

Baza

Inspiracji

*Motoryka
mata*



Określenia motoryka mała używamy wobec wszystkich czynności wykonywanych przy pomocy rąk.

Motoryka mała rozwija się i doskonali od samego urodzenia, a nawet wcześniej, bo do pierwszych czynności z tego zakresu, można by zaliczyć kierowanie kciuka do ust. Mówiąc o umiejętnościach motoryki małej, myślimy głównie o czynnościach manipulacyjnych, umiejętnościach związanych z chwytaniem przedmiotów, przenoszeniem ich, upuszczaniem, w końcu – chwytanie kredki, kreślenie, rysowanie, ostatecznie – pisanie.

Stymulacja, czyli doskonalenie i usprawnianie motoryki małej od najmłodszych lat, sprawia, że dzieci chętniej podejmują naukę pisania, może ona być łatwiejsza, przyjemniejsza. Ponadto, podejmowanie takich ćwiczeń wpływa pozytywnie na rozwój mowy.

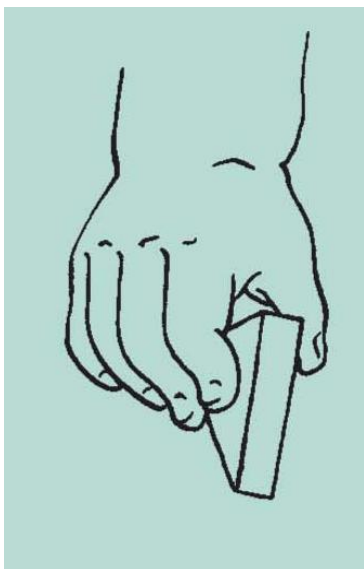
Sprawność palców i dłoni można doskonalić przez zabawę. Polecamy teraz kilka twórczych zabaw. Zabawy zostały przedstawione według kolejności:

- zabawy manipulacyjne;
- zabawy sensoryczne;
- zabawy grafomotoryczne;

Zabawy manipulacyjne

Przyjrzyjmy się ważnym aspektom związanym z rozwojem motoryki małej:

- Dziecko w wieku **4-5 miesięcy** zaczyna sięgać po przedmioty, jest to **chwyt prosty**, nieprecyzyjny – cała dłoń spada na przedmiot i „owija go palcami”; cała manipulacja przedmiotem ogranicza się do zbliżania go do ust i wypuszczania z dłoni;
- Dziecko **6-7 miesięczne** wzbogaca repertuar czynności manipulacyjnych o potrząsanie, postukiwanie;
- Około **8 miesiąca** życia w czynnościach manipulacyjnych zaczyna uczestniczyć **kciuk**, który do tej pory pozostawał nieaktywny;
- Dziecko w wieku **8-9 miesięcy** potrafi zbliżyć rękę ku przedmiotowi (uruchomiony **staw nadgarstka**). Pojawia się **chwyt pęsetkowy**- przeciwstawia kciuk i palec wskazujący- chwytą opuszkami palców.



Zależności obserwowane w tak wczesnym wieku mają ogromne znaczenie dla całego funkcjonowania i rozwoju małej motoryki.

Zabawy manipulacyjne polecane dzieciom w wieku przedszkolnym i ich rodzicom

Doskonalenie precyzji – chwyt pęsetowy

- Zbierajcie koraliki – do buteleczki, kubeczka. Można przy okazji liczyć, dzielić na kolory – rozwijając przy tym inne umiejętności



- Bawcie się żabkami do przypinania prania. Przypinanie i odpinanie klamerek wymaga siły nacisku, dziecko w 3 roku życia powinno poradzić sobie z zapinaniem klamerek na ściankach pudełka (np. po butach).

