

Grafomotorický nácvik

Poloha těla při nácviku-nejprve **vestoje**, potom v **předklonu** a až postupně se dostáváme na **psací plochu**. Plocha papíru by měla být nejprve velká - balicí papír a postupně by se měla zmenšovat. Psací náčiní nejprve měkké s širokou stopou. Dobré je zahrnout **rytmizaci** (např. slovní doprovod básničkou). Dbát na celkovou plynulost pohybů.

Chronologie jednotlivých cvičení pro nácvik

- 1) Volné čmárání na velkou plochu
 - různé kličky, tečky, zapouštění barev, pohyby vycházejí z ramene, různé druhy psacího náčiní
- 2) Klubíčka, spirály, ovály
 - všemi směry, namotávání, rozmotávání klubíček, hlemýždí domeček,...
- 3) Oblouky
 - horní, dolní, nejprve samostatně, potom vázané-houpačka, šupiny, skoky žabky,...
- 4) Vlnovky
 - zleva doprava, nejprve mírné, později hlubší
- 5) Kličky, osmičky
 - ležaté, stojaté
- 6) Zátrhy, ostré obraty
 - horní, dolní, zuby pily, krokodýla
- 7) Čáry
 - všemi směry-svislé, šikmé, vodorovné, lomené, protínající se,...
- 8) Plošné cviky
 - obtahování prvků na ploše
- 9) Řadové cviky
 - obtahování prvků v řádku-vhodné pro nácvik jednotahovosti, zachování směru zleva doprava, nácvik orientace na řádku, zachování vzdálenosti, výšky, způsobu napojení, vše lze obtahovat i několikrát za sebou
- 10) Jednoduchá kresba
 - Postupně přidáváme detaily

Zdroje:

BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: Computer Press, 2006. ISBN 80-2510-977-1

DAVIDO, R. *Kresba jako nástroj poznání dítěte*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-449-4

MLČÁKOVÁ, R. *Grafomotorika a počáteční psaní*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2630-4

OPATŘILOVÁ, D. *Pedagogická intervence v raném a předškolním věku u jedinců s mozkovou obrnou*. Brno: Masarykova univerzita, 2010. ISBN 978-80-210-5266-6