporaba intrinzičnih (notranjih) in ekstrinzičnih (zunanjih) mišic roke. Pravilen vzorec pisanja zahteva sposobnost uporabe izoliranih gibov prstov z minimalno vključitvijo zgornjega dela roke in trupa telesa.



Pridobivanje grafomotoričnih spretnosti

Za pridobivanje grafomotoričnih spretnosti mora otrok razvijati finomotorične spretnosti, vključno s senzornimi aktivnostmi in risanjem osnovnih linij, ter grobo motoriko.

Pri predšolskem otroku se pridobivajo spretnosti preko igre.

Dejavnosti

Pazimo na načelo postopnosti, in sicer otrok prehaja od velikih potez na velikih formatih do manjših potez. In od manjše stopnje kontrole vidno-motorične koordinaciji do večje stopnje.

Dejavnosti, ki se prilagodijo starosti otroka:

- Riše in slika naj najprej na velike ploskve, lahko s kredo na asfalt, s prstom po mivki, z brivsko peno po steklu ali ogledalu.
- Vodenje in vijuganje avtomobilčkov po različnih progah, vijuganje po narisanih smučarskih progah, ki so narisani na velikih plakatih.
- Privijanje in odvijanje vijakov, izdelovanje lesenih ali papirnatih modelov, vozlanje različnih vozlov, sestavljanje lego kock, prepogibanje papirja (origami).
- Striže, potiska, zlega, sestavlja, pobira drobne predmete, trga.
- Plazi, teka, skače, meče žogo, ulovi žogo, brca žogo, cilja v tarčo.
- Gnete, šiva, oblikuje, natika, pretika.
- Igre z loparji, namizni tenis, mini golf, balinanje.
- Orientacija v prostoru, iskanje zaklada.
- Prelivanje vode z vrčem.
- Uporaba kapalke.
- Presipa riž z žlico iz ene posodice v drugo.
- Lupljenje mandarin, trganje solate, itd.
- Igre z magneti, igranje s taktilnimi dominami, reševanje labirintov, itd.
- Risanje črt po predlogi v pesek, polento, v brivsko peno.
- Polaganje predmetov po liniji, npr. gumbi na črto, odtisi, lepljenje nalepk, polaganje žebličkov po predlogi.
- Riše osnovne linije na A3 list in A4 list.

Zaključek

Za opismenjevanje v šoli so potrebne razvite predopismenjevalne komunikacijske zmožnosti, tako govorna zmožnost (poimenovalna in upovedovalna zmožnost) kot zmožnost poslušanja (slušno razločevanje in slušno razčlenjevanje), in tudi razvite predpisovalne spretnosti (grafomotorične, ročne spretnosti, koordinacija oči in rok ter orientacija) ter predbralne spretnosti (koncept tiska, grafično zavedanje, zavedanje o skladnosti glasu – črke).

Vir in literatura:

Herrman, E. (2017). *100 dejavnosti za spodbujanje razvoja pri malčkih po metodi Montessori*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Žerdin, T. (1996). *Ringa ringa raja: priročnik za gibalno – grafične vaje*. Zbirka Mala šola. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Zrimšek, N. (2000). Opismenjevanje šestletnikov. V Medved Udovič, V., Jamnik, T. *S slikanico se igram in učim. Priročnik k učbeniku in delovnemu zvezku za slovenščino v prvem razredu 9-letne osnovne šole*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Zrimšek, N. (2003). *Začetno opismenjevanje. Pismenost v predšolski dobi in prvem razredu devetletne osnovne šole*. Ljubljana. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

Krašovec, B. in Sovinc, N. (2020). *Vaje za spretne prste: zbirka vaj za zaznavanje in obvladovanje telesa*. Ljubljana: Rokus Klett.

Ropič, M., Frančeškin, D. in Romih, I. (2006). *Danes rišem, jutri pišem. Delovni zvezek za opismenjevanje v 1.razredu devetletne osnovne šole*. Ljubljana: Rokus Klett.

Žerdin, T. (2011). *Motnje v razvoju jezika, branja in pisanja*. Ljubljana: Bravo - društvo za pomoč otrokom in mladostnikom s specifičnimi učnimi težavami.