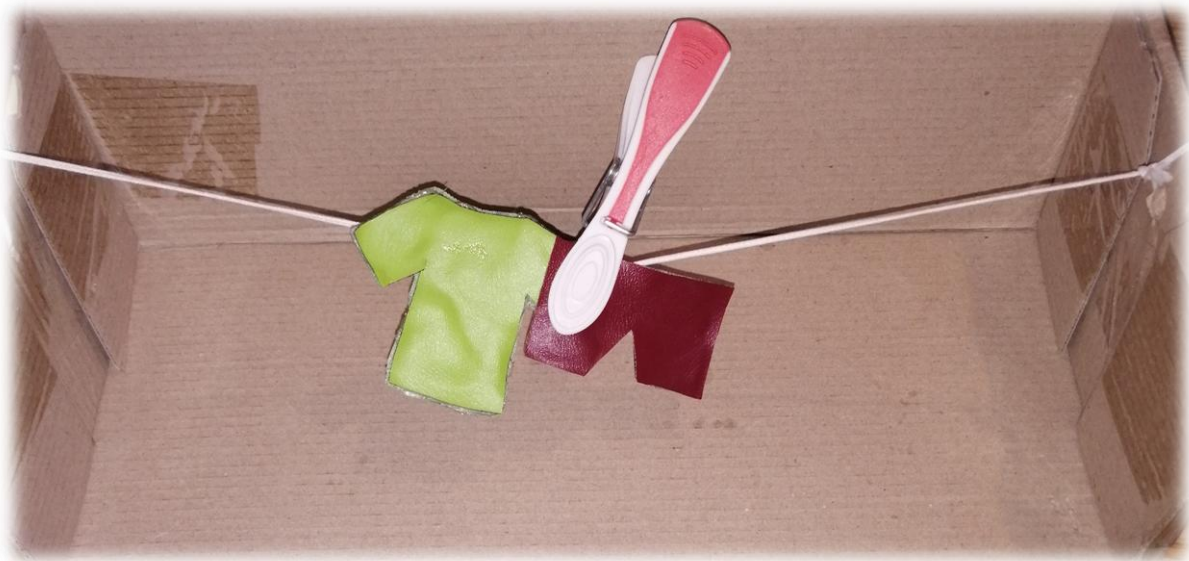


Klamerek można użyć do chwytania przedmiotów (np.

plastikowych zakrętek, pomponików) do chwytania ich i przenoszenia. Te drobne przedmioty można umieszczać w pudełku, dzielić na grupy kolorystyczne, robić wyścigi – kto nazbiera więcej.



Zabawcie się w robienie prania – wytnijcie ubrania z papieru bądź skrawków materiału. Rozwieście sznurek, wieszajcie pranie. Przy okazji możemy ćwiczyć pamięć, mówiąc do dziecka – „*teraz zawieszysz spodnie, koszulkę i czapkę*” – dziecko wybiera części garderoby według usłyszanej kolejności.



- Chwył pęsetowy ćwiczmy także przy użyciu zabawek typu skarbonka.

Skarbonkę można wykonać samodzielnie:



Doskonalenie precyzji – palec wskazujący

- Dziecko około 10 miesiąca życia nabywa umiejętność posługiwania się palcem wskazującym. Jest to niezwykle ważna sprawność, którą można doskonalić przy okazji



zabaw z wykorzystaniem gadżetów typu telefon, kasa fiskalna czy wskazywania w książeczkach i na obrazkach.

Bawiąc się telefonem, przy okazji doskonalimy pamięć dziecka – mówimy „zadzwoń teraz do babci – wybierz numer: 478”.

Pamiętajmy, że poziom trudności i charakter zabawy dostosowujemy do wieku i możliwości dziecka.



Zabawy ze wskazywaniem paluszką na obrazku doskonałą sprawność percepcyjną, czyli spostrzegawczość.



Usprawniamy nadgarstek

Nadgarstek odgrywa ważną rolę dla wszystkich czynności manipulacyjnych i precyzyjnych, warto postarać się o to, aby był sprawny ;)

- Stuku – Puku – postukajmy młoteczkami ...

Zabawy z wykorzystaniem młotka rozwijają sprawność nadgarstka. Przy okazji możemy powiedzieć dziecku „*teraz stukaj czerwony, zielony, niebieski*” – ćwicząc tym pamięć i koncentrację.



Taki zestaw nie jest konieczny, młotkiem może być rolka po folii spożywczej, stukać możemy w zwykłe klocki drewniane.

- Zabawa w krojenie – również ćwiczymy sprawność nadgarstka, przy okazji – koordynację pracy dwóch rąk (jedna ręka trzyma, druga kroi);



W asyście osoby dorosłej i po odpowiednim dobraniu sprzętu, dzieci mogą ćwiczyć na prawdziwych owocach.

