**Rozvíjajte grafomotoriku s predškolákmi hravou formou**

[**Beáta Tancsáková**](https://eduworld.sk/ca/103/beata-tancsakova)  
Autor článku

***Prečo je dobrá úroveň grafomotoriky u dieťaťa dôležitá a ako ju rozvíjať?***

Máte doma predškoláka a vy z každej strany počúvate o tom, aké dôležité je vedieť držať ceruzku, kresliť čiary, prípadne niektorý z jeho rovesníkov už aj pekne píše. Valia sa na vás z každej strany informácie o školskej pripravenosti, zrelosti, rozvoji hrubej, jemnej motoriky a grafomotoriky a vy sa cítite zmätene? Čo vlastne tieto pojmy znamenajú? **Zvládnutie grafomotoriky je aj jedným z najdôležitejších kritérií pri prijatí dieťaťa do základnej školy.**

## Čo je grafomotorika?

Grafomotorika nie je len držanie ceruzky a písanie, ide o oveľa zložitejší proces. Predstavuje súbor psychomotorických činností, ktoré pri písaní vykonávame. Môžeme ju chápať ako pohybovú aktivitu, ktorá je výsledkom všetkých psychomotorických procesov, ktoré sa podieľajú na procese písania a kreslenia. Je ovplyvnená úrovňou vývinu jemnej motoriky (zápästie, prsty, dlaň), hrubej motoriky (motorické funkcie ramena, lakťa a ruky), pohybovou koordináciou, lateralitou, senzomotorickou koordináciou a taktiež úrovňou vývinu psychiky a vôľovým úsilím dieťaťa.

## Námety a hry na jej rozvoj grafomotoriky

V súčasnej dobe je internet preplnený rôznymi pracovnými listami a zošitmi pre predškolákov na rozvoj grafomotoriky. Deti to berú ako povinnosť a veľakrát k tomu pristupujú štýlom „musím to urobiť“. Pri slove „musím“ aj nám dospelým veľakrát prejde mráz po chrbte a do takých činností máme tendencie púšťať sa s nechuťou. Preto vám ponúkame zábavnejšiu formu rozvoja týchto zručností.

1. **Leporelo o zvieratkách, postavičkách** - Dieťa vyfarbí maľovanky zvieratiek alebo rozprávkových postavičiek samostatne či s pomocou rodiča vystrihnú, nalepia obrázky  na výkresy spojené v tvare leporela. Po nalepení môže dokresliť pozadie ku každému obrázku, prípadne im môžete napísať nejaký text a tak vznikne rozprávková knižka – leporelo. Ide o rozvoj všetkých grafomotorických zručností, ba dokonca si môžete všimnúť aj emocionálne nastavenie dieťaťa.
2. **Čmáranie -** Prilepte veľký baliaci papier na stenu alebo na väčší stôl a nechajte dieťa čmárať po celej ploche veľkého papiera. Vhodné je požiť hrubú tuhu, voskovku, pastelku. Môže to robiť aj oboma rukami naraz.
3. **Všetci sme iní –** zoberte si veľký baliaci papier a ľahnite si najprv vy, nechajte dieťa, aby obkreslilo vaše telo a vytvorilo siluetu. Potom sa vymeňte a obkreslite ho vy. Môžete zapojiť aj celú rodinu. Prípadne obkresľujte len ruky alebo chodidlá. Ak to máte hotové môžete sa s dieťaťom porozprávať o tom, že každý z nás je jedinečný. Inak vyzeráme, inak sa správame, máme iné záľuby a je dôležité, aby sme to všetci rešpektovali.  Rozvíjate tým nielen grafomotoriku, ale aj priestorovú orientáciu, hrubú motoriku ako aj emocionálnu a sociálnu oblasť v rámci diskusie.
4. **Odstrihovanie rohov papiera -** možno použiť i staré noviny. Dieťa odstrihuje jednotlivé rohy tak dlho, až papier rozstrihá na malé kúsky (papierový sneh). Môžete to robiť spoločne a na záver aj tu poukázať na to, že napriek rovnakým inštrukciám máte rozdielne výsledky. Poukázať na jedinečnosť a inakosť.
5. **Koláž** – lepenie detailov do jedného zmysluplného celku. Rozvíja sa nielen grafomotorika, ale aj tvorivosť. Môžete povystrihovať z nejakých zaujímavých obalov základné geometrické tvary či zaujímavé obrázky, motívy zo servítok, časopisov. Niektoré obrázky môžete využiť aj na rozvoj slovnej zásoby. Väčšie deti môžete nechať, aby si obrázky vystrihovali samy.
6. **Maľovanie rukami –**môžete využiť tzv. prstové farby, obyčajné potravinové farbivo. Maľovanie prstami alebo pomaľovanie celej ruky je často pre deti jednoduchšie, pretože sa nemusia učiť ovládnuť žiadny nástroj a pracujú priamo s rukou. Otlačky ruky zároveň dávajú informáciu o tvare môjho tela. Môžete vyskúšať štetcom pomaľovať ruku viacerými farbami a robiť si odtlačky. Môže z toho vzniknúť nielen pekný obrázok, ale aj darček.
7. **Hra s autíčkom** – na veľký kartón si spoločne s dieťaťom nakreslite kľukatú cestu, ktorú lemujú rôzne dopravné značky, kríky, stromy, jednoducho čokoľvek podľa fantázie. Pripravený kartón si podložte na oboch stranách stoličkami. Budete potrebovať magnet. Nahor položte nejaké malé kovové autíčko a zospodu sa ho má snažiť dieťa posúvať po cestičkou pomocou magnetu. Pri tejto hre môže precvičovať nielen prsty a zápästie, ale sa môže naučiť aj niečo o dopravných značkách pre prípad, keď už začne chodiť samo do školy.
8. **Hra na manikúru –** Z kartónového papiera vystrihnite 2 ruky a nakreslite nechty. Je to aktivita skôr pre dievčatá. Dajte dieťaťu či už detský lak na nechty alebo aj váš lak na nechty a jeho úlohou bude nalakovať nechty na kartóne.
9. **Priraďovanie dvojíc písmen –** budete potrebovať farebné vrchnáky z fliaš, papier a fixku. Napíšte písmená z abecedy na farebné vrchnáčiky, to isté napíšte aj na papier (krúžky vo veľkosti vrchnáčikov s písmenami). Úlohou dieťaťa bude priraďovať dvojice. Takýmto spôsobom sa môžu naučiť, prípadne precvičiť celú abecedu.
10. **Chutné slniečko** – budete potrebovať lentilky, tanierik a horúcu vodu. S dieťaťom sa môžete porozprávať o tom, aké ročné obdobie teraz máme. Čo je typické pre toto ročné obdobie (teplejšie počasie, kvitnutie kvetov či stromov ... ) Na tanierik do kruhu uložte cukríky, tak aby sa striedali farby. Dieťa môže farby cukríkov pomenovať. Následne nalejte na tanierik asi 1 dcl vriacej vody. Ďalej už len sledujte ten proces. Dúha... Po tejto aktivite môžete s deťmi precvičiť aj grafomotoriku. Dajte dieťaťu papier a žltú farbičku. Úlohou dieťaťa bude krúživým nepretržitým pohybom nakresliť kruh, postupujte od stredu ku krajom. Dokreslíme lúče a slniečko je na svete. Podľa potreby a vlastnej predstavy ho môže dieťa dotvoriť.