

GRAFOMOTORIKA

Zajema spretnosti, sposobnosti in veščine pisanja – oblikovanja pisnih znamenj, njihovo razvrstitev v prostor ter pravilno usmerjanje potez (Žerdin, 2003). Je del splošne motorike. Povezana je z motoričnim in zaznavnim razvojem, predvsem pa z razvojem fine motorike.


Podlaga za razvoj grafomotorike leži v gibalnem razvoju otroka. Razvoj grafomotorike gre vedno v smeri od večjega k manjšemu, od velikih potez k manjšim (od ramen, komolca, zapestja, dlani, do prstov).

Otroci morajo krepiti mišice trupa, rok, dlani in prstov ter razviti sposobnost za prepoznavanje položajev delov lastnega telesa v prostoru. Zavedanje lastnega telesa se prične takoj po rojstvu; otrok najprej raziskuje svoje telo, nato ga začne umeščati v prostor okrog sebe in razvijati orientacijo. Slaba telesna shema je lahko vzrok težav pri grafomotoriki. Težave se kažejo predvsem pri prostorski organizaciji zapisa (ne vedo, kje na listu naj začnejo pisati, izpuščajo vrstice, črke so neenakomerno velike, menjajo vidno podobne črke,...).

Grafomotoriko je mogoče izboljšati z vajo. **Najboljše vaje so aktivnosti, kjer morajo otroci paziti na natančno in precizno delo s prsti.** Na ta način otrok razvija t.i. pincetni

prijem, ki je zelo pomemben za pravilno držo pisala. **Pincetni prijem** pomeni prijem drobnega predmeta z blazinicami palca in kazalca. Prvič se praviloma pojavi pri otroku okrog 9. meseca starosti.

Razvoj drže pisala poteka postopoma in prehaja skozi različne faze.

Močan oprijem Starost otroka 1 – 1,5. Prsti so stisnjeni v pest, ročni sklep je zvit. Roka se premika kot celota.	
Oprijem s pestjo Starost otroka 2 – 3 let. Svinčnik drži s prsti, ni odprtega loka med palcem in kazalcem. Roka se premika kot celota.	
Statični triprsti prijem Starost 3,5 – 4 let. Svinčnik drži s tremi prsti, med palcem in kazalcem je nežno odprt. Pri pisanju se premika cela roka namesto prstov.	
Zreli dinamični triprsti oprijem Starost 4, 5 – 6 let. Sklep roke je iztegnjen, svinčnik se drži z vrhovi prstov (palca, kazalca in sredinca), odprt lok med palcem in kazalcem. Pri pisanju se pomikajo prsti in ne dlan.	

DEJAVNOSTI ZA SPODBUJANJE GRAFOMOTORIKE

- gnetenje in oblikovanje mehkih, gnetljivih mas, materialov (testo, glina, plastelin, ...),

- trganje papirja,
- vtikanje drobnih predmetov v odprtine,
- zvijanje in prelaganje papirja,
- pobiranje drobnih predmetov s pinceto,
- delanje vozlov,
- igra s ščipalkami za perilo,
- natikanje, nizanje predmetov na vrvico, palico,...
- risanje in pisanje na velike površine z različnimi pisali,
- zapiranje in odpiranje gumbov, zamaškov,
- oblačenje, obuvanje,
- zategovanje vijakov,
- zabijanje žbljev,
- pobarvanke,
- grafomotorične vaje (od 4. leta dalje).

Vaje za grafomotoriko naj se izvajajo za mizo. Če te vaje izvajamo na tleh, zahtevajo drugačno držo telesa in drugačno napetost mišic kot je sicer pri grafomotoričnih aktivnostih.

Bistvo grafomotoričnih vaj je ponavljanje, urjenje. Samo tako lahko dosežemo avtomatizacijo določenih gibov.

! V današnjem času otroci pogosto razvijejo spretnosti prstov na računalniški miški ter drugih elektronskih napravah. To **NE MORE** nadomestiti spretnosti, ki jih otroci pridobijo v zgoraj naštetih aktivnostih! **!**

Uporabljeni in priporočeni literaturi

Derganc, E. (2018). Rišem, brišem in packam: vaje za razvoj grafomotoričnih sposobnosti in spretnosti (3. - 4. leta).

Fricelj N. in drugi (2020). Spretni prstki. Dejavnosti za spodbujanje grafomotorike in fine motorike pri predšolskih otrocih. Smernice za starše.

Gortnar, M. (2013). Učinkovitost grafomotoričnega treninga v tretjem razredu redne osnovne šole: študija dveh primerov. Diplomsko delo.

Nemec, B., Krajnc, M. (2011). Razvoj in učenje predšolskega otroka.

Žerdin, T. (2011). Motnje v razvoju jezika, branja in pisanja.

*Vaja dela mojstra,
če mojster dela vajo.*

FINA MOTORIKA IN GRAFOMOTORIKA V PREDŠOLSKEM OBDOBJU



Svetovalna služba VVZ Slovenj Gradec