

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

KATEDRA ČESKÉHO JAZYKA A LITERATURY

**Rozvoj grafomotoriky u žáků 2. a 3. ročníku ZŠ**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**Danuše Kůsová**

*Učitelství pro 1. stupeň základní školy*

Vedoucí práce: PhDr. Jaroslava Nováková, Ph.D.

**Plzeň 2019**

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a uvedených zdrojů.

V Plzni 10. dubna 2019

.....  
vlastnoruční podpis

## **Poděkování**

Ráda bych tímto poděkovala paní PhDr. Jaroslavě Novákové, Ph.D., za odborné vedení a velmi vstřícný přístup během psaní této práce.

Dále bych chtěla poděkovat kolegům, kteří mi pomohly při realizaci mého průzkumu.

V neposlední řadě patří obrovské poděkování mým nejbližším, kteří mi byli po celou dobu studia velkou oporou.

# Obsah

<b>Úvod</b> .....	<b>3</b>
<b>1 Dítě a jeho vývoj</b> .....	<b>5</b>
1.1 Novorozenecké období .....	5
1.2 Kojenecké období .....	7
1.3 Batolecí období .....	8
1.4 Předškolní věk.....	10
1.5 Mladší školní věk.....	11
1.5.1 Vývoj poznávacích procesů.....	12
1.5.2 Vývoj jazykových kompetencí.....	14
1.5.3 Vývoj čtení a psaní .....	15
<b>2 Vývoj motoriky dítěte</b> .....	<b>17</b>
2.1 Hrubá motorika .....	17
2.2 Jemná motorika.....	18
2.3 Grafomotorika .....	20
2.4 Vývoj dětské kresby.....	21
2.5 Psaní.....	23
2.6 Pracovní návyky při psaní.....	25
2.6.1 Správná poloha těla při psaní .....	26
2.6.2 Úchop psacího náčiní .....	27
<b>3 Způsoby rozvoje grafomotoriky</b> .....	<b>33</b>
3.1 Uvolňovací a grafomotorické cviky.....	34
3.1.1 První skupina uvolňovacích a grafomotorických cviků.....	34

3.1.2 Druhá skupina uvolňovacích a grafomotorických cviků.....	35
3.1.3 Třetí skupina uvolňovacích a grafomotorických cviků.....	36
3.2 Grafické prvky a grafomotorické cviky.....	37
3.2.1 První skupina prvků.....	37
3.2.2 Druhá skupina prvků.....	39
3.2.3 Třetí skupina prvků.....	40
3.2.4 Čtvrtá skupina prvků.....	42
<b>4 Používání grafomotorických cviků ve 2. a 3. ročníku ZŠ.....</b>	<b>44</b>
4.1 Cíle a metody výzkumné části.....	44
4.2 Charakteristika místa šetření.....	45
4.3 Interpretace výzkumného šetření.....	46
4.3.1. Charakteristika vzorku respondentů.....	46
4.3.2 Analýza a vyhodnocení užití grafomotorických cviků ve výuce.....	47
4.4 Shrnutí dotazníkového šetření.....	54
<b>5 Původní metodická řada grafomotorických cviků.....</b>	<b>55</b>
5.1 Grafomotorické cviky pro 2. ročník.....	56
5.2 Grafomotorické cviky pro 3. ročník.....	62
<b>Závěr.....</b>	<b>68</b>
<b>Resumé.....</b>	<b>69</b>
<b>Použitá literatura.....</b>	<b>69</b>
<b>Seznam obrázků.....</b>	<b>72</b>
<b>Seznam tabulek.....</b>	<b>72</b>
<b>Seznam grafů.....</b>	<b>73</b>
<b>Přílohy.....</b>	<b>74</b>

# Úvod

Téma diplomové práce je rozvoj grafomotoriky u žáků druhého a třetího ročníku základní školy. Do prvních tříd často nastupují žáci, kteří mají nesprávný úchop kreslicího a psacího náčiní. Náprava takto nesprávně zafixovaných úchopů je velmi obtížná jak pro žáka, tak pro učitele a dosti často se stává, že náprava je pouze dočasná. Vzhledem k rozsáhlé náplni učiva, se na grafomotorické a uvolňovací cviky zapomíná nebo na ně nezbyvá čas. Psaní, jako jedna z dovedností, patří k hlavním cílům základního vzdělávání. V současnosti klesá úroveň grafomotorických schopností a dovedností žáků, proto je potřeba je rozvíjet. Rozvoj grafomotoriky v předškolním a mladším školním věku je důležitý a měl by být systematický a dlouhodobý.

Hlavním cílem diplomové práce bylo vytvoření metodických řad grafomotorických cviků pro druhý a třetí ročník; dílčím cílem pak výzkum zaměřený na využívání grafomotorických cviků v těchto ročnících.

Diplomová práce je členěna do pěti kapitol. První kapitola teoretické části se věnuje vývoji dítěte od novorozeneckého období až po mladší školní věk.

Druhá kapitola je zaměřena na motorický vývoj dítěte a zahrnuje vývoj hrubé motoriky, jemné motoriky a grafomotoriky. Tato kapitola se zabývá vývojem dětské kresby, která je úzce spjata s grafomotorickým rozvojem, a také psaním. Zároveň se věnuje správným návykům při kreslení i psaní a v neposlední řadě korektnímu a nekorektnímu úchopu psacího náčiní.

Třetí kapitola teoretické části se zaměřuje na rozvoj grafomotoriky. Tato kapitola podrobněji popisuje grafomotorické prvky a grafomotorické cviky, kterými se rozvíjí grafomotorika dětí.

Čtvrtá kapitola je věnována výzkumu. V této kapitole jsou stanoveny cíle a metody výzkumného šetření, charakteristika místa šetření a výzkumného souboru. Následuje interpretace výsledků a dat, které byly zjištěny prostřednictvím dotazníků rozdaných respondentům ve vybraných základních školách. Výzkum byl proveden metodou kvantitativního šetření.

Poslední pátá kapitola je věnována metodické řadě grafomotorických cviků, které byly vytvořeny pro druhý a třetí ročník s využitím mezipředmětových vztahů. Pracovní listy jsou popsány ve stručné anotaci a jsou zde uvedeny vyučovací předměty, ve kterých je možné je využívat. Přílohy obsahují soubor vytvořených grafomotorických cviků.

Grafomotorika je velmi důležitou činností, na kterou by se nemělo zapomínat. Je nezbytné klást velký důraz na všechny důležité složky spojené s grafomotorikou. Je mnoho autorů, kteří tuto problematiku popisují ve svých odborných publikacích, které jsou zaměřeny na rozvoj grafomotoriky, na metody psaní a také na motorický vývoj dítěte. Některé z těchto publikací jsou uvedeny v této diplomové práci.

# 1 Dítě a jeho vývoj

Vývoj člověka je do značné míry podmíněn dědičností, která je dána genovou strukturou. Dědičné vývojové pozice působí ještě dlouho po narození a představují průběh zrání. Marie Fürst uvádí, že „*Vývoj je proces navzájem souvisejících změn, k němuž dochází v důsledku postupného zrání a procesů učení*“.<sup>1</sup> Jisté organické změny umožňují různé schopnosti, aniž bychom k tomu potřebovali proces učení. Například chůzi se nemusíme učit, pokud je svalovina dostatečně vyvinuta a nervové dráhy vyztáhlé do té míry, že umožňují pohybovou koordinaci, pak může dítě chodit. Naproti tomu řeči se učit musíme. Závisí na tom, jaké jsou zděděné dispozice, na stupni zralosti mluvicích orgánů i na schopnosti myšlení. Na vrozených schopnostech učení pak závisí, zda a kdy bude dítě mluvit. Dlouhou dobu jsme si mysleli, že mnoho podnětů může dítě znervózňovat a přílišný kontakt s lidmi ho rozmazluje. Dnes už víme, že novorozenec ve své bdělém stavu má být co nejvíce v kruhu rodiny. Tím se zaručí, že ve svém okolí má přirozené zvuky a lidské hlasy, a to má velký vliv na jeho pozdější jazykový vývoj.<sup>2</sup>

Marie Fürst tvrdí, že: „*Zrání a učení tak stojí v úzké vzájemné souvislosti. Jedno je předpokladem druhého. Umožní-li zrání určitou schopnost, zmocní se jí pak učení a dále ji zdokonaluje*“.<sup>3</sup> Vyplývá nám z toho, že vývoj je vlastně výsledek interakce genetických a psychosociálních vlivů ve sledovaném vývojovém období.

## 1.1 Novorozenecké období

Pohybový vývoj dítěte začíná již v prenatálním období, kdy již od 2 měsíce těhotenství se objevují sotva znatelné pohyby a záškuby plodu. V 6 měsíci jsou již pohyby končetin intenzivnější, ale jsou ještě nekoordinované. Prenatální vývoj, končící v 9 měsíci těhotenství, vytváří základ pro další vývojové změny a přechází plynule v postnatální fázi. Proto je důležité zmínit všechna vývojová období dítěte.

Novorozenecké období netrvá dlouho, hovoříme zhruba o prvním měsíci života dítěte. Dítě se po narození nachází v odlišném prostředí, než v prenatálním období. Proto se novorozenecké období označuje také jako doba adaptace. Prostor pro nás běžné a samozřejmé je pro narozené dítě, které žilo „pod vodou“, mnoho týdnů zcela neznámé. Znamená to, že jej bude poznávat a přizpůsobovat se mu. Novorozenec zhruba tři čtvrti

---

<sup>1</sup> FÜRST, M. *Psychologie*. Olomouc: 1997, s. 135.

<sup>2</sup> Tamtéž.

<sup>3</sup> Tamtéž, s. 135.



dne prospí a veškeré projevy chování jsou závislé na jeho biorytmu. Reaguje nejvíce reflexivně a na základě vrozených způsobů chování. Mezi nejznámější reflexy, které uplatňuje, patří reflex sací a hledací. Tyto reflexy mu umožňují bezprostředně po porodu přežít. Ostatní reflexy nám slouží spíše jako kontrola správného vývoje dítěte. Soustředěnost dítěte je nepatrná, obvykle pouze několik vteřin. Dokáží ho zaujmout nové a intenzivní podněty, proto je důležité pro normální vývoj dítěte zajistit přiměřené podnětné prostředí.<sup>4</sup>

Zrakové vnímání novorozence má omezenou schopnost. Je schopné vnímat obrysy objektu vzdáleného asi 20–30 cm. Rádo pozoruje obličeje svých nejbližších, které tyto požadavky splňují. Správný vývoj zraku souvisí s rozvojem motoriky, zvláště pak grafomotoriky v pozdějším věku. O co slabší je zrak, o to silnější je zvuk, který se rozvíjí již v prenatálním období. Dítě si nejlépe zapamatuje hlas své matky, kterému dává přednost před hlasem ostatních lidí. Známý zvuk u něj navozuje klid a pocit bezpečí. V rámci komunikace můžeme mluvit o předřečové fázi. Pro tuto fázi je charakteristický křik a hrdelní zvuky. Křikem dává novorozenec najevo svoji nelibost, bolest. Pláč je tak první pokus o komunikaci. Nejdůležitější v tomto období jsou pro dítě doteky při chování a krmení. Během krátké doby si novorozenec například zvednutí do určité výšky spojuje s kojením, což je již výsledek učení. Novorozené dítě rozlišuje v podstatě jen dva pocity – příjemný a nepříjemný. Nedílnou součástí vývoje novorozence je pohyb. Absence pohybu, především v raném věku, může vést k opožděnému motorickému, ale i psychickému vývoji dítěte. Dítě se samozřejmě neobejde bez péče druhých lidí, ale není jen pasivním příjemcem informací z okolí. Samo se podílí na vlastním vývoji – například hračku, na kterou reaguje kladně, mu budou rodiče dávat častěji než takovou, vůči které je lhostejné. Mezi dítětem a rodiči tak funguje od samého počátku oboustranná komunikace a vzájemná interakce. Je nutné v tomto období uspokojovat biologické potřeby dítěte, aby jeho vývoj probíhal zdravě, ale také potřebuje dostatečný přísun přiměřených podnětů, aby vyrůstalo v podnětném prostředí. V neposlední řadě musí navázat pozitivní citový vztah s matkou a otcem.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 68.

<sup>5</sup> Tamtéž.

## 1.2 Kojenecké období

Období života dítěte do jednoho roku označujeme jako kojenecký věk. Tato fáze je charakteristická velkým vývojovým posunem dítěte. Dítě, které bylo odkázané na péči druhých, převážně matky, se proměňuje v osobnost, která se postupně osamostatňuje. Dítě objevuje svět, v němž žije. V této etapě je pro normální vývoj velmi důležité, aby dítě mělo kolem sebe mnoho podnětů, jako jsou hračky, obrázky, ale i podněty ze sociální oblasti. Druhy zkušeností, pozitivní i negativní, určují u dětí stupeň základní důvěry v okolní svět.<sup>6</sup> Pokud rodiče nenechají dítě, aby si samostatně hrálo s hračkou, berou mu ji a ukazují, jak se s ní správně zachází, dítě získává pasivní postoj a pocit vlastní nešikovnosti. Zdánlivá nešikovnost, daná nezralostí, je však naprosto normálním jevem. Rodiče si musí uvědomit, že je důležité, že dítě manipuluje s hračkou, i když někdy neobratně. Opačnou krajností je zanedbávání dítěte, které vede ke zpomalování vývoje dítěte a k jeho deformaci a může jedince poznamenat i do konce jeho života.

Dítě v tomto období získává nejvíce informací z okolí pomocí zrakového vnímání. Zrak kojence stále zdokonaluje. Postupně se ostrost zraku a schopnost vidění prodlužuje ve 3 měsících až na 50 cm, v půl roce až na jeden metr. Motorický vývoj v tomto období je významným mezníkem. Dítě začíná sedět, lézt a později i chodit. Začínají se rozvíjet motorické dovednosti. Do této doby dítě jenom leželo a pozorovalo okolí omezeně. Marie Vágnerová uvádí, že ústa zprostředkovávala kojenci kontakt s okolím. Pokud chtělo dítě nějaký předmět dobře poznat, dávalo jej do úst. Jakmile však dokáže sedět, zvětší se nabídka podnětů, které je schopné pozorovat. Samozřejmě, že je odkázáno na dopravování podnětů do své blízkosti druhými lidmi. Tato závislost ale končí, když se dítě začne samo pohybovat a může se k tomu, co ho zajímá, přiblížit. Často mu v tom z bezpečnostních důvodů někdo zabrání. Dítě to velmi často dává najevo jako nevolí. Pohybový vývoj je významný a úzce souvisí s rozvojem poznávání a s osamostatňováním. Všechno nové je zajímavé, a osvojenou novou činností, vydrží opakovat donekonečna. Zpočátku jsou to jednoduché aktivity, např. mávání rukama, které dělá nevědomky. Někdy zase přijde na novou činnost náhodou. Začíná chápat příčinné souvislosti, což je předpoklad pro rozvoj záměrného, účelného a s vědomím nějakého cíle vedeného jednání. Postupně se objevuje

---

<sup>6</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 80.

klíšťkový úchop, dítě bere malé věci mezi palec a ukazovák, k tomu potřebuje také vyzrálější schopnost adaptace oční čočky.<sup>7</sup>

Dítě je vybaveno dvěma důležitými vrozenými aktivitami – broukáním a úsměvem. Broukání má na počátku reflexní charakter. Bývá doprovázeno pozitivními emocemi a dítě tato aktivita těší. To je velmi důležité pro samotný rozvoj řeči. Evokovat reakce dospělých má i vrozený sociální úsměv. O biologickém vzniku broukání a úsměvu vypovídá skutečnost, že jich jsou schopné i neslyšící i nevidomé děti. Tyto projevy u neslyšících a nevidomých dětech časem vymizí, protože nevyvolají žádoucí odezvu. Nevidomé dítě nevidí, že mu rodiče odpovídají taktéž úsměvem, a neslyšící dítě hlasovou odezvu neslyší. Po broukání přichází kolem šesti měsíců věku dítěte období žvatlání. Zhruba v devíti měsících dítě rozumí slovům a ukládá si je do tzv. pasivní slovní zásoby. První smysluplná slova začíná používat přibližně v jednom roce svého života.