Jeśli zdecydują się na zabawkowy zestaw, przyrządzoną sałatką owocową można nakarmić zrobionego wcześniej samodzielnie „Głodomora” – rozwijając kompetencje społeczne – współpracy i zabawy.



Zabawy sensoryczne

- Zabawy z ugniataniem rozwijają sprawność całej dłoni.

Gniotka można wykonać samodzielnie napełniając balonik mąką, mąką ziemniaczaną, piaskiem, ryżem, fasolką, grochem, kulkami hydrożelowymi



Zabawki do „ugniatania”



Masy plastyczne – dodatkowo pobudzają zmysł dotyku, zapachu, słuchu ...



Pianka do golenia i mąka ziemniaczana dają skrzypiący śnieg.



Woda w połączeniu z mąką ziemniaczaną dają „ciecz nienewtonowską” – wspaniała zabawa gwarantowana.

Polecamy wykorzystać to, co jest dostępne w domu.



- Bawimy się w rozpoznawanie kształtów z zamkniętymi oczami;
- Rozdzielanie pomieszanych substancji z zamkniętymi oczami;
- Doskonalimy przy tym chwyt oraz pobudzamy do pracy zmysł dotyku;
- Makaron z dziurkami – nawlekamy na sznureczki lub druciki – doskonałe ćwiczenie precyzji, chwytu, koordynacji pracy dwóch dłoni;
- Kaszę mannę, gryczaną lub ryż rozsypujemy równomiernie na tacy lub talerzyku – ćwiczymy rysowanie kształtów a nawet doskonalimy pisanie liter;
- Odszukujemy zabawki ukryte w kulkach hydrożelowych;



Zabawy grafomotoryczne

Przyjrzyjmy się prawidłowościom rozwojowym. Czego można oczekiwać od dziecka w zależności od jego wieku?

Etapy rozwoju kreski

- 0.9 – 1.6 – pojawiają się pierwsze znaki graficzne; pierwsze próby bazgrania;
- 2 rok życia:
 - bezkształtne zygzaki, długie pionowe kreski o dużych rozmiarach;
 - dziecko jeszcze nie potrafi zatrzymać rysowanej kreski w konkretnym miejscu – nie połączy dwóch linii, nie narysuje linii po śladzie; kontroluje tylko „start” rysowania;
- Między 2 a 3 rokiem życia:
 - kreski koliste, spiralne, wahadłowe;
 - kontrolowanie punktu końcowego kreski;
 - 2.6 – odwzorowuje linie pionowe i poziome;
 - 3 – odwzorowuje koło;
- 3,6 – odwzorowuje krzyż;
- 4 lata – odwzorowuje kwadrat;
- 4,6 – odwzorowuje prostokąt, umiejętność kreślenia linii ukośnych;

- 5 lat – odwzorowuje trójkąt;
- 5 – 5,6 – pisze swoje imię drukowanymi literami;
- 5,6 – 7 – pętelki, fale, szlaczki, złożone figury geometryczne;

Pamiętajmy, że ramy te są orientacyjne, nie ścisłe, mogą jednak pomóc przy doborze odpowiednich ćwiczeń do wieku dziecka.

Chwył narzędzia pisarskiego – kredki, z czasem ołówek czy długopisu, modyfikuje się wraz z wiekiem dziecka. Należy bacznie obserwować swoje dziecko, ponieważ, **po 4 roku życia powinien kształtować się prawidłowy chwyt, czyli tzw. „trójpunktowy”**.

PRAWIDŁOWY CHWYT



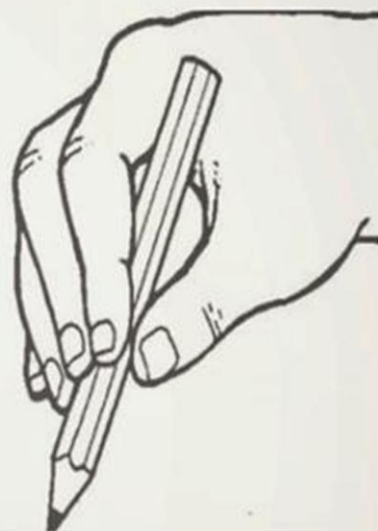
1. CHWYT CYLINDRYCZNY
od 1 do 2 lat



2. CHWYT PALCZASTY
od 2 do 3 lat



3. ZMODYFIKOWANY CHWYT
TRÓJPUNKTOWY (trójpalcowy)
od 3 i 1/2 do 4 lat



4. TRÓJPUNKTOWY
(trójpalcowy) CHWYT
od 4 i 1/2 do 7 lat



Dobór kredek w zależności od wieku – dostosowany do prawidłowego (pod względem rozwojowym) chwytu

