

# Grafomotorické ťažkosti a ich reedukácia!

Tento metodický list ponúka niekoľko rád na diagnostikovanie, ale i na reedukáciu grafomotorických porúch dieťaťa, ktoré sa veľmi často zamieňajú s dysgrafiou.

V laickej, rodičovskej, ale aj odbornej verejnosti je už pomerne známa problematika dysgrafie. Ide o poruchu prejavujúcu sa v neschopnosti naučiť sa písať. Jej špecifickou formou je napríklad dysgramatizmus, pri ktorom je postihnutý jedinec neschopný dodržiavať gramatické pravidlá a normy. Zatiaľ čo **dysgrafia** je porucha súvisiaca s **funkciou mozgu** prejavujúca sa neschopnosťou žiaka naučiť sa písať (vieme, že žiak s touto poruchou nemusí byť ani klasifikovaný z písania), tak **grafomotorické ťažkosti** sú poruchou **funkcie ruky**.

## Diagnostikovanie grafomotoriky

Podľa Pardela (1966, s. 70) písanie je „*proces, ktorého podstata spočíva v transformácii počutého, videného alebo hovoreného slova na zložitú grafomotorickú činnosť, výsledkom ktorej je písané slovo, písaná reč, písmo.*“

Osvojovanie písanej reči je rámcované fonologickým princípom vzťahu medzi písanou a hovorenou rečou. Keď však berieme do úvahy iné spôsoby inšcripcie (zápisu), napr. prostredníctvom piktogramov alebo hieroglyfov, ukáže sa, aký nejednoznačný je tento vzťah. Potom písanie môžeme definovať tak, že „*ide o inšcripciu myšlienkových významov a nie o zachytávanie hovorenej reči*“ (Pupala, 1998, s. 23). Písaním sa totiž nezachytáva jazyk ako kód, ale jazyk ako správa, diskurz. Kód je len prostriedkom jeho zachytenia.

Podľa Butlera písanie nie je odpisovanie, kopírovanie alebo precvičovanie písmen abecedy. Nie je to zručnosť, ani komplex či hierarchia zručností, ani transkripcia (prepis) zvukov hovorenej reči. To sú len povrchové charakteristiky písania, ktoré podľa tradičných prístupov musí žiak zvládnuť skôr, ako mu je dovolené skutočne písať v zmysle kompozície, formulovania významov a myšlienkových obsahov.

Na osvojenie si písania sú okrem fyziologických, technicko – hygienických a materiálnych predpokladov nevyhnutné isté psychologické predpoklady žiaka. Odborníci uvádzajú, že písanie je na druhom mieste hneď za rečou, čo do komplexnosti a náročnosti jemnej koordinácie mnohých svalových

skupín a mozgových štruktúr. Písanie je proces, ktorý je podmienený úrovňou žiakovho vnímania, predstavivosti, pamäte a pozornosti.

Vyučovanie písania sa zakladá najmä **pamäti**, a to predovšetkým na pamäti vizuálnej a motorickej. Žiak si musí zapamätať tvar, veľkosť i názov každej hlásky. Základom pri výučbe písania je **vnímanie**, konkrétne vnímanie zrkové. Dieťa vníma písmeno celistvo, alebo si všíma množstvo podrobností, pričom mu často uniká celkový obraz písmena. Preto je nevyhnutné pri vnímaní písmen dieťa usmerňovať. Zmyslovým vnímaním a následne správnu opticko – motorickou činnosťou sa vytvára pevný základ pre tvar písmen a ich uplatnenie v písaní.

Predpokladom pochopenia tvaru písmena je správna predstava o ňom. Dominantnú funkciu má zrková predstava v spojení s predstavou rečohybnou. Na procese písania sa ďalej podieľajú predstavy zvukové (hláskové), písmenné, rukohybné.