U dětí v raném věku je velmi důležité rozvíjet motoriku, která souvisí s vývojem řeči. Pokud u dítěte probíhá správný pohybový vývoj, nastupuje většinou v odpovídajícím období i vývoj řeči. Nejdůležitější osobou vnějšího světa pro dítě zůstává matka, která mu zajišťuje uspokojování biologických i psychických potřeb.<sup>8</sup>

### 1.3 Batolecí období

Toto období můžeme vymezit od jednoho roku věku dítěte do tří let. Během tohoto období se z jedince zcela závislého na péči začíná formovat vlastní osobnost dítěte, která se stále více projevuje a také prosazuje. Je to období velkého rozvoje, který zasahuje mnoho oblastí – hlavně motoriku, myšlení a řeč. Zlepšuje se pohybová koordinace a schopnost udržet rovnováhu. Dítě začíná v roce a půl běhat, později chodit po schodech v obou směrech a ke konci tohoto období zvládá jízdu na tříkolce nebo na odrážedle. Tím se snižuje míra, v níž je dítě ve svém poznávání odkázáno na dospělé. Motorický vývoj umožňuje dítěti uspokojovat přirozenou potřebu aktivity. Souhra oko – ruka je již také v dokonalejší formě. Dítě dokáže udržet zároveň v každé ruce dva předměty, rádo si hraje s pohyblivými předměty a sleduje je, zvládne i hru s jednoduchými stavebnicemi. Když je dítě delší dobu v klidu, např. v období nemoci, může u něj docházet k uvolňování napětí. To může být například jednorázový výbuch vzteku, ale mohou se objevit i určité neurotické návyky – např. okusování nehtů. Marie Vágnerová uvádí, že: „*Rozvoj motoriky*

---

<sup>7</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 81.

<sup>8</sup> Tamtéž, s. 97.

zahrnuje všechny svalové skupiny, především kosterní svalstvo a svěrače,<sup>9</sup> a to je, jak dobře víme, velmi důležité pro rozvoj dítěte, protože se učí regulovat vyměšování. Dítě se učí udržovat hygienickou čistotu a dokáže to pouze tehdy, když umí ovládat obě funkce svěračů. Ve třech letech umí vcelku dobře ovládat vyměšování, i když občas může ještě selhat.

Velká potřeba pohybu je v tomto věku samozřejmostí a její uspokojení důležité pro další vývoj dítěte. Rozvoj poznávacích procesů vyplývá z lepší orientace a z lepšího chápání reality. Poznávání okolí, v němž dítě žije, uspokojuje jeho potřebu jistoty a bezpečí. Dítě se v tomto období učí vnímat čas a prostor. Nechápe význam minulosti ani budoucnosti. Pro dítě existuje jen přítomný čas a podobné je to i s prostorem. Myšlení dítěte probíhá na základě představ, které jsou vnitřním zpracováním pozorování. Dítě si o objektech a událostech zapamatuje pouze to, co ho zaujme a připadá mu důležité.

S rozvojem myšlení úzce souvisí i rozvoj řeči. Řeč dítěte se v tomto období velmi rychle vyvíjí a zdokonaluje. Dítě začíná používat tzv. vnitřní řeč, to znamená, že myslí převážně ve slovech a ne v obrazových představách. Vnitřní řeč se objevuje v době, když si osvojí jazyk. Na počátku tohoto období dítě ovládá průměrně 25 slov, ve třech letech je to asi 40× tolik, v jeho slovní zásobě převažují podstatná jména. Ze začátku tohoto období, mezi 12 a 18 měsíci, používá pouze jeden výraz nebo slovo, např. „ham“, což slouží ke všemu, co označuje jídlo, pití. Toto slovo má převážně informační charakter. Období dvouslovných vět je přibližně kolem věku dvou let. Jde o změnu, která umožňuje rychlý rozvoj slovní zásoby. Mluvený projev dítěte, který označujeme jako období telegrafických vět, se objevuje od dvou do dvou a půl roku věku. Dítě ve větě vynechává to, co považuje za nepodstatné, např. spojky, koncovky slov. Období úplných vět a souvětí můžeme zařadit do období věku 2 až 3 roků. Opožděný vývoj řeči má značné důsledky v sociální oblasti. Řeč je společně s rozvojem motoriky znakem, který potvrzuje normální vývoj dítěte.<sup>10</sup> V batolecím období jsou dva důležité mezníky, které určují dosažení určitého stupně rozvoje dětské osobnosti. Prvním je schopnost osamostatnit se od matky a druhým mezníkem je, že si dítě uvědomuje vlastní osobnost.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 121.

<sup>10</sup> Tamtéž, s. 140.

<sup>11</sup> Tamtéž, s. 167.

## 1.4 Předškolní věk

Toto období začíná třetím rokem života dítěte a končí nástupem do první třídy základní školy. „*Předškolní věk je také označován jako období iniciativy.*“<sup>12</sup> Znamená to, že předškolák má sklon něco zvládnout sám, a potvrdit si tak svoji hodnotu. Myšlení předškolního dítěte je typické svojí sebestředností. Rádo zkresluje realitu, zvláště tu, která mu nevyhovuje – dítě neváhá skutečný stav věci doplnit nebo překroutit, říkáme tomu, že fantazíruje. Dítě je také přesvědčené o tom, že svět je přesně takový, jak se mu jeví. Ve svých úsudcích spoléhá na vnější znaky a nevsímá si méně nápadných vlastností. Dítě si „mluví pro sebe“, ale mluví nahlas, tato slova však nejsou určena nikomu dalšímu, mluví k sobě. Takovému projevu ještě předchází komunikace sama se sebou, která se později uplatňuje v přemýšlení a v regulaci chování. Předškolní dítě chápe a používá jazyk k získávání informací, které zpracovává způsobem odpovídajícím jeho myšlení. Jde zde především o to pochopit příčinné souvislosti a vztahy. Z toho důvodu děti začínají používat otázky „Proč?“ a „Jak?“. Tyto otázky jsou rozmanité, někdy i humorné, např. Proč má holub ocas?, Proč nejedí lidé trávu?. Těchto otázek v předškolním věku velmi přibývá. Hodně se zlepšuje a zdokonaluje forma i obsah slovních dovedností. Děti v předškolním věku již dokáží fungovat jako posluchač i vypravěč. Dokonce některé z nich umí své vyprávění přizpůsobit možnostem posluchače. Myslíme tím, že jinak vyprávějí dospělým a jinak dětskému posluchači.<sup>13</sup>

Předškolní dítě svoje názory na okolí vyjadřuje nejraději v kresbě, která je úzce spjata s rozvojem grafomotoriky, a také vyprávěním a ve hře. Kresba v tomto věku zastává neverbální funkci. Dítě v ní zobrazuje realitu tak, jak ji vidí. Vývoj kresby prochází několika fázemi: nesymbolická, senzomotorická fáze, fáze přechodu na symbolickou úroveň, fáze primárního symbolického vyjádření. Dítě kreslí vše, co se mu líbí, nejčastěji jsou to lidské postavy. Kresba lidské postavy prochází vývojem a odráží se v ní celkový rozvoj dětské psychiky. Podrobněji se o vývoji kresby zmíníme v samostatné kapitole „Vývoj dětské kresby“ (s. 21). Hra plní také neverbální symbolickou funkci, která je pro dítě velmi důležitá. Dítě se v ní vyrovnává se skutečností, která je pro něj zatěžující. Umožňuje mu uspokojit jeho přání. Ve hře je dítě svobodné a problémy si zpracuje tak, jak chce. Tematická hra na něco zase slouží k procvičení si budoucích rolí, např. hra na školu,

---

<sup>12</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 177.

<sup>13</sup> Tamtéž, s. 217.

na rodinu, na obchod. Ve hře se dítě často ztotožňuje se svým hrdinou, kterého zná z pohádek.

Pro toto období je typická živá představivost, dítě představy spojuje se skutečností. O svých fantaziích je skálopevně přesvědčené jako o skutečnosti. Někdy se v této souvislosti mluví o lhaní dítěte, není to ale lhaní v pravém slova smyslu. Dítě se učí i novým sociálním dovednostem. Je schopné se zařadit i do jiných sociálních skupin, a navázat tak nové vztahy. Rodinu vnímá jako zázemí a bezpečí. „*Přístupují-li rodiče k dítěti s láskou a porozuměním, pak se brzy naučí, jak má svá přání sladit s požadavky prostředí.*“<sup>14</sup>

Vrstevníci, se kterými se setkává nejčastěji v mateřské škole, mu poskytují užitečnou zkušenost přispívající k rozlišování vztahů a k osamostatňování. Mateřská škola je první instituce, se kterou se dítě setkává. Zde získá nové sociální zkušenosti a dovednosti. V tomto věku je schopné rozlišovat dobré a špatné chování a dokáže určit, zda přijde odměna, nebo trest.<sup>15</sup>

Chování v tomto období dítě přejímá od své rodiny a v tuto dobu se rozvíjí i pocit svědomí. Dítě se chce podobat rodičům, a tak většinou nekriticky přejímá jejich způsoby chování a názory.

## 1.5 Mladší školní věk

Toto období lze označit jako mezník v životě dítěte. Začíná přibližně kolem šestého roku života dítěte a je to důležitý sociální předěl. Dítě nástupem do školy získává novou roli, stane se z něj školák. Pro dítě samotné i pro jeho rodinu je to velmi významná část jejich života. Dítě má za sebou zápis do školy a první slavnostní den ve škole. Vágnerová tento mezník označuje jako období oficiálního vstupu do společnosti a rozděluje období na jednotlivé fáze:

1. Raný školní věk, který trvá od nástupu do školy zhruba do devíti let – do 3. ročníku.
2. Střední školní věk – spadá do období od 9 let do 11–12 let, po tomto období přechází dítě na druhý stupeň základní školy.

Následuje starší školní věk, tedy období 2. stupně základní školy, které trvá do ukončení povinné školní docházky.<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> FÜRST, M. *Psychologie*. Olomouc: 1997, s. 148.

<sup>15</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 233.

<sup>16</sup> Tamtéž, s. 255.

Při nástupu do školy by měly být rovnoměrně rozvinuté kognitivní funkce. Mezi něž patří schopnosti, jako jsou vizuomotorika, grafomotorika, řeč, sluchové a zrakové vnímání, vnímání prostoru, času nebo matematické představy. V tomto vývojovém období se dítě rozvíjí plynule ve všech oblastech. V předškolním věku se dítě učilo nápodobou nebo hrou. Ve škole už se od něj očekává, že se do procesu výuky bude zapojovat aktivně, bude naslouchat, pozorně sledovat výklad a plnit úkoly, u toho ještě dokáže sedět v lavici celou vyučovací hodinu. Učitel si je vědom, že pro „školáka“ je to velice obtížné, změna v jeho životě je obrovská, pro některé děti dokonce stresující. Samozřejmostí ze strany učitele by měl být individuální přístup ke každému žákovi a snaha usnadnit mu vstup do školy.<sup>17</sup>

### 1.5.1 Vývoj poznávacích procesů

Pro výuku čtení a psaní je důležité vidění na blízko, které dětem umožňuje rozlišování detailů. V průběhu dětství se mění schopnost ovládnutí oční čočky, a to ovlivňuje přesnost vidění na blízko a na dálku. Pro šestileté děti je tedy vidění drobných obrázků či tisku namáhavější. Je proto nutné v mladším školním věku střídat činnosti, protože žák u činnosti zatěžující oči dlouho nevydrží. Vágnerová uvádí, že „*Zpracování ortografické informace, tj. rozlišování detailů složitějšího obrazce a jejich polohy, se rozvíjí mezi 5. až 7. rokem*“.<sup>18</sup> Zralé děti jsou již schopné vnímat celek jako soubor jednotlivých částí, mezi nimiž jsou určité vztahy. V praxi to znamená, že děti najdou například různé geometrické tvary v obrázku nebo písmena ve slově. Orientace na ploše je dalším znakem školní zralosti. Poloha nahoře – dole je pro děti jednodušší, tu obvykle zvládají děti v předškolním věku. Polohu horizontální, tj. vpravo – vlevo, zvládnou většinou děti až v mladším školním věku. Pro práci ve škole je tento vývoj důležitý, protože děti potřebují rozlišovat písmena, která se liší nějakými drobnými detaily ve tvaru. Obtíže v diferenciaci se vyskytují ještě v prvním ročníku základní školy, ale za normálních okolností se vytratí do konce tohoto ročníku. Tam, kde tyto obtíže přetrvávají, je nutné procvičovat orientaci na ploše i v prostoru.<sup>19</sup> Zrakové vnímání ovlivňuje i koordinace očních pohybů, která dozrává kolem šestého roku života. Dítě zralé pro školní docházku je schopné koordinovat pohyby očí tak, aby pozorovalo a vnímalo co nejpřesněji. Nezralé dítě to nedokáže. Tyto děti přeskakují od jednoho detailu k druhému, a tím pádem

---

<sup>17</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 260.

<sup>18</sup> Tamtéž, s. 261.

<sup>19</sup> MATĚJČEK, Z. *Dyslexie: specifické poruchy čtení*. Praha: 1988.

nedokáží dobře vidět to, co potřebují. Pro školní práci je úroveň senzomotorické koordinace ruky a oka velmi důležitá, protože ovlivňuje její kvalitu a je významná při nácvičku čtení a psaní.<sup>20</sup>

Fonologická senzitivita dozrává stejně jako vývoj zrakového vnímání, mezi 5. až 7. rokem života. Rozvoj je podporován zkušeností – většina dětí denně slyší mluvenou řeč a věnuje jí pozornost, protože potřebuje ostatním lidem rozumět. Pro výuku je potřeba, aby dítě umělo rozlišovat jednotlivé fonémy. Ve věku šesti let to převážná část dětí dokáže. Nezralé děti pak nesprávně rozlišují hlavně podobné hlásky, např. sykavky, ale i souhlásky *p*, *k* nebo *t*. Tyto souhlásky jim často dělají problémy i ve výslovnosti. Fonologická diferenciaci se zlepšuje na začátku školní docházky. Sedmileté děti jsou schopné rozlišovat délku samohlásek. Rozlišování měkkých a tvrdých souhlásek nebo párových souhlásek ale v tomto věku ještě nebývá dostatečné. Díky vlivu výuky českého jazyka dochází k rozvoji fonologické sekvenční percepce, to znamená, že na začátku prvního ročníku dokáží děti rozlišit hlásky na začátku a na konci slova, během prvního roku školní výuky se tato schopnost zlepšuje a děti diferencují hranici slov, pořadí slov ve větě i řazení hlásek ve slově. Typickým znakem sluchové percepce je skutečnost, že dítě podněty vnímá postupně, ne najednou jako u zrakového vnímání. Kvalita fonologické percepce závisí velmi úzce na pozornosti. Tyto dovednosti se rozvíjí ve velké míře ve škole, a to vlivem výuky.

Ve školním věku má velký význam soulad a splynutí zrakového a sluchového vnímání, protože školní činnosti vyžadují účast obou těchto modalit. Důležitá je i koordinace činnosti obou hemisfér, protože děti se začínají učit číst a psát a nerozlišují ještě význam písmen a číslic. Zde má význam i zkušenost, která potom vede k zautomatizování těchto spojení.

Myšlení mladších žáků se projevuje zejména ve spojení s realitou. Piaget nazval způsob myšlení dětí raného školního věku do 7 až 8 let fází názorného myšlení. Od 7 let do 11 až 12 let se tvoří myšlení konkrétních logických operací týkajících se předmětů, s nimiž se dá manipulovat. Myšlení dětí se opírá o konkrétní zkušenosti, skutečnosti a představy, které mají jasný obsah. Proto je nutné v mladším školním věku používat názornost, pomůcky nebo konkrétní příklady, aby děti pochopily výklad. Logické operace dětí se rozvíjejí postupně a jejich rozvoj můžeme ovlivnit s využitím dobré motivace.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 261.

<sup>21</sup> PIAGET, J.; INHELDEROVÁ, B. *Psychologie dítěte*. Praha: 2010.



Školáci již dovedou využívat poznatky a zobecňovat je. Mají tendenci svoje poznatky třídit podle vlastních znaků, které považují za nejvhodnější. Toto dokazuje úroveň jejich uvažování. Děti v tomto období jsou schopné třídit a posuzovat známé objekty a situace podle více hledisek, např. podle barvy a tvaru. Chápu také vztahy mezi obecnými kategoriemi různých tříd, to znamená že, jeden objekt lze posoudit z různých hledisek a může být zařazen do více tříd, např. maminka paní Nováčková, povoláním prodavačka a zálibou zahrádkářka. Děti dovedou přiřadit dvě, někdy i více tříd do vyšší kategorie ve věku okolo osmi let. Vágnerová uvádí, že: „*Postupně se dopracují k vymezení některých obecných principů*“.<sup>22</sup>

Pracovní paměť je definována jako schopnost zpracovat a udržet informace, které jsou potřebné k pochopení aktuální situace či k vyřešení nějakého problému. Ve školním věku se nároky na paměť zvyšují, ale zároveň narůstá i rychlost jejich zpracování. Děti si dokáží dobře pamatovat a zároveň se poznatky nenechají zahltnit. Na příkladu si můžeme ukázat, jak narůstá kapacita pracovní paměti: například šestileté dítě si pamatuje 4 čísla v řadě, sedmileté 5 a desetileté 6. Děti si pamatují víc, pokud využívají logické souvislosti. Pracovní paměť je závislá na rozvoji a schopnosti ovládat zaměření pozornosti. Zpracovat větší množství informací jsou děti schopné v době, kdy zlepši schopnost rozdělovat pozornost. Ta se rozvíjí v průběhu celého dětství. Pro fungování pracovní paměti je důležitá pozornost a dovednost tuto pozornost přepínat. Ve školním věku se flexibilita pozornosti zlepšuje díky získaným zkušenostem a také zráním příslušných mozkových struktur. Je značný rozdíl mezi školními dětmi a předškoláky. Školáci chápou, že mohou pohlížet na podnět nebo situaci z různých hledisek.<sup>23</sup>

### 1.5.2 Vývoj jazykových kompetencí

Děti, které nastoupí do školy, mají vcelku dostatečnou slovní zásobu i jazykové dovednosti a umí je i používat. Pod vlivem školní výuky se jazykové schopnosti dětí dále rozvíjejí. Narůstá slovní zásoba dětí. Dítě si fixuje takové slovní výrazy, které jsou pro ně užitečné a jejichž zásluhou může vyjadřovat svoje názory a pocity. Uvědomuje si například, že užitím slangu získává prestiž ve vrstevnické skupině.<sup>24</sup>

---

<sup>22</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 272.

