

## Grafomotoričke sposobnosti - kako potaknuti razvoj

Grafomotorička spremnost je jedan od bitnih kriterija na osnovi kojeg se utvrđuje omogućavaju li sposobnosti pojedinog djeteta sudjelovanje u nastavi i usvajanju školskih vještina. U predškolskom razdoblju dijete mora znati pravilno sjediti, znati pravilno držati olovku i pod pravim kutom, imati razvijene pokrete nužne za pisanje, biti u sposobnosti održavati kontinuitet linije, imati dobar pritisak olovke, dobru orijentaciju na papiru, poštivati pravilo smjera pisanja s lijeva na desno, odozgo prema dolje.

O grafomotorici, kao tehničkom aspektu vještine pisanja najčešće razmišljamo prije djetetova polaska u školu iako njen razvoj započinje mnogo ranije.

Dijete s godinu dana počinje uzimati olovku (bojicu), s 14 mjeseci energično šara da bi s dvije godine olovkom povlačilo okomite i vodoravne crte. S tri je godine u stanju nacrtati krug, oko 4. godine kvadrat, a s 5 g. trokut. Pri tome je vrlo važan i način hvata olovke – manja djeca često uzimaju olovku cijelom šakom, dok djeca od 2.5 – 3 godine uzimaju olovku palcem, kažiprstom i srednjim prstom.

Osim aktivnosti koje su usmjerene korištenju olovke, grafomotoriku razvijaju i neke druge aktivnosti: hvatanje, držanje i ispuštanje igrački, prebacivanje iz ruke u ruku, slaganje kocaka, hvatanje sitnih predmeta čime se razvija pincetni hvat, samostalno hranjenje, držanje žlice, korištenje vilice i noža, svlačenje i oblačenje odjeće i obuće.

**Igra i svakodnevne aktivnosti** pridonose razvoju krupne i fine motorike koje utječu kasnije i na grafomotoriku. . *Krupna motorika podrazumijeva sposobnost izvođenja pokreta ruku, nogu ili tijela sa određenom kontrolom. Fina se motorika razvija odrastanjem, predstavlja sposobnost da se prave precizni sitni pokreti rukom uz zadržavanje dobre koordinacije između prstiju i oka. Aktivnosti kao što su hranjenje, oblačenje, svlačenje, kupanje, pored grube i fine motorike ruke i šake zahtijevaju i niz složenih sposobnosti kao što su prostorna percepcija te sliku o vlastitom tijelu. Stoga je potrebno da dijete isproba svoje mogućnosti, a odrasli mu pomažu samo u onome što*

ono samostalno ne može izvesti. Imitiranjem i uvježbavanjem vještina dijete povećava samostalnost i u igri i u realnim situacijama što učvršćuje njegovo samopouzdanje.

Najbolje **vježbe za razvijanje fleksibilnosti šake i prstiju** su:

držanje kocke i premještanje iz ruke u ruku, povlačenje igračke na uzici, ubacivanje pločica u praznu kutiju, listanje slikovnica, uvlačenje vezica u cipele, navijanje igračkica, stavljanje štapića (šibica) u kutiju, sakupljanje sitnih predmeta ili iscjepkanih papirića, otvaranje poklopca na kutiji, crtanje, bojenje, sjeckanje, lijepljenje, oblačenje malih lutki ... Te aktivnosti trebaju biti dio svakodnevnih igara svakog djeteta jer doprinose jačanju mišića šake, njene spretnosti, razvijanju koordinacije oko-ruka, razvoju opažanja i koncentracije.

**Za djecu koja se pripremaju za školu**, grafomotoričke sposobnosti mogu se poticati različitim aktivnostima koje pospješuju fine pokrete šake i prstiju potrebne za pravilno držanje i korištenje olovke:

- **SAVIJANJE** papira (izrada aviona, šatora, kapa i dr.) i **REZANJE** škarama za papir zaobljenih vrhova
- **SKUPLJANJE I LJEPLJENJE** sitnih komadića papira, tkanine, sjemenki
- **GUŽVANJE I TRGANJE** starih novina, **NIZANJE** perli na konac, **VEZIVANJE** čvorova od užadi različitih debljina
- **IGRE** kockama i slagalicama (pomažu usavršavanju pokreta ruke i šake ali i percepciji prostora i prepoznavanje oblika što će pomoći kasnije u razumijevanju matematičkih pojmova i svladavanju čitanja),
- **ZAKOPČAVANJE I OTKOPČAVANJE** dugmadi i zatvarača, vezanje vezica za cipele,
- **MODELIRANJE** i igre tijestom, plastelinom , glinom i sl.
- **ŠIVANJE** (postoje uzorci sa izbušenim rupicama kroz koje dijete treba provući konac)