Chwyt cylindryczny, dla dzieci do **2 roku życia** najlepsze będą następujące rodzaje kredek:

- kredki grube, które łatwo chwycić ;



- kredki, które dają łady, wyrazisty kolor i nie wymagają zbyt dużej siły nacisku – aby zachęcić do rysowania na wczesnym etapie rozwoju;

- kredki w różnych kształtach, które można chwycić całą dłonią;



Takie kredki można zrobić samodzielnie podgrzewając w piekarniku połamane resztki starych kredek:



- kredki nakładane na końcówki palców – jak „naparstki”



Chwył palczasty, dla dzieci od **2 do 3 roku** **życia** najlepsze będą następujące rodzaje kredek:

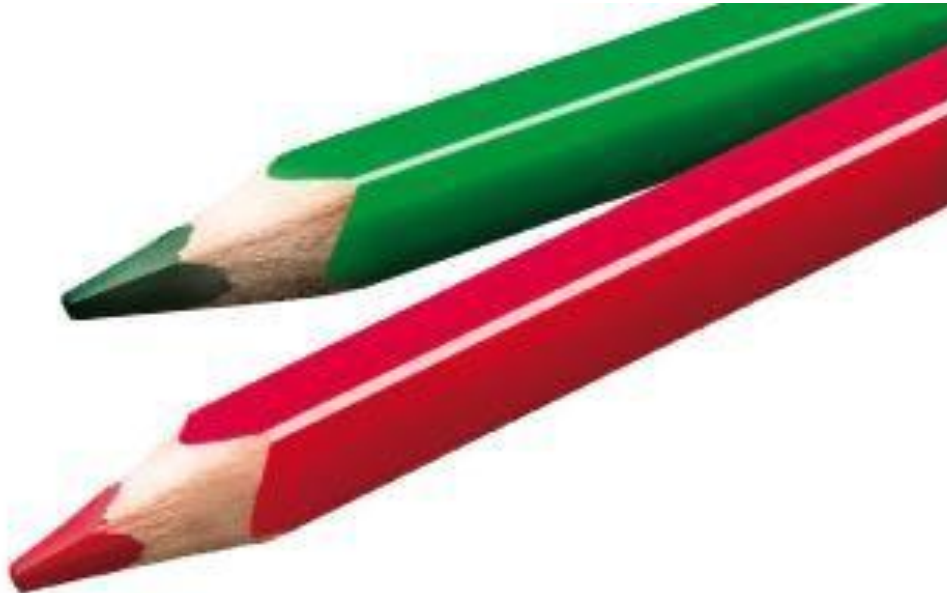
- kredki, którymi dobrze wodzi się po kartce;
- kredki typu „UFO” :



- płaskie kredki:



Po 3 roku życia przygotowujemy dziecko do prawidłowego chwytania. Podajemy grube kredki trójkątne lub kredki z wyżłobieniami.



Jeżeli dziecko po 4 roku życia nie chwytą kredki w sposób prawidłowy z pomocą przychodzą nakładki:



