

## **Kształtowanie umiejętności grafomotorycznych**

Próbując odpowiedzieć na pytanie: co to jest grafomotoryka, musimy uwzględnić cały złożony proces zaangażowany w czynność rysowania lub pisania, w czasie którego dochodzi do kojarzenia wrażeń kinestetyczno - ruchowych, dotykowych i ruchowych.

Rodzice czerpią wiele radości z obserwacji rozwoju swoich dzieci. Zachwycają się pierwszym uśmiechem dziecka, dłużej utrzymanym spojrzeniem niemowlęcia, zaciśnięciem małej dłoni na palcu dorosłego, wyrzucaniem grzechotki z wózka. Aktywności ruchowe przechodzą ogromną i ważną przemianę - od odruchu do świadomej kontroli i planowania ruchu. Niewielu opiekunów ma świadomość, że już od wczesnego okresu życia dziecko kształtuje również swoje umiejętności grafomotoryczne. Takim przemianom podporządkowane są również inne obszary rozwoju dziecka odpowiedzialne za kształtowanie funkcji poznawczych.

## **Rola zabawek i zabaw**

Znaczącą rolę w pierwszych stymulacjach rozwoju odgrywają zabawki. Szczególnie w początkowym okresie życia dziecka od opiekunów zależy, jaką zabawkę wybiorą.

Obecnie na rynku sprzedaży obserwuje się dwa nurty związane z produkcją i ofertą zabawek dla dzieci w różnym wieku.

Jeden kierunek opiera się na idei atrakcyjności wizualnej, modzie, stymulacji słuchowej, łatwości, dostępności „obsługi” zabawki. Taka zabawka charakteryzuje się ogromną ilością szczegółów, brakiem cech charakterystycznych, mozaiką kolorystyczną, dużą liczbą przycisków, każde użycie klawisza wywołuje inną mechaniczną muzyczkę i kombinację migających świateł.

Drugi rodzaj zabawek charakteryzuje się prostymi formami konstrukcji, uporządkowaniem kolorystycznym, dostarcza dziecku zróżnicowanych doznań zmysłowych i możliwości kreatywnej zabawy, czyli wielorakiego łączenia, przekształcania, tworzenia z wyobraźni. Kiedy ręce dziecka zaczynają odkrywać najbliższe otoczenie, dzięki organizacji, adaptacji i obserwacji wielokrotnych zmian związanych z budową, rozmiarami i kształtami przedmiotów, dziecko doświadcza, poznaje i uczy się. Podczas najbardziej naturalnej formy aktywności dziecka, jaką jest zabawa, dochodzi do kojarzenia wrażeń kinestetyczno - ruchowych, dotykowych i wzrokowych. Czyli w zabawę zaangażowane są wszystkie te obszary, które wykorzystywane są w dalszym procesie rozwoju, który następuje w możliwej do przewidzenia kolejności i zwykle jest obrazowany przez szereg typowych zachowań obserwowanych na każdym poziomie życia dziecka.

Rodzaj zabaw zmienia się wraz z wiekiem dziecka, ale zawsze taka aktywność powinna zawierać:

- Ruch angażujący tzw. dużą motorykę - umożliwienie dziecku przemieszczanie się, pokonywanie dystansów, wspinanie, przechodzenie przez przeszkody, kopanie piłki.
- Ruch angażujący tzw. małą motorykę - popychanie, ciągnięcie, wyjmowanie, wkładanie, turlanie, rzucanie piłki.
- Stymulację rozwoju koordynacji wzrokowo - ruchowej - dopasowywanie, konstruowanie, nakładanie na patyk, jazda na hulajnodze, na rowerze.
- Zabawy manipulacyjne - angażowanie napięcia drobnych mięśni dłoni i palców oraz zakresu ruchu nadgarstków.

## **Propozycje aktywności wpływających na kształtowanie umiejętności grafomotorycznych**

### **Zabawy manualne:**

- Nawlekanie koralików, przewlekanie tasiemki.
- Konstruowanie z klocków.
- Wydzieranie z papieru.
- Malowanie palcami.
- „Stemple” z dłoni.
- Lepienie z gliny, plasteliny, modeliny.
- Wykorzystywanie zróżnicowanych faktur do zabaw (rozdzielanie przez dotyk).
- Wycinanie.
- Rysowanie na dużych powierzchniach oburącz - koła na zewnątrz i do wewnątrz.
- Malowanie znaku nieskończoności, labiryntów.
- Wyszukiwanie drobnych przedmiotów w miskach wypełnionych grochem/ ryżem/ fasolą.
- Rozpoznawanie poprzez dotyk (przedmioty w woreczku).
- Konstrukcje z klocków drewnianych i „Lego”.

### **Zabawy ruchowe - duża motoryka:**

- „Taczki”.
- Przeciąganie liny lub rozciąganie gumy.
- Skakanie na dużej piłce z uchwytami.
- Przeskakiwanie obunóż przez linkę ułożoną na podłodze.
- Chodzenie na krzyż.
- Chodzenie stopkami do tyłu i do przodu.
- Naśladowanie biegania (w miejscu), skakania różnych zwierząt.
- Balansowanie ciała na dużej piłce w pozycji siedzącej.
- Chodzenie po krawężnikach, wąskich deskach.

### **Zabawy ruchowe - mała motoryka:**

- Krążenia prostymi ramionami do przodu i do tyłu.
- Krążenia ramionami złożonymi w skrzydełka do przodu, do tyłu.
- Pływanie na sucho, ramiona jak do żabki, krawla lub motylka.
- Swobodne machanie ramionami - ciężar ciała.
- Naprzemienne „wchodzenie” dłońmi po kijku ustawionym pionowo na stole.
- Krążenia ramionami do przodu z kijkiem w obu dłoniach.
- Uciskanie, masowanie ramion na całej długości zróżnicowanymi fakturami.
- Uciskanie, masowanie poszczególnych palców.
- Ściskanie piłeczek antystresowych.
- Naprzemienne zaciskanie dłoni.
- Potrząsanie kolejno kończynami.

*Źródło: Wydawnictwo Raabe*