<sup>23</sup> Tamtéž, s. 290.

<sup>24</sup> Tamtéž, s. 297.

### 1.5.3 Vývoj čtení a psaní

Vývoj čtení probíhá od postupného osvojování základních prvků, což jsou písmena, kdy děti izolují zvuk a ten přiřazují ke správnému tvaru. Pak spojují písmena do slabik a potom do větších celků, slov, vět. Děti se učí osvojovat tvary jednotlivých písmen – grafémů, při tom je důležitá úroveň zrakové percepce. V tomto období děti mají problémy s rozlišením tvarově podobných písmen – *b* a *d*, *m*, *n*. Tvary písmen si poté musí spojit se zvukovou podobou. Osvojená písmena skládají do slabik, slov a vět. Marie Vágnerová rozlišuje dvě základní fáze čtenářských dovedností. První fáze je čtení bez porozumění, při němž se klade důraz na formální stránku. Takto čtou děti na konci 1. ročníku. Jedná se o mechanické čtení, při němž se děti soustředí na proces čtení, na techniku, ale obsah jim často uniká. Teprve v době, kdy si zafixují tvarovou podobu slov a neslabikují, začnou se soustředit na obsah čteného textu. Druhá fáze je čtení s porozuměním. Této fázi ještě předchází tzv. čtení s porozuměním jednotlivým slovům, kdy děti se zaměřují na význam slov, ale nemusí chápat ještě obsah celé věty nebo většího celku. V současnosti se od tohoto způsobu výuky čtení upouští a prvořadým cílem je, aby děti četli hned od počátků s porozuměním. Při tomto čtení je nutné, aby dítě porozumělo kontextu, který je dán vzájemným vztahem jednotlivých částí věty. Často se stává, že i dítě, které zvládá dobře techniku čtení, není schopno rozlišit konce a začátky slov nebo nechápe smysl vět. Děti na přelomu druhého a třetího ročníku četly rychlostí cca 60 slov za minutu. Úroveň čtenářských dovedností, především schopnosti číst s porozuměním, v posledních letech podle pozorování učitelů klesá. V současnosti děti čtou pomalu, nedokáží udržet přečtené informace v pracovní paměti, nedají si získané informace do souvislostí a nechápou tudíž smysl čteného textu.<sup>25</sup>

Psaní je určitý způsob komunikace, který není omezován časem ani prostorem. Děti se učí zároveň číst i psát, a proto si osvojují dvojí druh písma. Psaní zahrnuje formu – grafický zápis, ale i obsah – formulaci sdělení. Dítě si musí propojit nejenom grafickou podobu písmene se zvukovou podobou, ale i dvojí způsob grafického ztvárnění. Stejně jako u čtení se snažíme, aby děti psaly s porozuměním. Dítě se často zaměřujeme na správnost grafického záznamu a zpravidla se nezajímají o obsah textu, který opisuje či přepisuje. Velmi důležité je, aby rozpoznaly, co učitel říká a zda to správně napsaly. V tomto období mívají školáci problémy např. s vizuální percepcí, senzomotorickou koordinací, se sluchovou analýzou a diferenciací. V době kdy děti začínají psát krátké věty,

---

<sup>25</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 303.

objevují se v nich agramatismy, nepřesnosti nebo vynechávají slova. Ve třetím ročníku začínají děti samostatně tvořit psaný text, ale projev je plný nedostatků. Soustředí se na jednoduchý popis, chronologický výčet událostí, hodnocení daného apod.<sup>26</sup>

Pokud chceme, aby děti zvládaly dobře psaní, ať se jedná o techniku psaní, nebo psaní s porozuměním, je žádoucí zdravý vývoj pohybových schopností – hrubé a jemné motoriky, motoriky mluvidel a motoriky očních pohybů. Aby dítě mohlo psát, musí být schopno koordinace mezi okem a rukou. Pokud je nevyzrálé, nebo dokonce handicapované v této oblasti, odrazí se to nepříznivě v jeho psaní.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 304.

<sup>27</sup> BEDNÁŘOVÁ, J; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 14.

## 2 Vývoj motoriky dítěte

Motorický vývoj dítěte úzce souvisí s celkovým rozvojem dítěte, jelikož je nástrojem získávání zkušeností a poznatků. Motoriku dítěte můžeme rozčlenit na hrubou a jemnou motoriku, to znamená hrubé a jemné pohyby, jejich koordinaci, celkovou pohyblivost a obratnost. Rozvoj všech složek motoriky je jeden z nejdůležitějších předpokladů pro zvládnutí schopnosti psaní. Neobratnost neovlivňuje pouze psaní, ale má vliv i na výkony ve výtvarné výchově, pracovním vyučování, tělesné výchově, na úpravu sešitů a ovlivňuje i výsledky v geometrii. V současnosti děti více času tráví u počítače a televize, mají sklon k pasivnímu způsobu života, což je dáno nynějším životním stylem, a to se negativně odráží i na motorickém vývoji dítěte.

### 2.1 Hrubá motorika

Motorické dovednosti slouží dítěti k manipulaci s předměty, k přímému poznávání zkoumaného objektu. Hrubá motorika zahrnuje pohyby velkých svalových skupin. Rozdělujeme je dále na pohyby lokomoční, nelokomoční a manipulační. Mezi lokomoční pohyby řadíme ty pohyby, které nás přemísťují z místa na místo. Vývojově prvními pohyby jsou plazení, lezení, po nich následuje chůze, běh a skákání. Nelokomoční pohyby zahrnují pohyby částí těla nebo změny poloh těla – např. zvedání, přemísťování nebo přetahování, přetlačování. Dítě musí být schopno vnímat své tělo a ovládat jednotlivé části těla v různých polohách a bez zrakové kontroly. Manipulační pohyby zastupuje manipulace s různými předměty, jako jsou hračky nebo náčiní při tělesné výchově. Je proto důležité poskytovat dětem předměty k volné manipulaci a hraní, a tím rozvíjet jejich poznávací schopnosti. Teprve poté můžeme předměty zařazovat do řízené činnosti.<sup>28</sup>

Vývoj motoriky, poznávání a emoční prožívání probíhá ve vzájemném působení. Pohybové kompetence se rozvíjejí od hlavičky k dolním končetinám a od pohybů celé končetiny k jemnějším pohybům. Mezi 1. a 4. týdnem novorozenec otáčí hlavičku na obě strany. Ve 3 měsících zvedá hlavičku nad podložku, tzv. pase koníky. Ve 4. až 5. měsíci se dítě začíná přetáčet, v 7 měsících sedí s oporou. Přibližně od 9. měsíce dítě začíná lézt po čtyřech. Toto období je počátek lokomoce. Ke konci 12. měsíce dítě může samostatně dělat první kroky. Samostatná lokomoce má také význam, který dítě používá jako obranný mechanismus v situaci, kterou považuje za nebezpečnou. Opožděná chůze se až

---

<sup>28</sup> DVOŘÁKOVÁ, H. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Praha: 2011.

do 16 měsíců považuje obvykle za normální. V 18 měsících je již dítě schopné chůze do schodů s držením a mělo by umět běhat. Dvouleté dítě chodí do schodů bez držení; ve 3 letech by dítě mělo umět střídat nohy na schodišti a čtyřleté dítě dokáže skákat po jedné noze. Bednářová se Šmardovou uvádějí, že: „*Základní pohyby při psaní a kreslení vycházejí z hrubé motoriky, z pohybu velkých kloubů. Proto pokud se dítěti kreslení nedaří, je hrubá motorika první oblastí, na kterou je dobré se zaměřit. Je třeba mít na paměti, že z rozvoje hrubé motoriky vychází rozvoj motoriky jemné, z té pak rozvoj grafomotoriky*“.<sup>29</sup> Nemůžeme přesně určit, které pohyby má dítě v určitém věku umět. Každé dítě se vyvíjí jinak, v jiném prostředí a s jinými podněty ve svém okolí. Měli bychom ale vycházet z průměrných dovedností vrstevníků. Pokud zjistíme u dítěte sníženou koordinaci pohybu, neobratnost při pohybových činnostech, nejistotu nebo pasivitu při zapojování se do pohybových činností, je vhodné podpořit rozvoj hrubé motoriky.<sup>30</sup> Hrubou motoriku procvičujeme a zdokonalujeme tak, že dětem umožňujeme dostatek pohybu, spontánního běhání, skákání na jedné noze, lezení, plazení, kopání do míče, kroužení pažemi nebo zařazujeme rytmická cvičení. Pokud ale zjistíme, že tyto potíže přetrvávají, je vhodné obrátit se na lékaře nebo rehabilitačního pracovníka, který většinou doporučí rehabilitační cvičení.

## 2.2 Jemná motorika

Jemná motorika se rozvíjí pozvolna a je řízena aktivitou drobných svalů. Při rozvoji jemné motoriky se zdokonaluje uchopování předmětů, nejdříve větších, později menších. Napomáhají k tomu každodenní činnosti, do kterých řadíme sebeobsluhu, manipulační hry a tvořivé činnosti. Jemná motorika se rozvíjí pozvolna a je řízena aktivitou drobných svalů. Při rozvoji jemné motoriky se zdokonaluje uchopování předmětů, nejdříve větších, později menších. Napomáhají k tomu každodenní činnosti, do kterých řadíme sebeobsluhu, manipulační hry a tvořivé činnosti. K rozvoji jemné motoriky mohou přispívat i přirozené příležitosti. V dřívější době byly děti zapojovány již v předškolním věku do jednoduchých činností v domácnosti, např. zapínání knoflíků na ložním prádle, míchání těsta, zametání smetí apod. Děti byly na vstup do školy po stránce rozvoje jemné motoriky lépe připraveny. Dnešní děti nejsou k těmto pracím připuštěny z důvodu jejich menší zručnosti. Je to ale na škodu, protože nevyužíváme období, kdy dítě velmi rádo napodobuje dospělé

---

<sup>29</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 44.

<sup>30</sup> Tamtéž.

a chce jim pomáhat. Čím častěji se nám podaří do těchto činností dítě zapojit, tím rychleji a lépe rozvíjí svoji jemnou motoriku a všeobecné poznání vůbec. Všechny práce, které dítě vykonává, by měly mít smysl, např. navlékání korálek na šňůru by mělo vést k vytvoření ozdoby, kterou bude nosit samo dítě nebo jeho maminka. Jinak pro dítě tato práce ztrácí smysl a příště ji odmítne vykonávat. Dětem bychom měli pořizovat stavebnice, které rozvíjejí jemnou motoriku, různé mozaiky a velmi oblíbené puzzle. Je také žádoucí, aby se dítě spolupodílelo na výrobě své hračky, a zároveň bychom měli dítěti vytvořit podmínky k této činnosti, vytvořit zásoby různých materiálů, např. přírodniny, odstřížky látek, barevné papíry, korálky. Bednářová a Šmardová doporučují pro rozvoj jemné motoriky tyto činnosti:

- Skládání mozaiky, zasouvání kolíčků do otvorů, vkládání korálek a kuliček do lahví.
- Navlékání korálek, knoflíků, těstovin, rozstříhaných slámek, stavění řad z knoflíků, korálek a přírodních materiálů.
- Práce se stavebnicemi, různorodost stavebnic je žádoucí.
- Skládání kostek – vlaky, mosty, věže; šroubování – uzávěry lahví, větší šrouby a matky.
- Montování, práce s nářadím – využíváme k tomu dětské plastové nebo dřevěné nářadí.
- Házení na cíl – míčky do krabice, knoflíky do misky, kroužky na tyč.
- Provlékání šňůrek otvory nejrůznějších tvarů – lze koupit hotové dřevěné nebo vyrobit z kartonu a děrovačky; uzlování na šňůrkách.
- Přišívání velkých knoflíků, prošívání papíru nebo látky jehlou s tupým hrotem.
- Výroba řetězu z kancelářských sponek, tvoření z měkkého drátu.
- Úkony spojené se sebeobsluhou – zapínání knoflíků, zipů, zapínání přezky, navlékání ponožek. Pomoc při každodenních činnostech v domácnosti – hnětení těsta, vykrajování, míchání, věšení kapesníků, oblečků pro panenky.
- Zamykání, odemykání – využíváme nepoužívané visací zámky; rozsvěcení a zhasínání světla.
- Listování v knize po jednotlivých listech nebo motání klubíček vlny.
- Modelování z plastelíny, těsta a hlíny.
- Malování – můžeme začínat prstovými barvami, přecházet na vodové a temperové barvy, vytvářet barevné kompozice.
- Obtiskování – využíváme razítka s dětskými motivy; výroba vlastních razítek.

- Mačkání papíru – výroba větších a menších koulí.
- Stříhání – začínáme pouze přestřížením proužku papíru, ustřížením rohu, postupně přecházíme na delší plochy.
- Vytrhávání z papíru – skládání, lepení mozaiek, vytrhávání proužku papíru, určitých tvarů – kruh, čtverec. Skládání z papíru – nejdříve přeložení, potom jednoduché tvary.
- Puzzle – skládání koupených, nebo vyrobených – rozstříhané fotografie.
- Skládání geometrických tvarů do řad, v určitém pořadí, vytváření různých vzorů.
- Karetní a deskové hry – např. domino.
- Kreslení prsty do mouky, krupice a do písku. Lze zkoušet i vedení čar a kreslení.
- Rozvíjení hmatu – poznávání materiálů a předmětů hmatem.
- Cvičení s prsty: Hra na klavír, Psaní na klávesnici, Solení polévky, Otevírání zavřené dlaně po jednom prstu, Tleskání prsty, Déšť – tato cvičení je vhodné doprovázet říkankami.<sup>31</sup>

Tyto činnosti provádíme společně, abychom dítěti poskytli podporu, pomohli mu překonat jeho obtíže a za jeho práci ho náležitě pochválili. Převážná část těchto cvičení nerozvíjí pouze jemnou motoriku, ale zároveň také zrakové vnímání, prostorovou orientaci, koncentraci pozornosti, estetické vnímání a vizuomotorickou koordinaci.<sup>32</sup> V době, kdy dítě zvládne koordinaci celého těla, je obratné i při pohybech rukou a prstů, je připravené na rozvoj grafomotoriky.

## 2.3 Grafomotorika

Termínem grafomotorika se podle „Pedagogického slovníku“ označuje soubor psychomotorických činností vykonávaných při kreslení i psaní. Termín psychomotorika vystihuje spojení a vzájemnou podmíněnost psychické a tělesné složky při vykonávání konkrétní činnosti.<sup>33</sup>

„Pojem grafomotorika vznikl z řeckého slova *grafo-*, v překladu psaní, a latinského slovíčka *motus*, tj. *pohyb*“.<sup>34</sup> Grafomotoriku chápeme jako spojení jemné motoriky

<sup>31</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 45.

<sup>32</sup> Tamtéž, s. 47.

<sup>33</sup> PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: 2013.

<sup>34</sup> VYSKOTOVÁ, J.; MACHÁČKOVÁ, K. *Jemná motorika: vývoj, motorická kontrola, hodnocení a testování*. Praha: 2013, s. 15.

a psychických funkcí, což určuje, jak se bude vyvíjet kresba dítěte a jeho písemný projev. Můžeme tedy chápat grafomotoriku jako spojení pohybu a psychických funkcí, které potřebujeme ke kreslení a později k psaní; stupeň vývoje grafomotoriky významně ovlivňuje tyto dovednosti. Mezi psychické funkce řadíme především rozumové předpoklady, zrakové vnímání (analýzu, syntézu, diferenciaci), senzomotorickou koordinaci, prostorové vnímání, volní úsilí a pozornost.<sup>35</sup> Grafomotorika je důležitým bodem při posuzování školní zralosti u dítěte, protože spojuje oblast smyslovou a pohybovou, a pokud dítě dosáhne určitého stupně grafomotorického rozvoje, předpokládáme, že bude následovat správný vývoj psaní. Rozvoj grafomotoriky úzce souvisí s rozvojem jemné motoriky, zrakového vnímání a vizuomotoriky. Koordinaci zraku a pohybu ruky používáme jako zpětnou vazbu, při níž se zrakem kontroluje pohyb ruky.

