

Szanowni Państwo,

przedstawiamy zeszyt ćwiczeń grafomotorycznych rozwijających sprawność manualną oraz orientację wzrokowo-przestrzenną u dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Indywidualna praca z ćwiczeniami opracowanymi w formie zabaw wymaga od uczniów cierpliwości oraz skupienia uwagi, co w rezultacie usprawnia ich funkcje poznawcze: orientację przestrzenną, pamięć i planowanie. Ćwiczenia grafomotoryczne ponadto:

- regulują napięcie mięśniowe w obrębie dłoni i obręczy barkowej,
- doskonalą precyzję ruchów,
- usprawniają koordynację wzrokowo-ruchową.

Pamiętajmy, że dzieci rozwijają sprawność manualną przede wszystkim podczas wykonywania codziennych czynności, takich jak: ubieranie się, wiązanie sznurówek, zasuwanie suwaka, posługiwanie się sztućcami; wspólnego z rodzicami przygotowywania jedzenia, np. ugniatania czy formowania ciasta; rozmaite zabawy kształtujące motorykę dużą oraz koordynację ruchów ciała (gra w piłkę, skakanie na skakance, pływanie itp.). Zachęcamy je także do wykonywania takich czynności, jak:

- malowanie,
- kolorowanie,
- lepienie,
- wycinanie,
- wydzieranie,
- naklejanie,
- nawlekanie koralików,
- obrysowywanie szablonów (koła, kota itp.),
- przewlekanie sznurówek (np. przez kolorową tkaninę z podziurkowanymi konturami zwierząt),
- sortowanie guzików,
- układanie wzorów (z guzików, koralików, klocków itp.),
- napełnianie pojemników przez przenoszenie (kaszy, fasoli, grochu) na łyżeczce z jednego pojemnika do drugiego lub sypanie (piasku, kaszy manny) przez lejek,
- ugniatanie papierowych kul,
- podrzucanie i łapanie małych piłeczek (także żonglowanie), rzucanie do celu,
- zabawy w kręgle,
- rozdawanie kart do gry,
- granie w bierki i pchełki.

Mamy nadzieję, że zaproponowane ćwiczenia zainspirują nauczycieli i rodziców, pragnących pomagać dzieciom w usprawnianiu ich umiejętności grafomotorycznych, do codziennej ukierunkowanej aktywności. Można je wykonywać za pomocą ołówka, kredki, flamastrów, farb, plasteliny, aby stały się dla dziecka interesującą zabawą. Można je też dowolnie uzupełniać przez dorysowywanie, zamalowywanie płaszczyzn, ozdabianie kropkami, kreskami itp.

Życzymy Państwu sukcesów i satysfakcjonującej pracy
Zuzanna Zbróg, Ewa Boksa

Dlaczego ćwiczenia grafomotoryczne są ważne w rozwoju dziecka?

Prawidłowy rozwój umiejętności manualnych jest powiązany z przyrostem umiejętności językowych i artykulacyjnych. Sprawności motoryczne pojawiają się i doskonalą zarówno pod wpływem czynników genetycznych, jak i środowiskowych. Dowodem zaprogramowania genetycznego jest fakt, że u właściwie rozwijających się niemowląt umiejętności pojawiają się zwykle w tej samej kolejności i mniej więcej w tych samych momentach życia. Z kolei istnienie znacznych różnic jednostkowych dowodzi, że rozwój motoryczny nie odbywa się według ściśle określonego programu genetycznego.

Przez cały okres poprzedzający rozpoczęcie nauki w szkole rozwój funkcji ruchowych w zakresie motoryki dużej – związanej z lokomocją, jak i motoryki małej – związanej z ruchami ręki oraz aparatu artykulacyjnego, jest niezwykle dynamiczny. Około drugiego roku życia następuje wzrost sprawności ruchów ręki i umiejętności rysowania. Dziecko doskonali umiejętności bazgrania, zaczyna samorzutnie, bez pomocy dorosłego, rysować, a następnie odtwarza linie pionowe i poziome. W miarę treningu następuje dalszy wzrost i rozwój złożonej kontroli percepcyjno-motorycznej, potrzebnej do doskonalenia się tej czynności. Wśród rysowanych obiektów najczęściej pojawia się postać w kształcie głowonoga, kuli lub okręgu, od którego odchodzą linie proste. Z czasem do tego koła dodawane są elementy twarzy – oczy, usta, nos. Czterolatek próbuje narysować figurę w kształcie prostokąta i kwadratu. Pod koniec okresu przedszkolnego oraz w klasach I–III dzieci wykonują już rysunki na konkretny temat, starają się odwzorować litery drukowane i pisane oraz szlaczki, które zawierają wszelkie możliwe elementy liter: koła, pętle, łuki, kreski.

Rzeczywisty rozwój motoryczny, szczególnie w zakresie sprawności manualnej, zachodzi w ścisłej korelacji z procesami poznawczymi. Dużą rolę w jego przebiegu odgrywają stymulacja środowiskowa oraz bodźce płynące z zewnątrz. Dlatego tak ważne są działania terapeutyczne nauczyciela, który dzięki urozmaiconym ćwiczeniom może zniwelować trudności dziecka w zakresie grafii. Istotną jest przy tym świadomość nauczyciela, że poziom rozwoju motorycznego może sygnalizować konieczność podjęcia zabaw/zajęć stymulujących rozwój poznawczy czy emocjonalno-społeczny uczniów.

Autorki