Pri osvojovaní písania je dôležitá i **pozornosť**. U detí mladšieho školského veku je pozornosť prevažne mimovoľná. Vedia sústrediť pozornosť len na krátky čas, ľahko sa rozptyľujú novými podnetmi. Aktívna pozornosť prváka trvá maximálne 15 minút. Zameranie pozornosti na jednu úlohu často spôsobí zanedbanie ostatných požiadaviek. Mnohokrát žiak ani pri maximálnom sústredení nevie postihnúť viac prvkov pozorovaného písmena, ba niekedy unikajú jeho pozornosti aj podstatné znaky. „*Osvojovanie písanej reči je proces učenia, ktorý sa opiera o zložitú psychickú činnosť, výsledkom ktorej je vytvorenie nového kôrového psychicko – fyziologického, funkčného systému, bezprostredne spätého so zvukovou rečou a myslením. Tento nový funkčný systém sa vytvára etapovite a závisí od zrenia ústredného nervového systému, najmä od mozgovej kôry, od učenia, od metód vyučovania a rozvoja myslenia.*” (Pardel, s. 62). Schopnosť písania súvisí s fungovaním príslušných centier v mozgu a s úrovňou zmyslového vnímania (Šupšáková, 1991).

## **Ako rozpoznáme grafomotorické poruchy?**

Prvé symptómy si môže všimnúť rodič u svojho dieťaťa ešte v ranom veku. On najlepšie odsleduje, či dieťa riadne chodí, sedí, ale hlavne či si dokáže pozapínať gombíky alebo strihať papier. Treba podotknúť, že na zdravých deťoch poruchy grafomotoriky nevidno. No ak sa zameriame na určité aktivity predikujúce u dieťaťa prítomnosť tejto poruchy, môžeme ju zavčas zdiagnostikovať a začať s prípadnou reedukáciou. Je nevyhnutné všímať si

napríklad chôdzu dieťaťa, najmä jeho rovnováhu. Pri cvičení by sme mali sledovať aj koordináciu pohybov, lezenie po rebrinách, bicyklovanie. V materskej škole má učiteľka veľa možností deti pri týchto činnostiach porovnávať, a tak upozorniť rodičov na prípadné problémy.

### **Diagnostické znaky poruchy grafomotoriky:**

- ✓ dieťa neustále preferuje iba jednu činnosť (napr. bude sa hrať iba s LEGO-m),
- ✓ nedokáže vyfarbiť obrázok tak, aby nezašlo za čiaru,
- ✓ vypadávajú mu veci z rúk,
- ✓ pri jednoduchých pohyboch padá.

### **Diagnostické znaky prítomnosti dysgrafie:**

- ✓ neschopnosť udržať písmená na riadku,
- ✓ nerovnaká veľkosť grafém,
- ✓ rozmazané písmo,
- ✓ neschopnosť napodobniť tvar niektorých písmen (napr. k).

## **Reedukácia porúch grafomotoriky**

O úrovni grafomotoriky veľa napovedajú jednotlivé zložky motoriky, medzi ktoré patria: sila, rozsah pohybu, výbušnosť, ale aj napodobňovanie zostáv, stereotypné pohyby a pohyblivosť prstov.

Porucha grafomotoriky súvisí hlavne s jemnou motorikou. O jej kvalite vypovedá pohyblivosť prstov, ktorú si možno všímať pri navliekaní nite do ihly, pri sebaobslužných činnostiach (napríklad dieťa obúva ponožky jednou rukou, nedá prsty do otvorov na rukaviciach), pri chytaní a hádzaní (ak dieťa pri tom zatvára oči) alebo pri bubnovaní rukami. Pravdaže pri identifikácii týchto problémov si musíme uvedomiť, že v poslednom čase narastá počet nevyhranených detí (t. j. takých, u ktorých ešte nedošlo k overeniu dominantnej ruky) alebo detí so skríženou lateralitou. Aj tento fakt ovplyvňuje kvalitu grafomotoriky, ktorá je predsa u dominantnej ruky o niečo lepšia ako u ruky subdominantnej.

## **Odstraňovanie identifikovanej poruchy grafomotoriky**

V prvom rade si musíme uvedomiť, že materiály, ktoré budeme v práci s dieťaťom používať majú byť mäkké a veľké! Napríklad používame pastelky,

lebo zanechávajú hrubú stopu. Čiara môže byť pritom: jasná, pravidelná, ale i prerušovaná. Tlak na ceruzku je možné cvičiť aj s indigom.