V předškolním období je nezbytné procvičovat jednotlivé schopnosti, které dítě potřebuje k tomu, aby zvládlo psaní v 1. ročníku základní školy. Jsou to zrakové a sluchové vnímání, taktilně-kinestetické vnímání, řeč, představivost, paměť, jemná motorika a senzomotorika.<sup>36</sup> Můžeme tedy říct, že grafomotorické dovednosti, které rozvíjíme převážně v předškolním věku a v prvních ročnících základní školy, jsou součástí jemné motoriky a vedou k využívání správného úchopu psacího náčiní při kresbě a psaní a k pochopení, že pohyb ruky a tužky zanechává na papíře grafickou stopu. Je to ale mnohem složitější proces, než se zdá, a velmi úzce souvisí s vývojem dětské kresby.

## 2.4 Vývoj dětské kresby

Začátky dětské kresby jsou spojeny s radostí z pohybu ruky po papíru a z nakreslených čar, které zanechává barva. Vývoj dětské kresby souvisí s rozvojem grafomotoriky dítěte a je srovnáván z vývojem řeči.<sup>37</sup> Můžeme si to vysvětlit tak, že bezesmyslné čárání se podobá bezesmyslnému opakování slabik. Pokud dítě opakuje kresebné čmárání, připomíná to v řeči broukání. Podle toho, jak se dítě vyvíjí, zdokonaluje svůj slovní projev, zdokonaluje současně i svoji kresbu. Podle Bednářové a Šmardové existují činitelé, kteří ovlivňují vývoj a úroveň dětské kresby. Mezi ně patří:

- mentální vyspělost dítěte,
- motorika dítěte,

---

<sup>35</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 47.

<sup>36</sup> Tamtéž.

<sup>37</sup> Tamtéž, s. 10.



- laterálita,
- zrakové vnímání,
- paměť,
- schopnost představivosti a reprodukce,
- pozornost.<sup>38</sup>

V těchto oblastech se můžeme setkat s velkými rozdíly mezi dětmi. Rozvoj grafomotoriky, který je propojen s rozvojem kresby, začíná již v batolecím věku. V tomto věku začíná dítě prvně brát kreslicí náčiní do ruky. Vývoj kresby probíhá v určitých etapách a stádiích. Pokud má dítě příležitost a zájem o kreslení, projeví se to záhy.

Lipnická uvádí, že zpočátku dítě kreslí rádo, má z této činnosti radost, protože kreslicí pomůcky zanechávají barevnou stopu. Psací plocha může být cokoli, například zeď, na kterou děti kreslí velmi rády. Později se kresba stává záměrnou. Vyvíjí se ruku v ruce se zrání centrální nervové soustavy, zvyšuje se koordinace pohybů těla a končetin. Pohyb rukou se zjemňuje a je ovládán smysly. Grafické vyjádření dítěte ovlivňuje jeho psychiku. Zlepšuje se kvalita tvarů i linií, pohyb ruky se uvolňuje. Dítě se převážně snaží zachytit to, co prožívá nebo vidí. Čáry jsou postupem času jistější, přesnější a začnou se objevovat

i detaily. Grafomotorika a kresba se vyvíjejí etapovitě, i když spontánně, a je tedy možno jejich vývoj zachytit z hlediska věku. Mohou se objevit odchylky, které ale nemusejí znamenat, že má dítě nějaké potíže.<sup>39</sup>

Bednářová a Šmardová uvádějí, že první etapa kreslení, zhruba ve věku dvou let, je pouze čáranice a představuje jakousi motorickou hru. Dítě může črtat na papír i mimo něj nebo ve vzduchu. V tomto období je důležitější, že děti kreslí, než to, co kreslí. Dítě kreslí rozmachem celé paže a centrem pohybu je ramenní kloub. Postupně začne zapojovat i loketní a zápěstní kloub, a může tím pádem střídat úhel příčných čar. Tím vznikají spleti čar, které se libovolně křížují. V závěru tohoto období je dítě schopno napodobovat kruhy, ale pouze podle předlohy. Okolo třetího roku dítě spontánně začne kreslit nepravidelný ovál, zvládá nakreslit svislou i vodorovnou čáru. Ovládnutím těchto prvků přechází do vyššího stadia dětského kreslení. Snaží se kreslit i geometrické tvary, které ale mají zaoblené tvary. Tyto pokusy můžeme považovat za přípravné stadium pro skutečné kreslení. Ve čtyřech letech dítě začíná s kresbou postavy, tzv. „hlavonožcem“. U některých

<sup>38</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 10.

<sup>39</sup> LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: 2007, s. 6.

děti se tato kresba může objevit i dříve. V pátém roce je již schopno rozlišit a ztvárnit hlavu, trup, končetiny a některé detaily na hlavě, jako jsou oči, nos a ústa. Kolem šestého roku je kresba dvojdimenzionálních končetin častá, znamená to, že končetiny nejsou ve správných proporcích. Kresba je propracovanější i proporcionálně, jednotlivé části těla jsou lépe připojeny a většinou na správném místě. Hlava nakreslené postavy již bývá pokryta vlasy a jsou vyznačeny všechny detaily obličeje. Děti v tomto období jsou schopné členit kresbu i podle pohlaví. V sedmé roce dochází v kresbě postavy ke zpřesnění proporcí, v osmém roce se začíná objevovat kresba z profilu, zde však působí problémy připojení paží. Kresba postavy v pohybu se objevuje v devíti letech a v tomto období se začínají objevovat větší rozdíly mezi kresbou chlapců a děvčat. Mezi devátým a jedenáctým rokem děti začínají svou kresbu stínovat a tvarovat.<sup>40</sup>

To, jak dítě kreslí, je závislé na jeho vývoji a nijak nesouvisí s jeho výtvarným nadáním. Vágnerová dodává, že: „*Kresba je neverbální symbolická funkce s tendencí dítěte zobrazit realitu po svém.*“<sup>41</sup> Je základní dovedností a důležitým předpokladem pro osvojovanou dovednost psaní.

## 2.5 Psaní

Psaní lze chápat tak, že řeč a myšlení si zaznamenáváme na papír, např. v dopisech, ve slohovém úkolu, v románu nebo ve škole při diktátu, při přednášce a podobně. „*Psaní je pracovní proces, jímž graficky zaznamenáváme myšlenky nebo řeč buď vlastní, nebo cizí. Na procesu psaní se podílí především náš mozek jako orgán řídící, v němž probíhá myšlení a který zároveň řídí činnost psaní, dále píšící ruka jako orgán výkonný a některé analyzátory, zejména zrakový, pohybový a hmatový, jako orgán kontrolní.*“<sup>42</sup> Penc také uvádí, že písmo jako takové má dvojí význam. V první řadě se jedná o soustavu grafických znaků, v níž každý znak odpovídá určitému prvku řeči, a současně tímto pojmem označujeme celkový výsledek činnosti psaní. Písmo i jazyk je dílem člověka, čímž se lidé odlišují od ostatních tvorů. Znalost písma v širokých vrstvách je jedním z měřítek vzdělanosti a kulturní úrovně národa. Proto se písmu právem přikládá velký význam.<sup>43</sup>

<sup>40</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 35.

<sup>41</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: 2012, s. 187.

<sup>42</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 3.

<sup>43</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 4.

Dítě se setkává s písmem jako s určitým systémem znaků, které mu umožňují se dorozumívat. K obohacení samozřejmě přispívají i zážitky ze setkání s psanou kulturou. Dítě se do nich zapojuje dvěma vzájemně se prolínajícími způsoby:

- **Nepřímé vlivy životní reality**, do kterých řadíme např. nápisy na domech při cestě do mateřské školy nebo reklamu, kterou děti sledují a vnímají v televizi a o které dokáží vyprávět. Nejvíce podnětů k psaní však poskytuje rodina, a to např. při vyplňování různých tiskopisů, sepisování seznamu věcí, které je potřeba nakoupit. Dítě může pozorovat starší sourozence při plnění domácích úkolů a při přípravě do školy. Tato pozorování v něm zanechávají zkušenosti s jazykem jako komunikačním prostředkem.
- **Přímá podpora a vedení dítěte při čtení a psaní dospělými.**  
Do tohoto způsobu řadíme podporu a včasnou reakci na využití potenciálu dítěte ve všech složkách osobnostního vývoje, tedy i psaní a čtení. Naskýtá se nám příležitost vést dítě zcela přirozeným způsobem, a to zejména při využívání rozličné herní aktivity. Zejména rodiče mohou pomoci zmírnit i vývojové nedostatky, které by mohly dítě omezovat nebo mu činit vážnější problémy.<sup>44</sup>

Znalost psaní patří k základnímu vzdělání dítěte a rozšířila se zavedením povinné školní docházky. Písmo se vyvíjelo především proměnou tvarů písma a tlakem na podložku, jeho vývoj byl ovlivněn i vývojem psacího náčiní. Při výuce psaní se používalo mnoha různých metod. Uvedeme si alespoň některé:

- Metoda kopírovací – nejstarší mechanická metoda používaná v chrámových školách.
- Metoda pauzovací – žáci pouze obtahovali vzor uložený pod papír.
- Metoda syntetická – odpovídala metodě syntetické ve čtení, nejdříve se děti naučily prvky písmen a pak z nich vytvořily celé písmeno.
- Metoda taktovací – žáci psali jednotlivé tahy, písmena, slabiky i věty společně podle diktátu.
- Metoda psychologicko-fyziologická – jednalo se o výcvik individuálního rukopisu zaměřený na plynulý pohyb při psaní a správné psací návyky.
- Metoda globální – vychází ze psaní slov a vět, písmena se necvičí odděleně.
- Metoda analyticko-syntetická – klade důraz na dodržování hygienických zásad a rozvoj jemné motoriky a grafomotoriky před samotným psaním.<sup>45</sup>

<sup>44</sup> LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: 2007, s. 4.

<sup>45</sup> SANTLEROVÁ, K. *Metody ve výuce čtení a psaní*. Brno: 1995, s. 27.

Ve výuce psaní se mohou vyskytnout nejrůznější grafomotorické obtíže. Nejčastější z nich jsou podle Svobodové:

- porucha hybnosti ruky,
- dysfunkce, funkční porucha mozku,
- porucha hybnosti ruky a dysfunkce.<sup>46</sup>

S poruchou hybností ruky se nejčastěji setkáváme u dětí s dětskou mozkovou obrnou a je charakteristická poruchou centrální kontroly hybnosti. U těchto dětí se nejedná o poruchu hybnosti, ale o neobratnost a problémy s koordinací jemné motoriky. Dysfunkce, která zapříčiňuje potíže ve výuce psaní, se nazývá dysgrafie a jedná se o nedostatečně vyvinuté mozkové funkce. Všechny tyto děti potřebují individuální přístup učitele při výuce psaní.<sup>47</sup>

Při psaní jsou důležité pracovní návyky, mezi něž nepatří pouze správný úchop psacího náčiní, ale také výběr kreslicích a psacích potřeb, správné sezení, postavení ruky při kreslení a psaní a uvolnění ruky před psaním i při psaní.<sup>48</sup>

## 2.6 Pracovní návyky při psaní

Výběr psacího náčiní ovlivňuje grafický výkon dítěte. Tvar psacího náčiní má vliv na jeho správné držení a kvalita tuhy se ve velké míře podílí na tlaku na podložku. Je tedy nutné rozlišovat při výběru psacího a kreslicího náčiní účel jeho použití. Je dobré vybírat měkčí tužky i pastelky, které vytvářejí výraznou stopu a dítě na ně nemusí tlačit. Tvar vybíráme takový, který umožní dítěti správné držení. V současné době je ve velké oblibě využívání trojhranného programu, který dítěti navozuje správný špetkový úchop. Je zcela nevhodné používat krátké tužky, fixy a příliš široké křídly. Naprosto nevhodné je používání kuličkových propisovacích per, protože dítě nutí k silnému tlaku na podložku. Na rozvoj psaní má vliv i využívání vhodného materiálu. Na grafomotorické cviky zprvu volíme velké formáty, nejvhodnější je A3 nebo balicí papír, jenž umožňují uzpůsobit formát, který bude dítěti vyhovovat. Před samotným psaním můžeme využívat pískovničky

---

<sup>46</sup> SVOBODOVÁ, J. *Metodika rozvoje grafomotoriky a počátečního psaní*. Praha: 2001.

<sup>47</sup> Tamtéž.

<sup>48</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 48.

nebo tácy se sypkým materiálem (např. krupice, mouka), na nichž si děti vyzkouší procvičovaný tvar.<sup>49</sup>

### 2.6.1 Správná poloha těla při psaní

Dítě začíná kreslit nejdříve velké tvary. Je tedy vhodné, aby zprvu kreslilo vestoje u svislé plochy. Uvolňuje a procvičuje tím pohyblivost jednotlivých kloubů a jejich koordinaci. Aby dítě mohlo dobře psát a kreslit, je potřeba, aby mělo vytvořené dobré prostředí a dodržovalo správnou polohu těla při psaní a kreslení (obrázek č. 1). U obrázku však není zcela patrné, že lokty by měly směřovat přes stůl, zejména pak u dominantní ruky. Bednářová a Šmardová uvádí, že „*by dítě mělo mít vytvořeny dobré podmínky podle své postavy. Není vhodný nábytek pro dospělou postavu bez přizpůsobení pro dítě.*“<sup>50</sup>

Chodidla by měla být opřena celou plochou o zem, neměla by se pohybovat ve vzduchu, váha těla je rozložena na celé sedací ploše židle, aby byla zajištěna stabilita těla. Kolena svírají pravý úhel jako lokty s deskou stolu. Penc ještě dodává, že by nohy žáka měly být mírně od sebe, kolena ohnuta přibližně v pravém úhlu a chodidla opřena celou plochou o podlahu nebo o podložku. Žák by neměl mít nohy křížem nebo každou nohu v jiné poloze. Předchází se tak nestabilnímu sezení. Dítě sedí na celé ploše židle, což zaručuje jeho dostatečnou stabilitu na rozdíl od polohy, kdy žák sedí pouze na přední polovině sedadla nebo na přední hraně židle.<sup>51</sup>

Trup by měl být mírně nakloněn dopředu, hrudník by se neměl dotýkat desky psacího stolu. Měl by být vzdálen zhruba 4–5 cm. Váha trupu by se neměla opírat o předloktí. Obě ramena by měla být ve stejné výšce a lokty od trupu mírně oddáleny. Polohu předloktí Penc popisuje takto: „*obě předloktí leží souměrně na psací desce, nikoliv na její hraně, a směřují k sobě v pravém úhlu, jehož předpokládaný vrchol je před středem písářova těla, kde se ruce téměř stýkají.*“<sup>52</sup> Hlava je v prodloužení osy páteře, je mírně skloněna, oči by měly být vzdáleny od desky stolu 25–30 cm. Naklání-li žák hlavu na stranu, nevidí dobře zejména na vedení řádků a udržování správného sklonu písma. Má-li hlavu nízko, kazí si zrak.<sup>53</sup> Dítě při psaní a kreslení potřebuje dostatek místa, aby se ruka mohla plynule a zároveň rovnoměrně pohybovat. Nedostatek místa omezuje pohyb celé

<sup>49</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 48.

<sup>50</sup> Tamtéž, s. 49.

<sup>51</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 55.

<sup>52</sup> Tamtéž.

<sup>53</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 55.

paže od velkých kloubů a může mít špatný vliv na postavení ruky při kreslení a psaní a na výsledek těchto činností. Vytvářením a dodržováním těchto zásad vytváříme optimální předpoklad pro kvalitní grafický výkon dítěte, zabezpečujeme jeho dobrý tělesný vývoj a zároveň předcházíme vzniku ortopedických vad.



Obrázek č. 1. *Poloha vsedě – správné sezení při kreslení a psaní*<sup>54</sup>

## 2.6.2 Úchop psacího náčiní

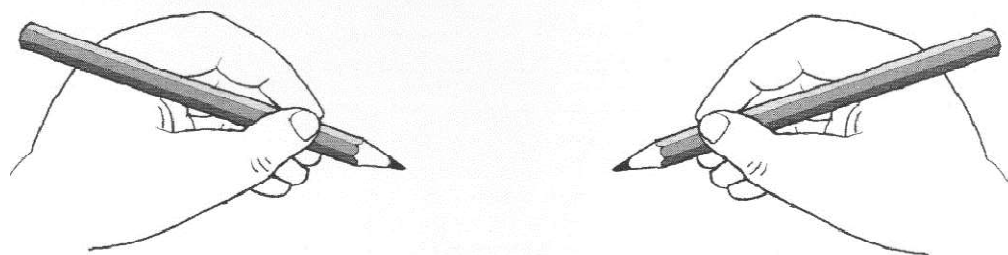
V současné době se setkáváme s mnoha případy, kdy děti mají zcela nevyhovující držení psacího náčiní. Mnoho žáků, kteří přijdou do školy, nemá korektní držení psacího náčiní. Je velmi obtížné tyto nedostatky odstraňovat, protože je děti mají silně zafixované. Pokud se podaří odstranit některé nedostatky, většinou to nemá dlouhodobý účinek a ve vyšším ročníku dítě opět sklouzává k chybnému držení pera. Objevují se dva pohledy na tuto problematiku. Na jedné straně je to podpora špetkového úchopu, která je předkládána ze stran odborníků, učitelů, ale i výrobců psacích potřeb, a na druhé straně jsou to námítky zvláště ze strany rodičů, že na úchopu nezáleží. Samozřejmě, že existují výjimky. Je ale také nutné dodat, že správné držení psacího náčiní má svá pozitiva. Správný úchop umožňuje koordinaci jemných svalových skupin prstů a ruky, umožňuje uvolnění ruky a prstů při psaní. Špetkový úchop je ověřen po mnoho generací. Snažíme se dbát na správný úchop psacího náčiní od začátku, od doby, kdy dítě začíná kreslit. Neopravujeme dlaňový úchop v batolecím věku, kdy tento úchop je fyziologický a dítě ještě neovládá jemnou motoriku, měl by do tří let odeznít a dítě by mělo přecházet na prstový úchop.

