

# Grafomotoryka

Zajęcia manualne i ćwiczenia graficzne należy wykonywać z dziećmi w wieku przedszkolnym, by ułatwić im w przyszłości proces nauki pisania w szkole. Pisanie wymaga od dziecka szeregu skomplikowanych czynności, wielu umiejętności: precyzji ruchów, koordynacji wzrokowo - ruchowej i koordynacji całego ciała. Ćwiczenia grafomotoryczne wpływają na wszystkie zmysły dziecka.

**Grafomotoryka (lokomocja mała) to sprawność manualna rąk przejawiająca się właściwą precyzją ruchów dłoni i palców oraz odpowiednim tempem wykonywanych czynności.**

Najważniejsze cele ćwiczeń grafomotorycznych, oprócz ułatwiania dziecku opanowania nauki pisania w pierwszych latach edukacji to:

- Rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej i motoryki małej (czynności związanej z użyciem palców i dłoni).
- Usprawnianie umiejętności prawidłowego posługiwania się narzędziami piszącymi.
- Korygowanie nieprawidłowych nawyków ruchowych (Np. trzymanie przyborów w ręce nieprawidłowe napięcie mięśniowe dłoni).
- Poprawianie poziomu graficznego pisma i rysunków.
- Kształtowanie umiejętności rysowania zgodnie z poleceniami dorosłego.
- Doskonalenie orientacji w schemacie własnego ciała i orientacji przestrzennej.
- Stymulowanie ogólnego rozwoju.
- Wyrabianie motywacji do nauki.
- Wzbudzanie zainteresowania dziecka.

W okresie piątego, szóstego roku życia zaczynają pojawiać się różnice indywidualne w sprawności manualnej rąk i w tempie pracy. Jedne rysunki są bardzo ubogie, schematyczne, inne bogate w szczegóły, pięknie pokolorowane. U tych samych dzieci szlaczki i litery są kanciaste, nie mieszczą się w liniaturze lub są bardzo ładne, staranne. Zróżnicowane jest również tempo wykonywania ćwiczeń czy rysunków, niezależnie od ich jakości.

Różnice takie zależą od wielu czynników:

- ogólnego rozwoju umysłowego,
- doświadczeń w rysowaniu,
- ogólnej sprawności ruchowej,
- rozwoju funkcji percepcyjno – motorycznych

Ćwiczenia i zabawy zawarte w tym artykule to tylko propozycja, z której każdy rodzic może znaleźć coś odpowiedniego dla swojego dziecka. Ćwiczeń grafomotorycznych jest mnóstwo, są bardzo różnorodne. Podane przykłady mogą być też inspiracją do tworzenia innych, budzących zainteresowanie oraz ciekawość przedszkolaka.

Propozycje ćwiczeń grafomotorycznych:

- budowanie z klocków,
- układanie puzzli,
- przypinanie klamerek,
- nawlekanie koralików,
- nawijanie sznurka,
- przewlekanie sznurowadeł,
- zabawy plasteliną, ciastoliną, modeliną itp.
- malowanie farbami,
- rysowanie różnorodnymi przyborami plastycznymi (kredką, węglem, ołówkiem),
- rysowanie szlaczek,
- rysowanie po śladach,
- łączenie kropek,
- obrysowywanie przedmiotów,
- odwzorowywanie rysunków zgodnie ze wzorem,
- kolorowanie rysunków,
- dyktanda graficzne,

- wydzieranki z papieru,
- wycinanie nożyczkami,
- origami – sztuka składania papieru,
- gra w ringo, bierki, pchełki, dwa ognie,
- rzucanie i łapanie piłki,
- toczenie piłki do celu,
- przrzucanie woreczka z lewej do prawej ręki,
- rzucanie do celu,
- ćwiczenia ruchowe (krążenia ramion, naśladowanie lotu ptaków, wykonywanie ruchów ramionami jak przy pływaniu, krążenie i wymachy dłoni, spacer palcami po stole, naśladowanie gry na pianinie).

Ogólny rozwój fizyczny dziecka ma ogromny wpływ na małą motorykę, dlatego dzieci powinny mieć sposobność, aby:

- jeździć na rowerze, hulajnodze, rolkach,
- grać w gumę,
- skakać na skakance,
- grać w gry zespołowe,
- biegać, wspinać się, czołgać, pokonywać tory przeszkód.

Należy pamiętać, że dziecko kończące edukację przedszkolną nie musi jeszcze pisać ładnych, zgrabnych liter, ale jego dłonie mają uzyskać gotowość do podjęcia nauki pisania, dlatego tak ważne jest codzienne wykonywanie ćwiczeń usprawniających motorykę małą.

Opracowała: Barbara Skibicka-Nowakowska

Literatura:

- „Jak ćwiczyć małe rączki” Marta Miśko
- „Rysowane wierszyki” Ewa Małgorzata Skorek
- „Ćwiczenia grafomotoryczne” Ewa Gawel