### **Niektoré znaky kresby dieťaťa s poruchou grafomotoriky:**

- ✓ vždy nakreslí jednu vec dôkladne, iné nenakreslí vôbec,
- ✓ postavy sú vo vzduchu, alebo za sebou,
- ✓ nerado používa vodové farby,
- ✓ nezvláda pojmy hore, dole, pred, za.

### **Niektoré znaky písma dieťaťa s poruchou grafomotoriky:**

- ✓ písmo je slabo čitateľné,
- ✓ nie je plynulé,
- ✓ spomalený je prechod od slabík ku slovám a vetám.

### **Prítomnosť niektorých čiastočných výkonových oslabení:**

- ✓ porucha pravo-ľavej orientácie,
- ✓ porucha zrakovo-sluchového vnímania,
- ✓ porucha priestorovej orientácie.

Je dobré, ak pri deťoch s poruchou grafomotoriky predchádza práci s ceruzou modelovanie!!!

## **Návrh metodického postupu nácviku úchopu ceruzy u detí s poruchou grafomotoriky:**

Pri eliminácii každého handicapu je najdôležitejšia dôslednosť precvičovania narušenej funkcie a správny postup. Predkladám návrh na odstraňovanie grafomotorických problémov dieťaťa podľa jednotlivých špecifických činností, ktoré sa musia realizovať v tom poradí, v akom sú uvedené.

### **Pomôcky:**

Fazuľa, papierové gule, modelovacie hmoty, prázdne fľaše, molitanová loptička, koráliky, guľôčky, pena na holenie, nafukovacie balóniky a i.

## 1. ÚCHOP

Základom pri nácviku úchopu ceruzy je správne postavenie prstov ruky. Dieťa otvorí ruku dlaňou hore. Vložíme mu na dlaň fazuľku a vyzveme ho, aby ju zachytil skrčením malíčka a prsteníka. Ostatné prsty sú pri tom vystreté (akoby dieťa ukazovalo počet tri). Potom dieťa ruku otočí smerom ku podložke, na ktorej je rozsypaná fazuľa alebo papierové guľôčky. Fazuľku stále drží dvoma prstami pritlačenými k dlani. Troma prstami prenáša rozsypané predmety dovedy, kým ich všetky nevyzbiera.

## 2. MODELOVANIE

Táto činnosť je v metodike nácviku písania u dieťaťa s poruchou grafomotoriky ihneď na druhom mieste v rebríčku precvičovaných zručností. Na modelovanie môžeme použiť tie najrozmanitejšie hmoty od plastelíny a modulitu až po hlinu a cesto.

## 3. PLNENIE

Ďalšie cvičenie je podobné prvému, iba dieťa nezbera predmety zo stola, ale ich po uchopení troma prstami vhadzuje do fľaše. Týmto spôsobom si precvičuje nielen správne postavenie prstov pri držaní ceruzy, ale aj priestorovú orientáciu. Na precvičovanie priestorovej orientácie je vhodné použiť hračku vyvinutú pôvodne Máriou Montessori, ktorá pozostáva z dvoch kruhovitých častí s rôznymi vyrezanými otvormi. Dieťa hľadá vhodný tvar, aby ho vhodilo do otvoru. Túto činnosť vykonáva opäť troma prstami, pričom zohnutým malíčkom a prsteníkom drží v dlani fazuľku.

## 4. DOTYKY

Pre dieťa s poruchou grafomotoriky je dôležité rozvíjanie jeho haptiky (ide o reč dotykov). Okrem bežných dotykov a hľadania môžeme napríklad „cestovať“ molitanovou loptičkou po jeho tele alebo skrývať rôzne predmety v piesku.

## 5. HÁDZANIE

U dieťaťa je dôležité zdokonaľovať také zručnosti ako je hádzanie, chytanie a hod na cieľ. Čím si bude istejšie pri týchto činnostiach, tým menej bude zatvárať oči pri ich realizácii.

## 6. ROZVOJ JEMNEJ MOTORIKY

Cvičenia na rozvoj jemnej motoriky sú chronicky známe a pozná ich každá učiteľka materskej školy. Dieťa môže navliekať rôzne koráliky a guľôčky na niť. Veľmi obľúbenou činnosťou (i keď trochu nezvyčajnou) je maľba penou na holenie po nafúknutom balóniku. Dieťa musí pracovať dostatočne rýchlo, aby sa mu pena neroztopila a neskĺzla po balóne dolu.