<sup>54</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 49.

Kolem třetího roku se navozuje špetkový úchop. Pokud nastane situace, že dítě sice rádo kreslí a vyhledává výtvarné činnosti, ale přesto má nekorektní úchop, je nutné mu s ním pomoci. Případná fixace špatného úchopu se velmi těžce napravuje a mnohdy výrazně ovlivňuje grafomotorickou obratnost dítěte.<sup>55</sup>

Penc popisuje držení pera následovně: „*Pero drží první tři prsty pravé ruky – palec, ukazováček a prostřední prst. Všechny jsou přitom mírně ohnuty. První článek prostředního prstu podpirá držátko z pravé strany zdola, palec přidržuje držátko z levé strany a ukazováček shora. Pero držíme lehce, tři až čtyři cm nad špičkou hrotu tak, aby svíralo s plochou papíru úhel cca 45 °. Násadka směřuje horním koncem k pravému ramenu.*“<sup>56</sup> Ruka je opřena o první dva články malíku, což napomáhá volnému posunu při psaní.

Navodit špetkový úchop můžeme pomocí cvičení jemné motoriky – např. úchopy korálků, hříbečků, solením. U menších dětí používáme vysvětlení, že tužka „leží v postýlce“. Pokud i tak dítě není schopno tento úchop provádět, použijeme trojhranný program. Dříve se používaly vymodelované násadky z moduritu, ale dnes se již od těchto pomůcek ustoupilo. Tyto násadky byly nevhodné, protože při jejich používání nedocházelo k odstranění nekorektního úchopu. V dnešní době se dají různé typy násadek koupit, je jen třeba vybrat ten správný typ a velikost.<sup>57</sup> Správný úchop u praváků i leváků je stejný (obrázek č. 2).



Obrázek č. 2. *Správné držení psacího náčiní u leváků, u praváků*<sup>58</sup>

Obrázky úchopu nejsou zcela zdařilé, jelikož není vidět celá paže a rameno. Proto by se mohlo zdát, že tužka nesměruje správně k rameni.

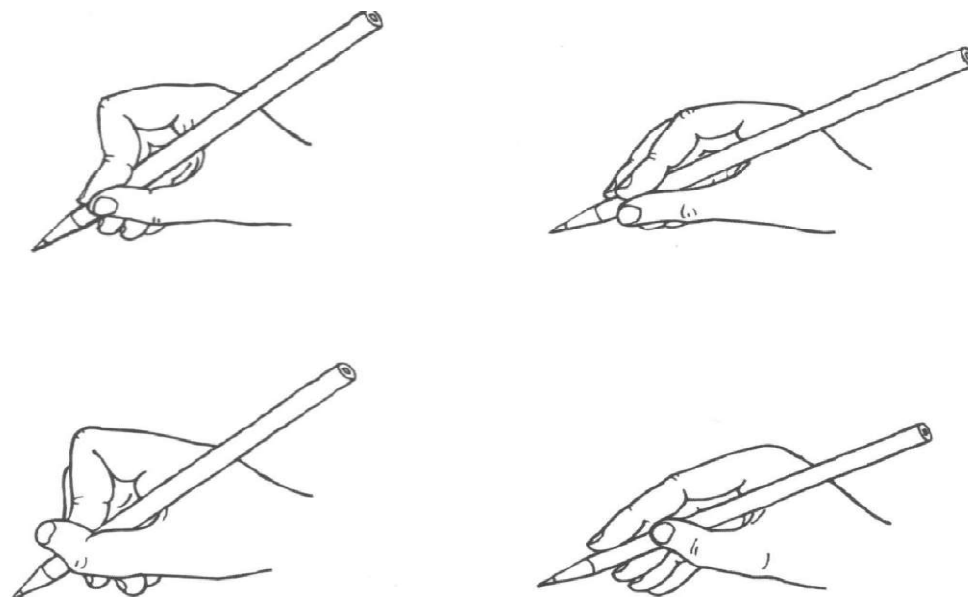
<sup>55</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 50.

<sup>56</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 60.

<sup>57</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 51.

<sup>58</sup> Tamtéž, s. 50.

Mírnější formy nesprávného úchopu psacího náčiní ve své knize uvádí Bednářová a Šmardová (obrázek 3).



Obrázek č. 3. *Nesprávné úchopy psacího náčiní*<sup>59</sup>

Vlevo nahoře jsou prsty ve správném úchopu, avšak v křeči, ukazovák je nadměrně prohnutý, někdy lze sledovat i odkrvení prstů.

Vpravo nahoře se na úchopu podílejí bříška všech prstů, takový úchop označujeme jako drápkovitý. Vlevo dole přesahuje palec ukazovák, čímž snižuje koordinaci. Zde je vhodné vybrat vhodnou násadku.

Vpravo dole vidíme posun palce a ukazováku, bříška těchto prstů nejsou v postavení proti sobě. Ukazovák je minimálně pohyblivý.

---

<sup>59</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 52.



Uvedeme si příklady nesprávných úchopů, se kterými je možné se setkat v praxi.

### Nesprávný úchop č. 1 (obrázek č. 4 a 5)



Obrázek č. 4 a 5. Foto D. Kůsová, 2017

U tohoto úchopu palec přesahuje ukazovák a bříška palce a ukazováku nejsou naproti sobě. Tím je snížena koordinace. Žákyně drží psací náčiní velmi křečovitě a nízko nad psacím hrotem. Tento úchop znemožňuje plynulý posun ruky při psaní. Někdy si žákyně při posunu psacího náčiní pomáhala i levou rukou.

Postup při odstranění potíží: uvolňovací cviky velkých ramenních a loketních kloubů na papír A3 ve stoje – ležaté osmičky, na tabuli štětcem – je vidět přitlak. Používání tácu s krupicí a psaní do tácu trojhranným dřívkem. Rozcvičení prstů – solení polévky, tleskání prsty. V tomto případě je vhodné vybrat správnou násadku na pero. U trojhranných nástavců hrozí, že palec bude stále přesahovat.

### Nesprávný úchop č. 2 (obrázek č. 6 a 7)



Obrázek č. 6 a 7. Foto D. Kůsová, 2017

Na držení psacího náčiní se podílejí bříška všech prstů. Prostředník částečně překrývá ukazovák, prsteník a malík jsou předsunuty dopředu, malík podpírá psací náčiní, ukazovák je křečovitě prohnutý, vyvíjí větší tlak. Pohyb ruky vychází z předloktí. Dochází ke křeči ruky při psaní a rychlé unavitelnosti.

Postup při odstranění potíží: Uvolnění ruky v ramenním kloubu, použijeme kuličky z papíru nebo vaty a necháme je dítě držet za pomoci malíku a prsteníku v dlani. Upozornujeme na postavení palce a ukazováku. Doporučíme používání trojhranného programu.

### Nesprávný úchop č. 3 (obrázek č. 8 a 9)



Obrázek č. 8 a 9. Foto D. Kůsová, 2017

Úchop dospělého člověka, přecvičený levák. Pero drží mezi ukazovákem a prostředníkem, palec výrazně a křečovitě překrývá ukazovák. Ruka se těžkopádně opírá hlavně o malíček. Prostředník zabraňuje plynulému pohybu po papíře, papír je někdy posouván zároveň s rukou.

Postup při odstranění potíží: V tomto případě se již nesprávný úchop nedá odstranit. V případě, že by se jednalo o dítě, je vhodné uvolnění ruky v ramenním kloubu. Cvičíme jemnou motoriku sbíráním drobných předmětů. Použijeme kuličky z papíru nebo vaty a necháme je dítě držet za pomoci malíku a prsteníku v dlani. Žáka upozornujeme na postavení palce a ukazováku. Později lze doporučit používání trojhranného programu.

Správným úchopem a zároveň automatizací psacího pohybu učíme žáky vytvářet a zachovávat správné tvary písmen a zároveň všechny ostatní znaky písma, jako je velikost, úměrnost, stejnoměrnost, přípojnost a jednotažnost, hustota a rytmičtější. Děti přitom nepoužívají zrakovou kontrolu, nýbrž kontrolu proprioceptivní. „Při vytváření

*těchto návyků se totiž psaní mění z procesu řešení mnoha zvláštních elementárních grafických úkolů v celistvý proces obsahového psaní.* <sup>60</sup>

Penc se přiklání k tomu, že je nutné při vytváření návyků, které směřují k automatizaci psaní, dbát určitých zásad. Jde zejména o tyto zásady:

- činnost musí být uvědomělá,
- činnost musí být vedená, organizována a kontrolovaná učitelem,
- jednotlivé psací pohyby musí být koordinované; je nutné s koordinací začínat včas a odstraňovat vše, co ji brzdí (zbytečné linky, sklonové čáry); koordinované pohyby musí být volné, vláčné, nekřečovitě,
- žáci si musí vytvořit pohybovou kontrolu svých psacích pohybů,
- jednotlivé dílčí dovednosti, návyky a jejich pravidla musí být sjednoceny v ucelený celek. <sup>61</sup>

Závěrem této kapitoly je vhodné podotknout, že věnovat čas dětem v předškolním věku a mít s nimi trpělivost při učení správných návyků při kreslení a psaní se zúročí při výuce psaní na základní škole a dětem to velmi pomůže. Grafomotorická neobratnost se totiž často odráží do tempa psaní a odčerpává tak hodně pozornosti.

---

<sup>60</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 60.

<sup>61</sup> Tamtéž, s. 61.

### 3 Způsoby rozvoje grafomotoriky

Pojem grafomotorika jsme si vymezili v předešlé kapitole. Nyní se budeme věnovat jejímu rozvoji, který je úzce spjat s rozvojem kresby dítěte, popsáným také v předešlé kapitole. V době, kdy dítě získává více zkušeností s kresbou a nabývá na jistotě, jsou jeho tahy plynulé, nepřerušované, pravidelné a jisté. Kresba i psaní je kontrolováno smysly, zvláště pak zrakem. Dítě dokáže uvolnit ramenní i loketní kloub, poté také zápěstní kloub, a snaží se rovněž lépe uchopovat psací náčiní. Různými pokusy při kreslení a psaní se dítě seznamuje s rozmanitými tvary, vzory a liniemi a usiluje o to, uskutečnit i svoje osobní grafické záznamy. Ve fázi počátečního psaní mu jde o přibližování a přizpůsobování jeho dětského rukopisu čitelné podobě. Dítě začne chápat, že jeho grafický projev by měl být srozumitelný.<sup>62</sup>

Grafické vyjádření není pouze jednoduché znázorňování a napodobování. Pokud chceme posilovat grafomotorické schopnosti, nemělo by se zakládat na formální reprodukci a na pouhém napodobování grafického tvaru, vzoru nebo linie. Dítěti je nutné poskytnout prostor, aby tyto předlohy zpracovalo, pochopilo jejich význam a učilo se jim přisuzovat význam a zároveň je obohatilo i o vlastní představy. Grafické náměty, které dítěti předkládáme, musí být přiměřené úrovni jeho grafomotorických schopností a musí odpovídat dosavadním poznatkům a vědomostem dítěte. Tím máme na mysli, že rozvoj grafomotoriky nelze pojmout jako pouhou záležitost jemné motoriky a senzomotorické koordinace při kreslení a psaní, ale je třeba ho vidět v souvislosti celkového poznávacího rozvoje dítěte, v průběhu postupného porozumění všemu, co píše a kreslí.<sup>63</sup> Grafomotoriku rozvíjíme především pro budoucí psaní. Aby dítě dostatečně dobře rozvíjelo grafomotorické dovednosti, musí ho to především bavit. Dítě motivujeme tak jako při všech ostatních činnostech učení. Je důležité mít na paměti, že hlavní je radost z činnosti a pak teprve konkrétní cíl aktivity.

Předkládáme-li dítěti grafické náměty na rozvoj grafomotoriky, musíme vědět, co v nich procvičujeme nebo jaké nedostatky chceme kompenzovat. Dítě mladšího školního věku dokáže s námi již spolupracovat a je důležité, aby tyto aktivity měly vždy konkrétní obsah a cíl. Pak mohou mít terapeutický i vzdělávací efekt. Aktivity by měly podporovat správné grafomotorické návyky a dovednosti a motivovat děti k činnostem spojeným se čtením, psáním a kreslením.

---

<sup>62</sup> LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: 2015, s. 7.

<sup>63</sup> Tamtéž.

Rozvoji grafomotoriky se ve svých publikacích věnují Jiřina Bednářová a Vlasta Šmardová, které se zaměřují na uvolňovací a grafomotorické cviky, dále pak Milena Lipnická, která zpracovala soubor didaktických her pro rozvoj grafomotoriky a podpory psaní, a také Hana Tymichová, která se zaměřuje na zábavná cvičení pro nápravu dysgrafie.

Stimulační program rozvoje grafomotoriky Lipnické se skládá z 23 didaktických aktivit, které jsou složené z her specificky zaměřených na rozvoj grafomotorických schopností a dají se přizpůsobit individuálním potřebám a zájmům dítěte. Mohou se využívat v celku za sebou, nebo lze vybírat aktivity jednotlivě podle aktuálních potřeb.<sup>64</sup>

### **3.1 Uvolňovací a grafomotorické cviky**

Bednářová se Šmardovou se zaměřily na uvolňovací a rozcvičovací grafomotorické cviky, které dělí do tří skupin. Tyto cviky jsou rozděleny podle obtížnosti.

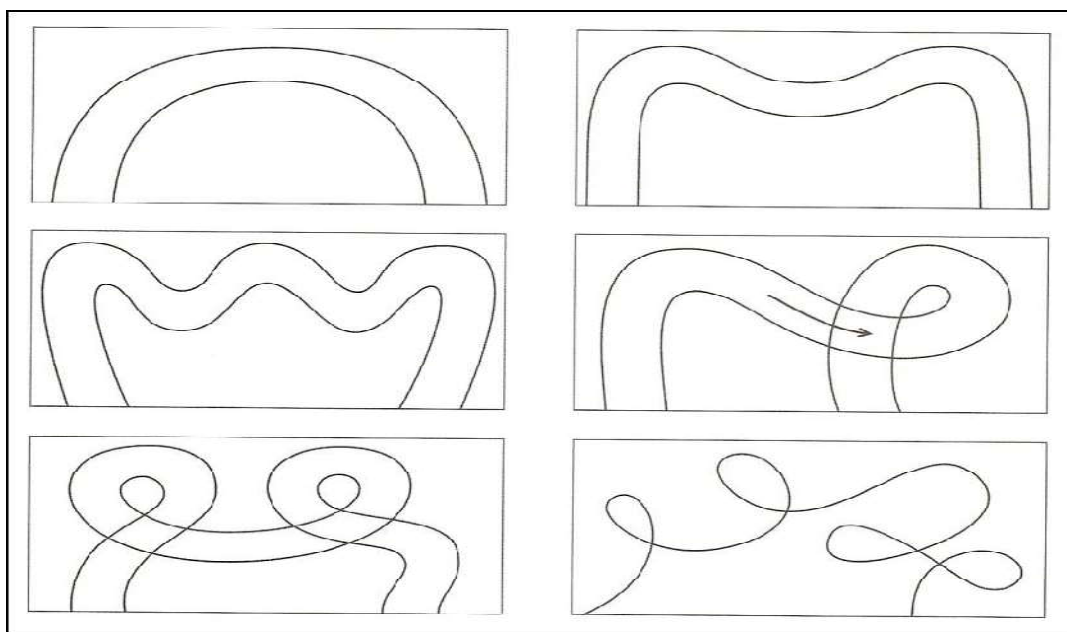
#### **3.1.1 První skupina uvolňovacích a grafomotorických cviků**

V první skupině jsou cviky, které nekladou na dítě velké nároky, nazýváme je „závodní dráhy“ (obrázek č. 10). Můžeme je označit jako závodní a motivujeme děti rychlou jízdou na závodním okruhu. V tomto případě nám nejde o přesnost tahu, ale o uvolnění ruky. Čára by měla být vedena zleva doprava, plynule, nepřerušovaně a opakovaně. Cviky mají jasně dané hranice. Čáru vedeme větší rychlostí, protože to pomůže lépe uvolnit ruku. Vyskytne-li se problém, můžeme obtahovat nejdříve prstem.<sup>65</sup>

---

<sup>64</sup> LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: 2015, s. 13.