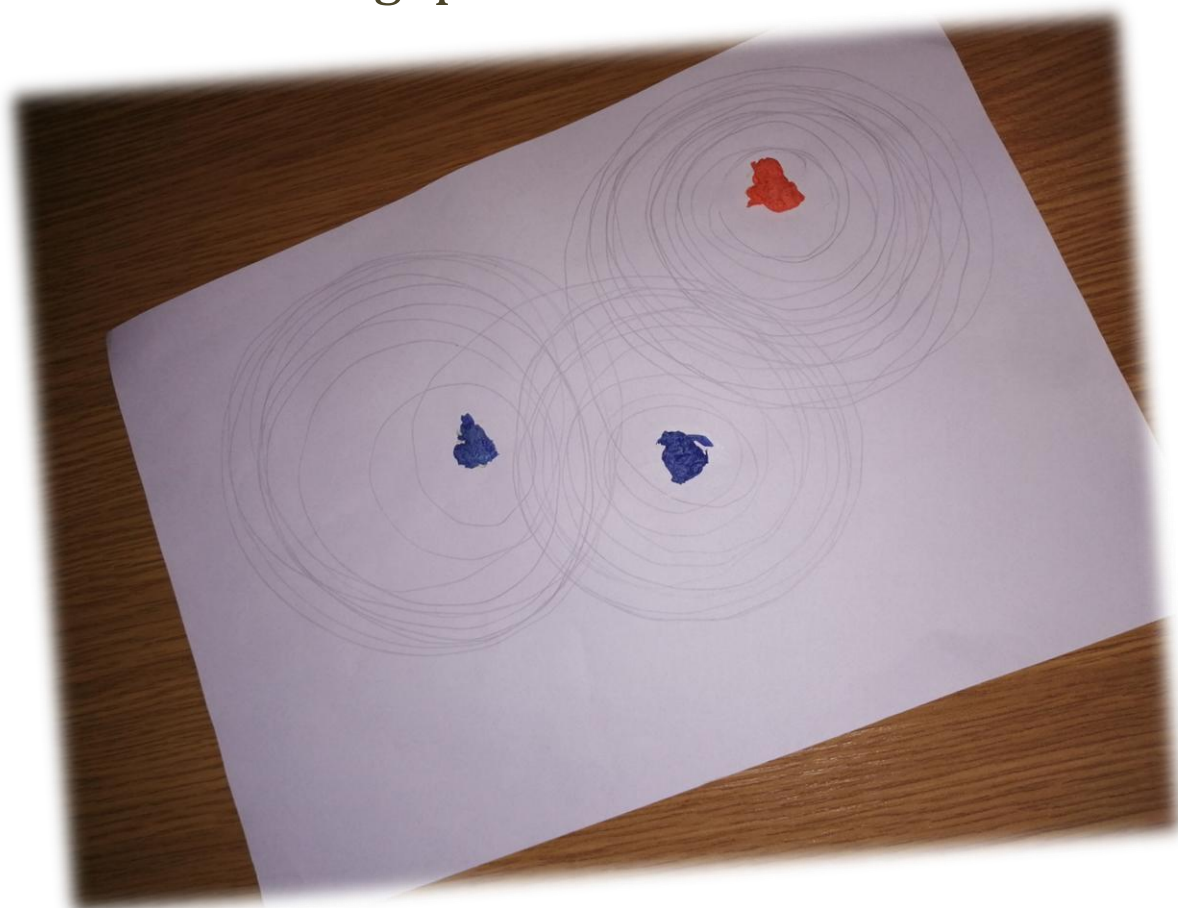
Baza inspiracji grafomotorycznych – zabawy z kreskami i kształtami