Na zdokonaľovanie jemnej motoriky slúži aj vytrhávanie z papiera, „vyrábanie“ odtlačkov rúk a nôh alebo obyčajné skrývanie predmetov.

## 7. CVIČENIE PRAVO-LÁVEJ ORIENTÁCIE

Cvičenie pravo-lavej orientácie je náročné a dieťa s poruchou grafomotoriky pri tejto činnosti často zlyháva a z toho dôvodu ju nerobí rado. Osvedčilo sa preto kreslenie vlastnej mapy alebo hra na telo. Dieťa sa dotýka rôznych častí svojho tela, pričom je dôležité, aby vzorová osoba používala zrkadlové dotyky. Môžu sa pri tom využívať riekanky a piesne.

## 8. RYTMIZÁCIA ČINNOSTI

Od predchádzajúcej činnosti je len krok ku rečovým cvičeniam, ktoré prebiehajú najmä pomocou riekaniek a porekadiel. Dieťa si uvedomuje, že všetko v živote prebieha v určitom poriadku a následnosti dejov. Už aj samotným dodržiavaním denného režimu (pravidelnou hodinou vstávania, jedla a pod.) si vytvára určité stereotypy, ktorých dodržiavanie ho bude upokojuvať a porušenie ho bude naopak vyvádzať z rovnováhy. Rytmizácia a uvedomenie si rytmu sú dôležité aj pri nácviku čítania a písania, ktoré by mali byť plynulé a neprerušované.

## 9. NÁCVIK SPRÁVNEHO DRŽANIA CERUZY

Začíname cvičeniami na **úchop** (pozri vyššie) a postupne prechádzame k **soleniu** striedavo dvoma a troma voľnými prstami, pričom malíček a prstenník stále držia fazuľku. Po fáze solenia si uchytíme ceruzu špicom dole a akoby **autíčkom** zájdeme kožnou riasou na ruke dieťaťa medzi uvoľnené prsty, až kým ceruzu zľahka neuchopí.

## **Pravidlá grafomotorických cvičení:**

Cvičenia začíname robiť od najjednoduchších tvarov ku zložitejším, ak používame predmety, tak postupujeme od najväčších k najmenším. Ak napríklad maľujeme, tak najprv „maľujeme“ hubou a používame temperové farby, potom prejdeme k špajli namočenej v tuši a napokon k pastelke.

Hlavne u detí predškolského veku, ktoré ešte nepoznajú písmená, sa osvedčil tzv. “kreslený diktát“. Dieťa dostáva pokyny ako: namaľuj uprostred dom, pred ním stojí strom, nad ním letí vták a pod. Dôležité je, že používame činnostné slovesá, aby sme pokyny viac semantizovali. Deti si tak ani neuvedomia, že ich niekto precvičuje alebo skúša z priestorovej orientácie.

## **Niekoľko rád na záver:**

Všetky uvedené cvičenia je potrebné ešte prispôbiť individualite každého dieťaťa.

- ✓ Pri nácviku je dôležitý počet opakovaní, ktorý je rôzny a závisí od miery poruchy grafomotoriky toho - ktorého dieťaťa. Slabšie deti potrebujú viac ako 100 opakovaní, priemerné do 100 a dobrým postačí ak okolo 20, aby zvládli zručnosť na požadovanej úrovni.
- ✓ Pri nácviku písma je potrebné trvať na okamžitom používaní diakritických znamienok, lebo deti majú tendenciu neskôr sa k nim už nevrátiť!
- ✓ Je dobré, ak sa pri písaní používajú riadkované zošity s pomocnými linajkami (vyznačenými medziriadkami) na písmená rôznej výšky.
- ✓ Rodič / učiteľ môže vybodkovať jednotlivé písmená, takže dieťa potom píše spájaním bodiek na riadkoch.
- ✓ Pri výskyte zrkadlového písania je vhodné, ak dieťa píše do stĺpčekov, vtedy je väčšia šanca, že opačne napísaný tvar písmena zrakovo diskriminuje (odhalí) a samo opraví.

Spracovala: PaedDr. Erika Hagovská (na základe výstupov z prezentácie špeciálno pedagogickej sekcie na konferencii v Hradci Králové)