<sup>65</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 59.



Obrázek č. 10. První skupina uvolňovacích cviků<sup>66</sup>

### 3.1.2 Druhá skupina uvolňovacích a grafomotorických cviků

Ve druhé skupině se již vyskytují cviky, které jsou náročné na koordinaci. Převládají zde cviky jednotažné, tzv. jednotažky. U těchto cviků se klade důraz na nepřerušovaný pohyb tužky po papíře. Přesnost čáry není důležitá, potřebná je plynulost. Tento cvik obtahujeme několikrát za sebou a můžeme ho provádět několika způsoby. Například:

- přímo na papíře,
- přes průsvitné fólie,
- na průklepový papír – při tomto provedení je velkou výhodou, že po odstranění průklepového papíru vidí dítě svůj výtvar a některé děti při tomto způsobu snižují tlak na podložku.<sup>67</sup>

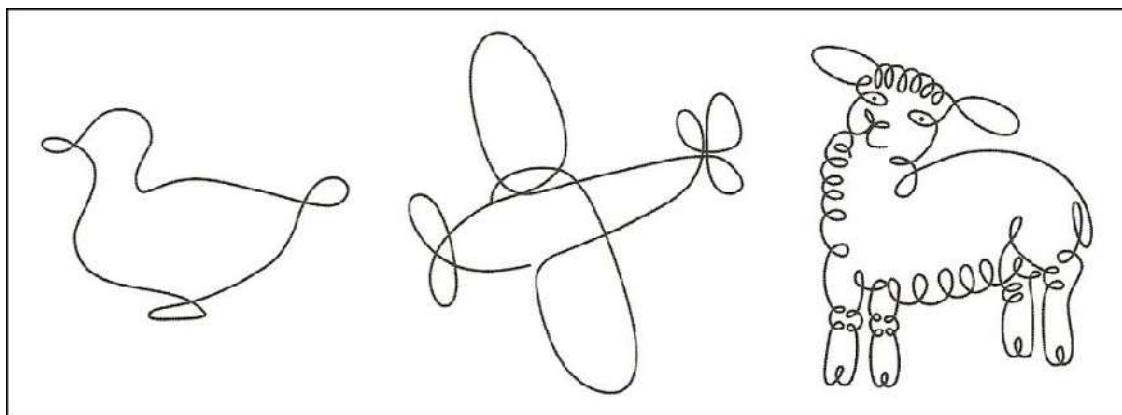
Do této skupiny cviků také řadíme kruhy. Je žádoucí kruh zařazovat až v době, kdy dítě zvládne jeho kreslení. Dítě kruh obtahuje plynule, nepřerušovaným pohybem a opakovaně. Z kruhů lze vytvářet různé obrazce a tím i rozvíjet prostorovou orientaci u dítěte. Zároveň se tato činnost pro děti stává zábavnější. Ze začátku dítě obtahuje kruhy

<sup>66</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 59.

<sup>67</sup> Tamtéž, s. 60.

předznačené, později se řídí podle předlohy. Při používání těchto uvolňovacích cviků využíváme nejmenší formát papíru A4.

Velkou výhodou těchto cviků je uvolnění všech kloubů, zvláště pak ramenního kloubu při velkých kruzích, při středních se uvolňuje loketní kloub a u malých zase zápěstní kloub.<sup>68</sup>



Obrázek č. 11. Druhá skupina uvolňovacích cviků.<sup>69</sup>

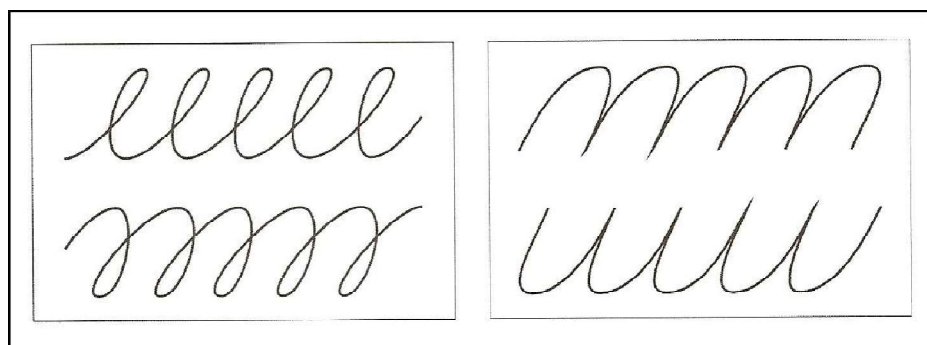
### 3.1.3 Třetí skupina uvolňovacích a grafomotorických cviků

Třetí skupinou uvolňovacích a grafomotorických cviků jsou cviky, u kterých se již předpokládá zručnost a zautomatizování grafických prvků, z nichž je tvořeno písmo (obrázek č. 12). Mimo to musí mít dítě dobře zvládnutý plynulý pohyb tužky po papíře, pohyb ruky ve vodorovné rovině zleva doprava a pohyb ruky ve svislé rovině. Bednářová a Šmardová uvádí, že: „V době, kdy se dítě učí tyto prvky kreslit, rozhodně nemohou sloužit jako uvolňovací cviky, ale pro dítě jsou v tomto období grafomotorickými prvky rozvíjejícími grafomotorickou a vizuomotorickou koordinaci“.<sup>70</sup>

<sup>68</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 61.

<sup>69</sup> Tamtéž, s. 60.

<sup>70</sup> Tamtéž, s. 61.



Obrázek č. 12. Třetí skupina uvolňovacích cviků.<sup>71</sup>

Pokud u dítěte nedochází k rovnoměrnému zrání v grafomotorice, neobejdeme se bez znalosti vývoje kresby a grafických prvků.

### 3.2 Grafické prvky a grafomotorické cviky

V dětské kresbě se objevují určité grafické prvky, na něž navazují tvarové prvky písmen a číslic od nejjednodušších po složité. Proto bychom měli znát jednotlivé grafické prvky a jejich zařazení do skupin. Grafomotorická cvičení by měla vycházet z toho, na jaké úrovni se dítě právě nachází, a měla by odpovídat jeho dovednostem. V praxi se můžeme přesvědčit o tom, že není kam spěchat. Pokud dítě nezvládá určitý vývojově nižší prvek, je lepší u něj setrvat do té doby, než se zautomatizuje. Není třeba podléhat časové tísní před nástupem do základní školy. Bednářová se Šmardovou uvádějí i podpůrné techniky, které pomáhají dítěti nezvládnutý prvek navodit. Jedná se o slovní podporu a instrukce, dále pak o zrakovou podporu a hmatovou oporu. Vůbec nejlepší je, pokud se dítě může před kreslením s tvarem seznámit, ohmatat si ho a zároveň tvar vidět. Ve všech těchto fázích má dítě mít slovní doprovod a je velmi vhodné využívat doprovodu rytmických říkanek, písniček i hudebního doprovodu.<sup>72</sup>

#### 3.2.1 První skupina prvků

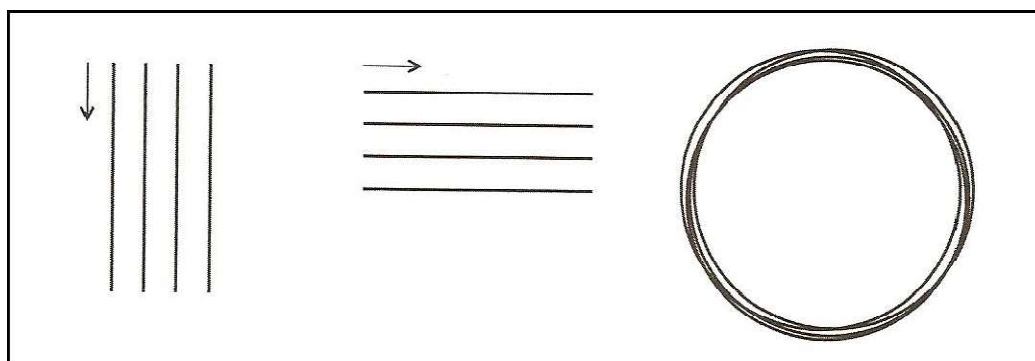
První skupina prvků je charakteristická pro věkové období 3 až 4,5 let. Řadíme mezi ně prvky, které jsou vývojově nejnižší, ale jsou koordinované a záměrně vedené. Jedná se především o rovnou čáru a kruh (obrázek č. 13). Dítě nejprve zvládá čáru vedenou shora, až potom čáru vodorovnou. Když nabude určité jistoty, uzavírá čáru v kruh. Pokud se dítěti nedaří kruh uzavřít, je namístě mu pomoci, a to tak, že nakreslíme dráhu nebo

<sup>71</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 61.

<sup>72</sup> Tamtéž, s. 63.

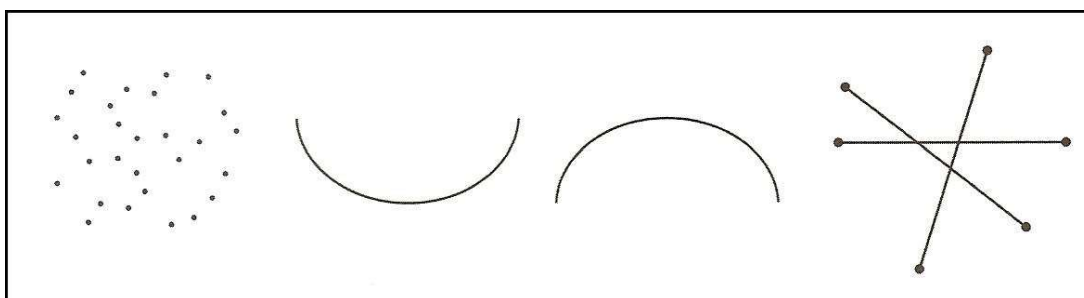


vystříhneme tvar kruhu a dítě ho obkresluje. Kruhy opakovaně obtahujeme, a tím se pohyb stává mechanickým. Je vhodné kreslit na velký formát papíru, jelikož základní pohyb paže vychází z ramenního kloubu, přes loket a zápěstí. Zaměřujeme se na to, aby dítě nevyvracelo ruku.<sup>73</sup>



Obrázek č. 13. *Základní prvky první skupiny grafických prvků.*<sup>74</sup>

K první skupině prvků řadíme i kreslení teček, oblouků a šikmých čar (obrázek č. 14). Pro děti je jednodušší dolní oblouk a zvládne jenom jeden oblouk jedním tahem. Nejnáročnějším prvkem jsou čáry šikmé s opěrnými body, které nejčastěji spojují dva shodné obrázky. Při navození šikmých čar je možné využít nakreslení drah. Pokud dítě samostatně nezvládá kreslení šikmých čar, kreslíme pomocné dráhy po delší dobu.<sup>75</sup>



Obrázek č. 14. *Další prvky první skupiny.*<sup>76</sup>

<sup>73</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 63.

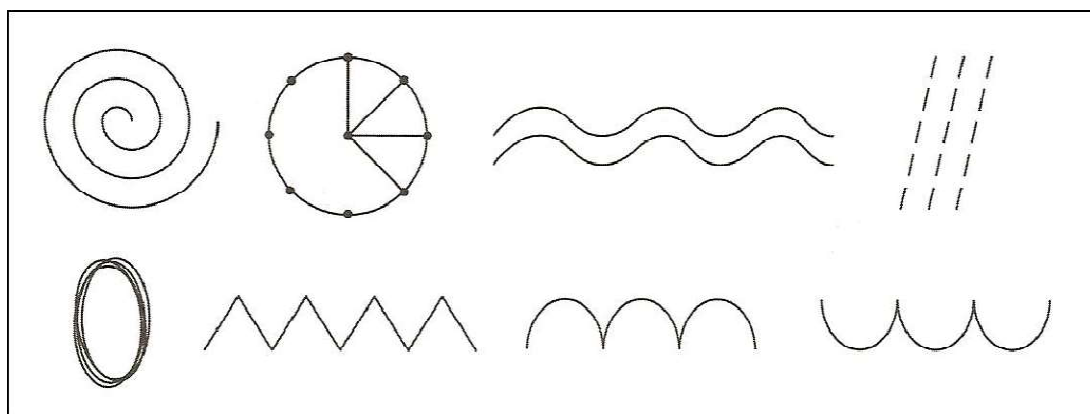
<sup>74</sup> Tamtéž.

<sup>75</sup> Tamtéž.

<sup>76</sup> Tamtéž, s. 64.

### 3.2.2 Druhá skupina prvků

Tato skupina prvků je typická pro období 4 až 5,5 let. U těchto prvků je zapotřebí širší stupnice koordinovaných pohybů a záměrné dodržování vzdálenosti. Patří mezi ně: spirála, šikmé čáry všemi směry, vlnovka, elipsa, ostré obraty (zuby) a spojené oblouky (obrázek č. 15).



Obrázek č. 15. *Základní prvky druhé skupiny grafických prvků.*<sup>77</sup>

Spirála je náročná na koordinaci a udržení vzdálenosti mezi čarami, které se nedotýkají předchozí linie. Při nácviku je vhodné nakreslit velkou spirálu jako bludiště, které můžeme projíždět nejprve prstem, později tužkou přímo po předkreslené stopě, nebo dítě kreslí mezi čáry a předkreslenou spirálu chápeme jako dráhu. Při nácviku spirály není vhodná motivace klubičkem, neboť zde dítě může pochopit, že se jednotlivé čáry mohou překrývat, a může obrázek vnímat jako motanici. U samostatného kreslení spirál může některým dětem dělat problémy začátek spirály, proto je žádoucí jim pomoci.

Šikmé čáry všemi směry jsou těžké především z důvodu udržení a opakování daného směru. Procvičování začínáme tím, že spojujeme šikmo umístěné obrázky, pak přecházíme na spojování bodů od středu kruhu ven. Dbáme na to, aby dítě neotáčelo papír. I u tohoto prvku lze dítěti pomoci předkreslením pomocné dráhy.

Vlnovka vyžaduje zvládnutí horního i dolního oblouku. Je nutné k tomuto prvku přistoupit až tehdy, když jsou oba oblouky zafixovány. Nácvikem bychom měli začít u vlnovky, která nepotřebuje přesnost v kreslení. Dodržujeme kreslení zleva doprava. Až potom přistoupíme k vlnovce, kdy se jednotlivé čáry nepřekrývají, vlny jsou stejné a mají

<sup>77</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 65.

přibližně stejnou vzdálenost mezi jednotlivými čarami. Motivací bývá často voda a vlny na ní, nebo vzory na šatech a kopce.

Elipsa není pro děti až tak obtížným prvkem, jak by se mohlo zdát. U některých dětí však může docházet k obtížnému rozeznávání elipsy a kruhu. Navodit kreslení elipsy lze tím, že nejdříve ji předkreslíme jako dráhu, potom ji kreslíme pomocí obrázků oválného tvaru. Náročnost elipsy můžeme zvýšit jejím polohováním.

Dalším prvkem druhé skupiny jsou ostré obraty neboli tzv. zuby. Vyžadují zvládnutí šikmých čar a změnu směru ve vedení čáry. Nejobtížnější je zvládnutí změny směru ve vedení čáry, tzn. při vedení ruku pozastavit, nezvedat ji a změnit směr a potom pokračovat v čáře. Ve výsledku zuby nebudou špičaté, ale zakulacené. K navození správného pohybu ruky nám pomáhají cvičení. Patří mezi ně např. spojování bodů šikmými navzájem se protínajícími čarami nebo obtahování houpačky, tzv. kolébání, další možností je kreslení zubů mezi opěrnými body. U tohoto cvičení je velká pravděpodobnost, že dítě ruku zvedne. Motivací bývají záda zmije, zuby pily nebo krokodýla.

Spojené oblouky jsou dalším obtížným prvkem. Pokud dítě nemá dobře zvládnuté ostré obraty, bude u spojených oblouků zvedat ruku a oblouky klást vedle sebe. V tomto případě je potřeba změnu směru dobře procvičit, jelikož v další skupině cviků bude tento pohyb dosti potřeba. Objeví se totiž v daleko náročnější podobě.<sup>78</sup>

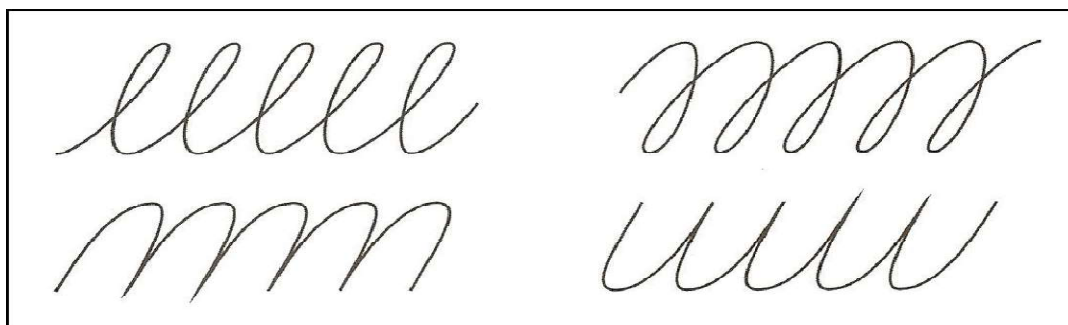
### 3.2.3 Třetí skupina prvků

Do třetí skupiny jsou řazeny prvky, které již potřebují dobrou koordinaci ruky a rozsah pohybů v horizontálním i vertikálním směru. Tyto prvky jsou charakteristické pro věkové období 5 až 6,5 let. Patří sem především smyčky a oblouky s vratným tahem (viz obrázek č. 16). Stává se, že děti, které mají problémy s psaním ve škole, nemají dostatečně osvojené tyto prvky.<sup>79</sup>

---

<sup>78</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 69.