Zapraszamy do zapoznania się z inspiracjami do grafomotorycznych zabaw z dziećmi

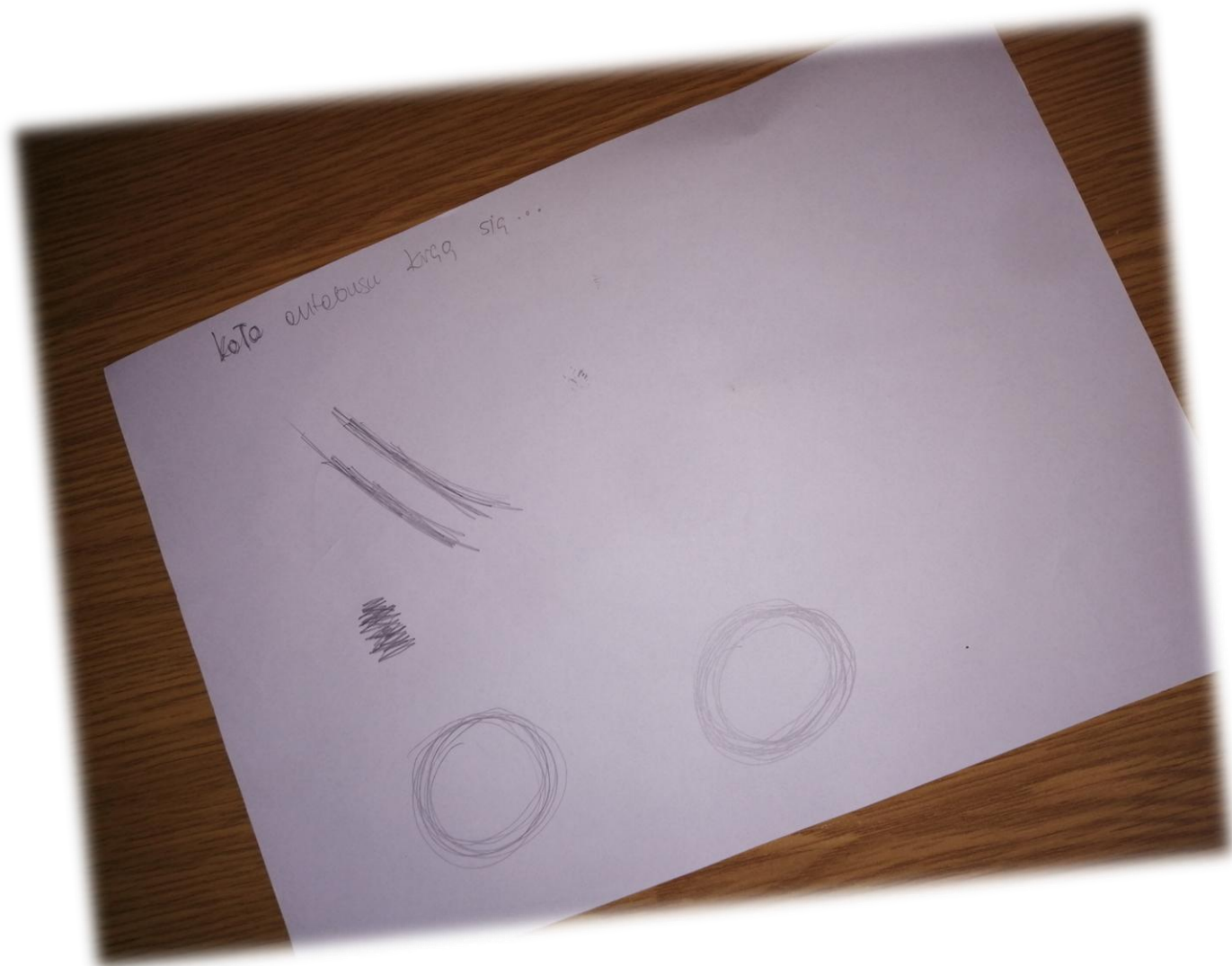
Kolorową kartkę drzemy lub wycinamy w paski. Następnie przyklejamy części do kartki w innym kolorze. Obszar pomiędzy – kolorujemy kredkami, łączymy liniami, tworzymy dowolne wzory, litery, zamalowujemy kredkami – zależnie od możliwości i wieku dziecka.



Usprawniamy rysowanie kształtów kolistych. Najpierw usprawniamy paluszki robiąc kilka kulek z bibułki. Następnie przyklejamy je w dowolnym miejscu kartki. Kreślimy koła ołówkiem lub długopisem.



Rysujemy w rytm piosenki. Wybieramy ulubioną piosenkę. Np. „Koła autobusu kręcą się” Słyszając kolejne słowa rysujemy, według własnego pomysłu i wyobraźni.



