

## **Motorika – jemná, hrubá, grafomotorika (osnova tématu)**

---

**Motorika** – souhrn všech pohybů lidského těla, celková pohybová schopnost organismu. Odrazem určitého psychického stavu (normální, patologický) je **psychomotorika** – pohybové projevy člověka, které jsou projevem jeho psychických funkcí a psychického stavu

### **Složky motoriky/ tonus**

- Spontánní pohyby (z vlastního popudu)
- Reflexní (vázané na podnět)
- Záměrné (za účelem, volní)
- Expresivní (projevy psychického stavu)
  
- Svalový tonus v normě
- Hypertonie – zvýšení svalového tonusu (porucha centrálního neuronu)
- Hypotonie – snížení svalového tonusu (chabé obrny, myopatie)
- Atonie – vymizení svalového napětí

DMO – svalový tonus narušen, vliv na rozvoj motoriky

### **Hrubá motorika**

- zajištěna velkými svalovými skupinami, postupné ovládnutí a držení těla, koordinace horních a dolních končetin, rytmizace pohybů
- Práce velkých svalových skupin umožňuje lokomoci (chůze, plavání, ...), ostatní pohyby (sezení, tahání, strkání...)
- Vývoj hrubé motoriky závisí na dědičnosti, výživě, pohybové výchově, stimulaci, individuálních zvláštnostech
- Tělesné postižení: omezení v koordinaci pohybů, obratnosti, síle, rychlosti pohybů, hybnosti končetin
- 

### **Hlediska zkoumání motoriky:**

- **Vývoj** (normální, opožděný, patologický)
- **Kvalita** (koordinace, rovnováha, přesnost)
- **Výkon** (síla, rychlost, vytrvalost)
- 

### **Hrubá motorika – zvláštnosti a specifika**

- Nápadnosti dítěte (viz. Psychomotorický vývoj) – spasticita, hypotonie, přisouvání končetiny, pohybový neklid, přetáčení, otáčení
- Chůze – koordinace pohybů: (dobrá – špatná – nekoordinace)
- Mimovolní pohyby
- Sed – samostatný – židle/ vozík, opěrky, klín proti sesouvání, s fixací popruhy...
- Kontrola hlavy – fixace ano/ ne
- Poloha těla
- Sed v kleku na patách/ mezi kolena
- Unavitelnost - v normě/ zvýšená
- Kompenzační pomůcky

## **Hrubá motorika – pohled pedagoga**

- Znalost fyzického zatěžování dítěte
- Polohování
- Rozpoznání pohybů/ schopností dítěte
- Charakteristika pohybů (přesnost, rozsah, dynamika, koordinace)
- Pohybové stereotypy
- Uvědomělé provádění pohybů
  
- Konzultace s lékařem nebo rehabilitačním pracovníkem

## **Jemná motorika**

- Úroveň jemné motoriky se projeví při zkouškách (obkreslování, zjišťování manuální zručnosti)
- Úchop: **primární** – bez pomoci, **sekundární** – náhradní (ústa, brada, paže, trup), **terciální** (použití technických pomůcek)
- **Druh úchopu** (dlaňový – ulnární, radiální, válcový, prstový – prstový, špetka, nehtový, cigaretový, tužkový)
- **Pohyblivost prstů** (dotyky prstů obou rukou, dotyk palce s ostatními prsty na ruce, přibližování, oddalování prstů, vysouvání z pěsti, kreslení kruhu, kroužení ukazovákem, uložení palce v pěst, roztažení prstů)

**Zkoušky** (vidly, dexterimetr (ocelový drát), šrouby, Walterova zkouška (dvě desky s prohloubeninami))

- Přítomnost tremoru, spasticity, hypotonie, narušení koordinace, použití obou rukou, opozice palce, úchop

- **Lateralita**
- vyhraněná, nevyhraněná dominance/
- souhlasná, neurčitá, zkřížená/
- patologické leváctví, praváctví (poškození dominantní hemisféry),
- leváctví, praváctví z nutnosti (poškození dominantní HK)

## **Grafomotorika**

- Grafomotorika – pohybová aktivita při grafických činnostech (psaní), využití k rozvoji jemné motoriky, zrakové koordinaci
  
- Grafomotorickému cvičení by mělo předcházet „rozcvičení“
  - Uvolnění svalových skupin paže, zápěstí, ruky
  - Vytvoření správných předpokladů k nácvičku psaní
  - Stavebnice, práce s drobným materiálem
  - Sledovat fázi motorického vývoje (přízpusobení plochy, psacího náčiní)
  - Kreslení do písku
  
  - **Sed** (stoj/ klek) pohodlí, stabilita, zvolení správné židle, případně další opory, pomůcky
  - **Úchop** psacího náčiní (volba kompenzačních pomůcek)

### **Kresba – zvláštnosti u dětí s hybným postižením**

- Narušené tělesné schéma
- Tělesné schéma se utváří uvědomováním vlastního těla (utváří se od 5. měsíce na základě četných pohybových a percepčních zkušeností – u dítěte s DMO tyto zkušenosti chybí)
- Obraz těla se utváří ve vztazích s okolním světem (u DMO někdy narušení tohoto vztahu – vzdálení od matky, pobyty v nemocnici)
- Při dobré kvalitě vztahů je přijímání vlastního těla lepší (projev v kresbě)