<sup>79</sup> Tamtéž.



Obrázek č. 16. *Základní prvky třetí skupiny grafických prvků.*<sup>80</sup>

Horní smyčka je obtížným grafickým prvkem, při jehož kreslení musí dítě ovládat křížení šikmých čar a uvědomovat si směr vedení čáry. Proto při jeho realizaci je vhodné nejprve obtahování smyček ve větší velikosti, potom dokreslování. Vůbec nejobtížnější pro dítě je to, když si má uvědomit, kterým směrem musí kličku zatočit. Je vhodné pomáhat dítěti slovně nebo naznačit směr zatočení.

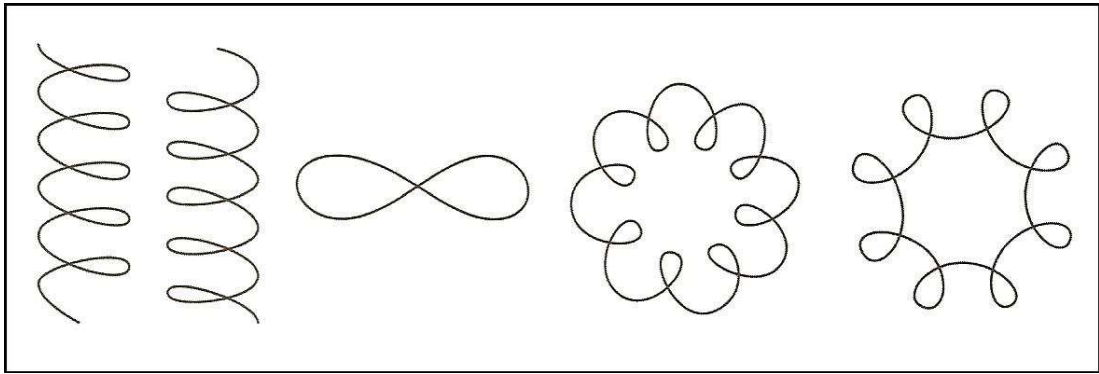
Spodní smyčka je pro některé děti ještě obtížnější. Dětem opět pomáháme slovně a určujeme, kterým směrem mají smyčku zatočit. Snažíme se, aby pohyb při kreslení smyček byl plynulý a aby celou řadu dítě kreslilo jedním tahem a pohyb ruky vycházel z ramenního kloubu.<sup>81</sup>

Horní oblouky s vratným tahem, jimž se také říká arkády, jsou z této skupiny nejobtížnější. Zde je nezbytný slovní doprovod a vysvětlení, co má dítě dělat. Je důležité zdůraznit, že linie na začátku oblouku musí být vedena ve stejné stopě jako ukončení předchozího oblouku. Pokud se vyskytnou obtíže, je na místě předkreslit dítěti řady oblouků, aby je mohlo obtahovat, a to na větší papír. I obtahování je vhodné doprovázet slovními instrukcemi.

Spodní oblouk s vratným tahem neboli girlanda je obdobou horního oblouku s vratným tahem. Zde platí stejná pravidla jako u arkády. Můžeme sem přiřadit i jinou polohu smyček a další prvky (obrázek č. 17). Např. smyčky ve vertikální poloze, tzv. osmičky.

<sup>80</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 69.

<sup>81</sup> Tamtéž, s. 70.

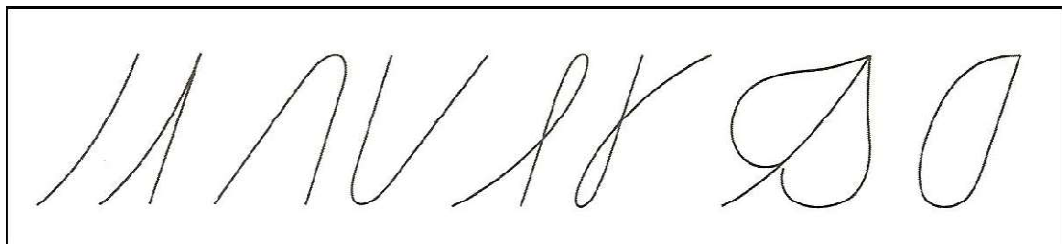


Obrázek č. 17. Další polohy smyček.<sup>82</sup>

Penc ve své publikaci popisuje, že: „Pohybujeme-li rukou, která píše ovály, ve směru řádku zleva doprava, ovály se rozvinují a vznikají kličky, z pravotočivých oválů dolní, z levotočivých oválů horní. Posunujeme-li píšící rukou rychleji ve směru řádku, kličky se zužují, až oba jejich protisměrné tahy splynou v jednu stopu. Vzniká tak krycí, čili vratný tah, na jehož konci se ruka na okamžik zastavuje, aby změnila směr pohybu v opačný; výsledným grafickým záznamem tohoto pohybu jsou oblouky“.<sup>83</sup>

### 3.2.4 Čtvrtá skupina prvků

Prvky čtvrté skupiny jsou určeny dětem od 6 let, protože tvoří části jednotlivých písmen. Není tedy potřeba, aby je zvládlo dítě v předškolním věku. Mezi tyto prvky náleží stoupající šikmá čára, srdcovka (základ pro písmeno *s*), horní a dolní zátřh, horní a dolní klička a prvek písmene *a*, *o* (obrázek č. 18).



Obrázek č. 18. Základní prvky čtvrté skupiny grafických prvků.<sup>84</sup>

Stoupající šikmá čára s mírným prohnutím je jedním ze základů tvořící písmo. Je pro ni typické, že ji píšeme zdola nahoru. Tvoří základ mnoha písmen a jejich prvků. Navazuje na šikmou čáru, na níž se děti naučily dodržovat sklon písma. Pokud k ní připojíme ostrý obrat a šikmou čáru dolů, bude součástí písmen *j*, *p*, *t* a *i*.

<sup>82</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011 s. 72.

<sup>83</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 24.

<sup>84</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 73.

Horní a dolní zátrh vzniká, když místo stojatých oválů použijeme ovály skloněné a jejich osa svírá s linkou úhel menší než 90 °. Z horních oblouků vznikají horní zátrhy, z dolních oblouků dolní zátrhy. Spojíme-li jednotažně horní a dolní ovál, vzniká zátrh složený.<sup>85</sup>

Tzv. srdcovka je součástí písmene *s*. Penc ji vysvětluje jako hadovku. Tento grafomotorický cvik se v současné době již nepoužívá, protože dětem dělal velké potíže.

Základním prvkem písmene *a*, *o* je šikmo postavený ovál s vratným tahem připojeného dolního zátrhu. Děti motivujeme kreslením myšek. Důležité je zachování požadovaného sklonu.<sup>86</sup>

U grafických prvků a grafomotorických cviků lze zvyšovat jejich stupeň obtížnosti tím, že zmenšujeme velikost, zvyšujeme hustotu čar, střídáme velikost prvku, snižujeme podpůrné techniky nebo je úplně vynecháváme a nakonec samozřejmě požadujeme přesnost provedení kresby.<sup>87</sup>

Musíme si uvědomit, že při rozvoji grafomotoriky dítěte je zásadní motivace, protože to, co dítě dělá rádo, se rychleji učí a rozvíjí své dovednosti. Pedagogové by měli proto dětem utvořit takové prostředí, které bude pro ně podnětné, kde se budou cítit spokojeně a nebudou mít obavy z neúspěchu nebo ze záporného postoje učitele ke svým výkonům. Vedle motivace jsou důležité též podmínky, které dítěti pro práci poskytneme. Při grafomotorických cvičeních je nutné děti kladně povzbuzovat, poskytnout jim dostatek materiálu k práci a vhodných míst. Samozřejmý by měl být kladný přístup a vytvoření vhodné atmosféry. Zásadní je, že nesmíme porovnávat výsledky s ostatními dětmi, ale oceňovat jakoukoliv snahu. Není totiž výjimkou, že děti, které se setkaly s negativním hodnocením své kresby, často tuto činnost přestanou vyhledávat a odmítají ji. Potíže v oblasti grafomotoriky se pak prohlubují a výuka psaní na základní škole jim působí velké problémy. Prvopočáteční výuka psaní je považována za jeden z nejdůležitějších pilířů pro další úspěšnou výuku žáků.

---

<sup>85</sup> PENC, V. *Metodika psaní: prozatímní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: 1966, s. 16.

<sup>86</sup> BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: 2011, s. 63.

<sup>87</sup> Tamtéž.

## 4 Používání grafomotorických cviků ve 2. a 3. ročníku ZŠ

V této části diplomové práce se budeme věnovat výzkumu na téma používání grafomotorických cviků ve 2. a 3. ročníku na základní škole.

### 4.1 Cíle a metody výzkumné části

Hlavními cíli praktické části byly analýza a vyhodnocení užití grafomotorických cviků ve výuce a vytvoření původních metodických řad grafomotorických cviků.

#### Dílicí cíle byly stanoveny následovně:

- dotazníkovým šetřením získat informace o využívání grafomotorických cviků ve druhém a třetím ročníku ZŠ.
- zjistit četnost využívání grafomotorických cviků.

#### Metodika

Výzkumné šetření mezi učiteli 1. stupně ZŠ bylo provedeno formou písemného dotazníku. Jde o kvantitativní metodu, která umožňuje v krátkém čase získat velké množství údajů.

Při sestavování otázek jsem vycházela z vlastních dlouholetých pedagogických zkušeností. Dotazník obsahoval 13 otázek (viz příloha 31); první část byla určena ke zjištění sociodemografických údajů o respondentech, druhá část se zaměřila na zkušenosti respondentů s grafomotorikou žáků a s užíváním grafomotorických cviků ve výuce. Dotazník byl anonymní, respondentům byl předán osobně. Vrátilo se 100 % dotazníků. Odpovědi lze hodnotit jako upřímné a nezaujaté.

#### V rámci kvantitativní části šetření byly stanoveny 2 hypotézy:

##### H<sub>1</sub>

Pedagogové nejčastěji čerpají pracovní listy pro rozvoj grafomotoriky z tištěných odborných publikací (knihy, časopisy).

##### H<sub>2</sub>

Procvičování grafomotoriky se v rámci mezipředmětových vztahů nejčastěji používá v předmětech výtvarná výchova a pracovní vyučování.

Hypotézy jsou vyhodnoceny v části Shrnutí výzkumného šetření.

## 4.2 Charakteristika místa šetření

Výzkumné šetření bylo realizováno na třech základních školách v Karlovarském kraji v okresech Karlovy Vary a Sokolov.

Základní škola v Karlových Varech je škola, která se nachází v jedné velké karlovarské čtvrti. Ve svém vzdělávacím programu má zakomponovanou rozšířenou výuku matematiky, výpočetní techniky a přírodovědných předmětů. V současnosti klesá zájem o tyto předměty a tak se stává, že některý školní rok se tyto třídy nevytvoří. V tomto školním roce navštěvuje školu 597 dětí, z toho na 1. stupni 397. Na škole působí 32 učitelů, 5 asistentů pedagoga a 9 vychovatelů ve školní družině.

Další dvě školy, na nichž výzkum probíhal, se nacházejí ve městě Chodov v okrese Sokolov. Základní škola J. A. Komenského, Chodov je vybudovaná v centru města, leží ve školském areálu společně se Základní školou ve Školní ulici a DDM Bludiště. Všechny třídy jsou vybaveny projekční technikou nebo interaktivními tabulemi. Školu navštěvují především žáci ze spádových oblastí, ale také žáci z jiných chodovských obvodů a z okolních vesnic. Školu ve školním roce 2018/2019 navštěvuje 544 žáků, z toho na 1. stupni 278. Na škole působí 31 učitelů, 4 vychovatelé ve školní družině a 5 asistentů. Škola nabízí výuku třech cizích jazyků.

Základní škola Chodov, Nejdecká 254 je nejmenší ze škol zařazených do výzkumu. V současné době ji navštěvuje 124 žáků. Pedagogové mají bohaté zkušenosti se vzděláváním dětí se speciálními vzdělávacími potřebami a různými druhy podpůrných opatření, např. se specifickými poruchami učení, poruchami pozornosti, poruchami chování, žáky s narušenou komunikační schopností nebo lehkým až středně těžkým mentálním handicapem a kombinovanými vadami. Ve škole jsou zřízeny třídy pro žáky s různými druhy speciálních vzdělávacích potřeb. Vyučování probíhá ve 12 třídách, na výchově a vzdělání se podílí 17 učitelů, 13 asistentek pedagoga a 2 vychovatelky ve školní družině. Ve škole se nachází přípravná třída, 5 tříd prvního stupně ZŠ, 3 třídy druhého stupně ZŠ a 3 třídy vzdělávající žáky se speciálními potřebami.



## 4.3 Interpretace výzkumného šetření

### 4.3.1. Charakteristika vzorku respondentů

Výzkumný soubor se skládal ze 40 respondentů. První část dotazníkového šetření byla zaměřena na sociodemografické otázky, jejichž účelem bylo zjistit pohlaví, věk a nejvyšší dosažené vzdělání respondentů.

#### Pohlaví respondenta

Tabulka č. 1 Rozdělení respondentů podle pohlaví

Pohlaví respondenta	Počet respondentů
<b>Žena</b>	40
<b>Muž</b>	0

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 40 respondentů, učitelů na 1. stupni výše uvedených základních škol. Celý vzorek byl (100 %) reprezentován ženami.

#### Věk respondenta

Tabulka č. 2 Rozdělení respondentů podle věku

Věk respondenta	Počet respondentů
<b>Méně než 25 let</b>	6
<b>26–35 let</b>	9
<b>36–45 let</b>	7
<b>46–55 let</b>	12
<b>56–65 let</b>	6
<b>66 a více let</b>	1

Respondenti byli rozděleni do 6 kategorií podle věku. Nejvíce byla zastoupena kohorta od 46 do 55 let, a to celkem dvanácti respondenty. Počty respondentů v dalších kategoriích byly vyrovnané, pohybovaly se mezi 6 a 9, a to včetně nejmladší kategorie méně než 25 let. Nejméně byla zastoupena věková kohorta 66 let a více, do níž spadá pouze jeden respondent.

## Nejvyšší dosažené vzdělání respondenta

Tabulka č. 3 Rozdělení respondentů podle nejvyššího dosaženého vzdělání

Nejvyšší dosažené vzdělání respondenta	Počet respondentů
<b>Střední odborné vzdělání s maturitou</b>	17
<b>Vyšší odborné vzdělání</b>	2
<b>Vysokoškolské vzdělání</b>	21

Mírně nadpoloviční zastoupení (52,5 %) má kategorie respondentů s vysokoškolským vzděláním, které je pro vyučující na 1. stupni ZŠ vyžadováno současnou legislativou. Relativně vysoký počet respondentů, 17 (42,5 %), uvedl střední vzdělání s maturitou. Tato kategorie je nejspíše zastoupena těmi pedagogy, kteří si vysokoškolské vzdělání s ohledem na zákonné ustanovení doplňují studiem při zaměstnání. Okrajově, pouze 2 respondenty, byla zastoupena kategorie vyššího odborného vzdělání.

### 4.3.2 Analýza a vyhodnocení užití grafomotorických cviků ve výuce

#### Ročník, v němž dotazovaní momentálně vyučují

Kategorie v dotazníku odpovídají pěti ročníkům na 1. stupni ZŠ. Lze říci, že se ukázalo obdobné zastoupení ve všech kategoriích – rozdíl mezi 6 respondenty vyučujícími v 1. ročníku a 9 respondenty vyučujícími v 3. a 5. ročníku je zanedbatelný. Rovnoměrné zastoupení vyučujících všech ročníků 1. stupně ZŠ je pro interpretaci dalších otázek užitečné.