Niech poniesie nas wyobraźnia

Narysuj dowolny kształt na kartce (tutaj zielona fala). Dziecko uzupełnia rysunek w dowolny sposób

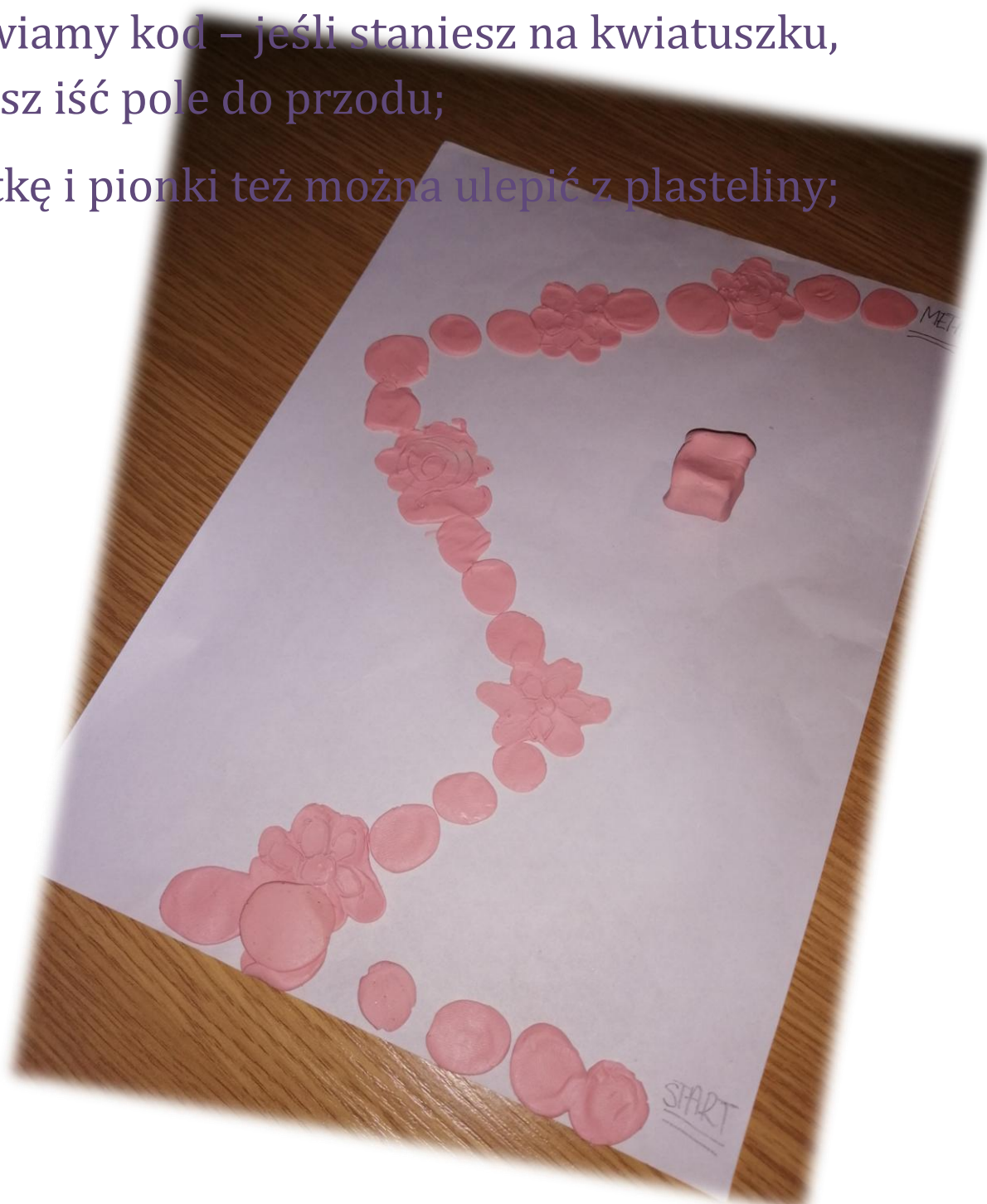


Zrób sobie własną grę planszową. Potrzebujemy kartki papieru, trochę plasteliny, zatemperowany ołówek lub ostry patyczek.

- z plasteliny robimy kuleczki i przyklejamy je do kartki – naszej planszy – ćwiczymy paluszki;

- wybieramy kilka „pól specjalnych” i żłobimy na nich „tajny znak” - na przykład kwiatuszek; umawiamy kod – jeśli staniesz na kwiatuszku, możesz iść pole do przodu;

- kostkę i pionki też można ulepić z plasteliny;



Zróbmy to inaczej – zabawa z gumkami do mazania. Zamalujcie całą powierzchnię kartki ołówkiem. Rysujcie lub piszcie gumką, wymazujcie kształty i wzory;