Tabulka č. 4 Ročník, v němž respondenti momentálně vyučují

Ročník ZŠ	Počet respondentů
<b>1. ročník</b>	6
<b>2. ročník</b>	8
<b>3. ročník</b>	9
<b>4. ročník</b>	8
<b>5. ročník</b>	9

### Užívání grafomotorických cviků

Následující otázka zjišťovala, zda respondenti při výuce využívají grafomotorické cviky a to explicitně ve 2. a 3. ročnících, jelikož i v těchto ročnících je nutné tyto cviky v psaní, ale i jiných předmětech zařazovat. Lze předpokládat, že respondenti, kteří v současnosti vyučují v 1., 4. a 5. ročníku, v odpovědi zohlednili svou zkušenost z výuky v 2. nebo 3. ročníku. Mírně nadpoloviční část dotazovaných, 22 respondentů (55 %), zvolilo odpověď „Ano“. 9 respondentů (22,5 %) vyjádřilo nevyužívání grafomotorických cviků ve vlastní výuce, a stejný počet 9 respondentů zařazuje grafomotorické cviky do výuky „občas“. Celkem více než tři čtvrtiny respondentů (31) tedy alespoň někdy zařazují do výuky grafomotorické cviky, což lze považovat za pozitivní zjištění.

Tabulka č. 5 Užívání grafomotorických cviků ve 2. a 3. třídě

Užívání grafomotorických cviků	Počet respondentů
Ano	22
Ne	9
Občas	9

### Četnost užívání grafomotorických cviků

Tato otázka byla zacílena na frekvenci užití těchto cviků ve výuce. Respondenti mohli vybrat z možnosti denně, obden, 1× týdně, 1× měsíčně, poslední možností bylo nepravidelné zařazování. Nejvíce respondentů (11, tj. 27,5 %) volilo možnost „1× týdně“, srovnatelnou četnost měly odpovědi „obden“ a „denně“. Pouze po jedné odpovědi bylo v kategoriích „1× měsíčně“ a „nezařazují pravidelně“. Z dotazníkového šetření tedy vyplývá, že skoro polovina respondentů (18, tj. 45 %) zařazuje grafomotorické cviky do výuky denně nebo obden, a u většiny respondentů (29, tj. 72,5 %) se žáci setkávají s grafomotorickými cviky nejméně jednou týdně.

Tabulka č. 6 Frekvence užívání grafomotorických cviků ve výuce

Četnost užití grafomotorických cviků	Počet respondentů
<b>Denně</b>	8
<b>Obden</b>	10
<b>1x týdně</b>	11
<b>1x měsíčně</b>	1
<b>Nezařazují pravidelně</b>	1

### Grafomotorické listy

Otázka číslo 7 se zaměřila na zdroje grafomotorických listů. Tyto listy lze čerpat z několika zdrojů, jedná se zejména o získání od kolegů či kolegyně, z internetu, z knih a jiných publikací, nebo si je pedagog vytváří sám. Respondenti volili odpověď podle převažujícího zdroje grafomotorických listů; pokud využívají různé zdroje, měli možnost odpovědět „různě“. Nejvíce zastoupenou kategorií se ukázalo být čerpání z knih a jiných publikací, tuto odpověď uvedlo 15 respondentů (37,5 %). Srovnatelnou četnost má vlastní tvorba grafomotorických listů (7 respondentů, tj. 17,5 %) a čerpání pracovních listů z internetu (6 respondentů, tj. 15 %). Nejméně využívaný zdrojem se ukázalo být čerpání grafomotorických listů od kolegů či kolegyně, tuto odpověď volili pouze dva respondenti. Jeden respondent uvedl, že čerpá grafomotorické listy z různých zdrojů.

Tabulka č. 7 Zdroje grafomotorických listů

Zdroje grafomotorických listů	Počet respondentů
<b>Od kolegů/kolegyně</b>	2
<b>Z internetu</b>	6
<b>Z knih a jiných publikací</b>	15
<b>Tvořím si je sám/sama</b>	7
<b>Různě</b>	1

### **Nalezení vhodného grafomotorického cviku pro probírané téma**

Tato otázka zjišťuje, zda se respondentům daří vždy nalézt vhodný grafomotorický cvik, který by byl nápomocen při výuce daného předmětu. Největší část respondentů (19, tj. 61,3 % z těch, kteří grafomotorické cviky alespoň občas zařazují do výuky) volila odpověď „ano“, zbývajících 12 „ne“. Poměrně velkému počtu vyučujících se tedy vhodný cvik k probíranému tématu nepodaří nalézt vždy, když jej potřebují.

Tabulka č. 8. Nalezení vhodného grafomotorického cviku

<b>Nalezení vhodného grafomotorického cviku</b>	<b>Počet respondentů</b>
<b>Ano</b>	19
<b>Ne</b>	12

### **Počet dětí ve třídě s grafomotorickými obtížemi**

Tato otázka byla zaměřena na výskyt grafomotorických obtíží u žáků ve třídě, v níž respondent nyní vyučuje. Dominantní část respondentů (17) uvedla, že se v jejich třídě vyskytuje 4–6 žáků s výše zmíněnými obtížemi. Větší počet žáků s grafomotorickými obtížemi, 7–10, mají ve své třídě 4 respondenti; žádný respondent nezvolil odpověď „11 a více“. Zároveň žádný respondent neuvedl, že by neměl ve třídě ani jednoho žáka trpícího těmito obtížemi. 10 respondentů uvedlo, že mají ve třídě 1–3 žáky s grafomotorickými obtížemi. Z výzkumu tedy vyplývá, že většina respondentů (17, tj. 54,8 % z respondentů, kteří využívají grafomotorické cviky) má ve třídě 1–6 žáků s těmito obtížemi. Jako velice zajímavé můžeme hodnotit zjištění, že každý z respondentů, kteří vyplnili tuto část dotazníku, má ve své třídě alespoň jednoho žáka nebo jednu žákyni s grafomotorickými obtížemi. Zařazování grafomotorických cviků do výuky je v takových případech obzvláště vhodné.

Tabulka č. 9 Grafomotorické obtíže dětí

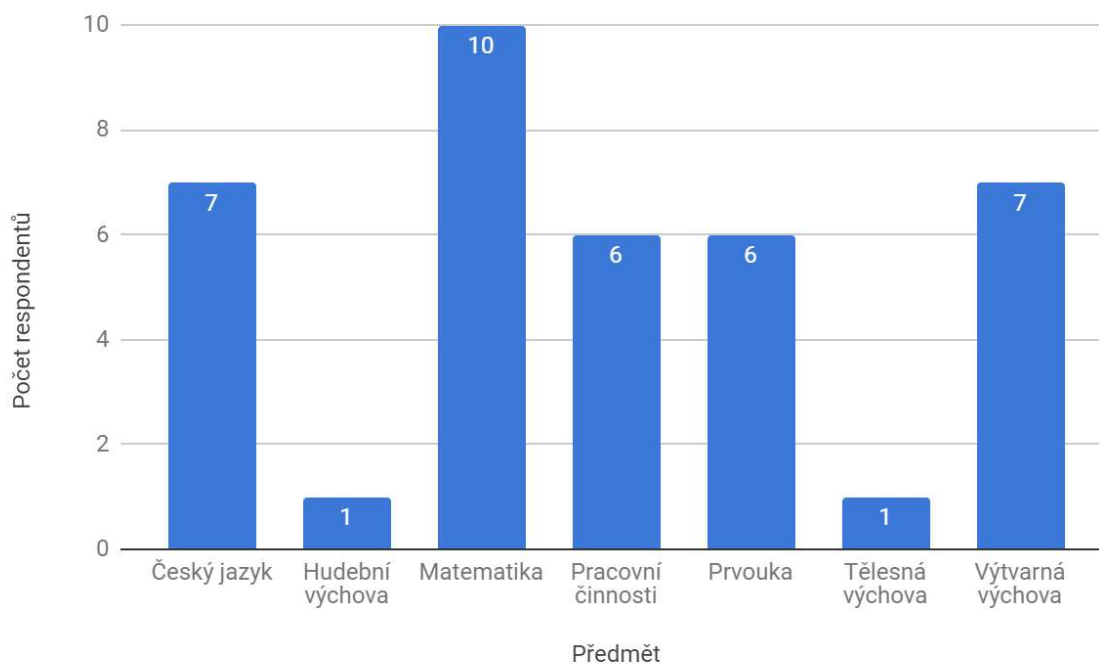
Počet dětí s grafomotorickými obtížemi včetně špatného úchopu psacích potřeb	Počet respondentů
0	0
1–3	10
4–6	17
7–10	4
11 a více	0

#### Zařazení grafomotorických cviků v rámci mezipředmětových vztahů

Nadpoloviční většina respondentů, kteří uvedli, že ve své výuce užívají grafomotorických cvičení (18, tj. 58,1 % z této skupiny), zařazuje grafomotorické cviky v rámci mezipředmětových vztahů. Jak je vidět v grafu č. 1, nejvíce respondenti využívají grafomotorické cviky v rámci hodin matematiky (10 dotazovaných), s vyrovnanou četností v českém jazyce a výtvarné výchově (po 7) a v pracovních činnostech a v prvouce (po 6); nejméně jsou grafomotorické cviky využívány v hodinách hudební a tělesné výchovy (v obou případech 1 dotazovaný).

Tabulka č. 10 Grafomotorické cviky v mezipředmětových vztazích

Četnost zařazení grafomotorických cviků v rámci mezipředmětových vztahů	Počet respondentů
Ano	18
Ne	13



Graf č. 1 Zahrnutí grafomotorických cviků v rámci mezipředmětových vztahů

### Využívání grafomotorických cviků a jejich vliv na grafomotorický rozvoj dítěte

Na tuto otázku odpověděli všichni respondenti, tedy i ti, kteří grafomotorické cviky do výuky nezařazují. Přesto většina respondentů (35, tj. 75 %) považuje grafomotorické cviky za faktor napomáhající ke grafomotorickému rozvoji dítěte. Pět respondentů volilo možnost „částečně“ a žádný respondent neuvedl kategoricky „ne“. Lze tedy říci, že užívání grafomotorických cviků ve výuce podle názoru vyučujících zásadně ovlivňuje grafomotorický vývoj dítěte.

Tabulka č. 11 Grafomotorické cviky a ovlivnění grafomotorického rozvoje dětí

Využití grafomotorických cviků ovlivňuje grafomotorický rozvoj dítěte	Počet respondentů
<b>Ano</b>	35
<b>Ne</b>	0
<b>Částečně</b>	5

### **Do jaké míry je využíváno grafomotorických cviků při velkém rozsahu učiva**

Cílem této otázky bylo zjistit, zda respondenti zařazují grafomotorické cviky do výuky i tehdy, když je množství a náročnost učiva vyšší než obvykle, tedy při možné časové tísní ve vyučovacích hodinách. I v takových situacích zařazuje grafomotorické cviky do výuky 18 respondentů; 16 dotazovaných využívá tyto cviky při rozsáhlé náplni učiva alespoň částečně, a pouze 6 respondentů v takovém případě grafomotorické cviky do výuky nezakomponovává.

Tabulka č. 12 Možnost procvičování grafomotoriky při rozsáhlé náplni učiva

Užití grafomotorických cvičení	Počet respondentů
Ano	18
Ne	6
Částečně	16

### **Možnost reedukovat špatně vyvozený tvar a sklon písma za pomoci grafomotorických cviků**

Ani jeden z dotazovaných nezpochybnil schopnost grafomotorických cviků odstranit či reedukovat u dětí špatný tvar a sklon písma. Celkem 21 respondentů jednoznačně oceňuje, že grafomotorické cviky přispívají k odstranění špatných psacích návyků žáků; podle 19 respondentů jsou při tom grafomotorické cviky alespoň částečně nápomocné.

Tabulka č. 13 Reedukace špatně vyvozeného tvaru a sklonu písma

Schopnost grafomotorických cviků reedukovat tvar a sklon písma	Počet respondentů
Ano	21
Ne	0
Částečně	19



## 4.4 Shrnutí dotazníkového šetření

Výzkumného šetření se zúčastnilo 40 učitelů 1. stupně základní školy. Na základě provedené analýzy odpovědí respondentů v dotazníku se nyní lze vyjádřit k hypotézám stanoveným na začátku výzkumu.

**Hypotéza H<sub>1</sub>:** *Pedagogové nejčastěji čerpají pracovní listy pro rozvoj grafomotoriky z tištěných odborných publikací (knihy, časopisy).*

Šetřením bylo zjištěno, že zdrojem čerpání grafomotorických listů jsou v největším počtu případů (u 15 respondentů) knihy a jiné publikace. Tato hypotéza se šetřením potvrdila.

**Hypotéza H<sub>2</sub>:** *Procvičování grafomotoriky se v rámci mezipředmětových vztahů nejčastěji používá v předmětech výtvarná výchova a pracovní vyučování.*

Tato hypotéza byla dotazníkovým šetřením vyvrácena, jelikož respondenti nejčastěji (v 10 případech) využívají grafomotorická cvičení při matematice.

Kromě odpovědi na stanovené hypotézy přinesl dotazníkový výzkum také další zajímavá a důležitá zjištění. První část dotazníku, zaměřená na sociodemografické charakteristiky respondentů, ukázala, že pouze mírně nadpoloviční většina vyučujících na 1. stupni ZŠ má vysokoškolské vzdělání dle současných legislativních požadavků. Výzkumu se rovnoměrně účastnili vyučujících ze všech pěti ročníků 1. stupně ZŠ.

Více než tři čtvrtiny respondentů zařazují do výuky ve 2. a 3. ročníku grafomotorické cviky, nejčastěji 1× týdně, obden, nebo dokonce každý den. Lze to zhodnotit velmi pozitivně. Zjištění je v souladu s výsledky jedné z dalších otázek, podle nichž má každý z respondentů ve své třídě nejméně jednoho žáka s grafomotorickými obtížemi, proto je využívání grafomotorických cviků k nápravě těchto obtíží zvlášť potřebné. Menší, ale nezanedbatelné části respondentů se alespoň někdy nedaří najít vhodný grafomotorický cvik pro konkrétní případ.

Velká většina respondentů vnímá užití grafomotorických cviků jako pozitivní prvek při reedukaci grafomotorických obtíží žáků (špatný sklon nebo tvar písma). S důležitostí přikládanou grafomotorickým cvičením zřejmě souvisí také zjištění, že většina pedagogů zařazuje procvičování grafomotoriky do výuky i při zvýšené náročnosti probíraného učiva.

## 5 Původní metodická řada grafomotorických cviků

Z výzkumného šetření vyplynulo, že se ve školách často vyskytují žáci s grafomotorickými obtížemi a že je potřeba i ve vyšších ročnících procvičovat ruku pomocí grafomotorických cviků. V další části diplomové práce je předložena ucelená řada grafomotorických cviků uzpůsobených pro 2. a 3. ročník základní školy. Pro každý grafomotorický cvik je vytvořena stručná metodika s využitím mezipředmětových vztahů. U čtyř cviků byla využita inspirace v „Pracovním sešitem k Živé abecedě“ od autorky metody Sfumato M. Navrátilové.

Tyto pracovní listy s grafomotorickými cviky jsou určeny pro žáky druhých a třetích ročníků základní školy. Při plnění úkolů z těchto pracovních listů je nutné dodržovat správné pracovní návyky při kreslení a psaní, mezi něž patří poloha těla, správný úchop psacího náčiní, postavení ruky při psaní a uvolnění ruky. Při práci s pracovními listy je zařazeno i průřezové téma **Osobnostně sociální výchova:**

Osobnostní rozvoj: „*Rozvoj schopností poznávání*“ – cvičení smyslového vnímání, pozornosti, soustředění a přizpůsobení; cvičení dovednosti zapamatování, dovednosti pro učení; cvičení schopnosti použití, uplatnění a přesnosti provedení.

„*Kreativita*“ – cvičení pro rozvoj základních rysů kreativity.

Sociální rozvoj: „*Spolupráce a soutěživost*“ – rozvoj individuálních dovedností pro spolupráci.

## 5.1 Grafomotorické cviky pro 2. ročník

### Pracovní list č. 1

**Téma: Pírko** (viz příloha č. 1)

**Cíl:** Procvičit uvolnění ruky v loketním kloubu a zápěstí.

Nacvičovat plynulost a jednotažnost kresebného záznamu.

**Procvičovací prvek:** Šikmé čáry se změnou směru ve vedení čáry.

**Mezipředmětové vztahy:**

Výtvarná výchova: „*Peříčko*“ – obtažený tvar lze technikou zapouštění barvy do mokrého podkladu vybarvit.

Hudební výchova: Nácvič písň „*Čížičku, čížičku*“ – nakreslit si pírko.

**Stručná anotace:** PL slouží k rozvoji motoriky ruky dítěte a souběžně s tím se rozvíjí i koordinace ruky a oka. Na PL je tvar pířka, které si žáci několikrát obtáhnou. Není nutné trvat na přesném obtažení tvaru, ale důležité je procvičit změnu směru ve vedení čáry.

### Pracovní list č. 2

**Téma: Javorový list** (viz příloha č. 2)

**Cíl:** Procvičit uvolnění ruky v ramenním kloubu.

Kreslit vázané horní smyčky s dolním obloukem.

**Procvičovací prvek:** Dolní oblouk vázaný s horní smyčkou.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: téma „*Podzim v přírodě*“.

Výtvarná výchova: „*Koláž z listů*“ – využití kombinované techniky – klovatina, křída.

Pracovní vyučování: „*Listy*“ – vystříhování a dekorování listů, vylepování listů barevným papírem.

**Stručná anotace:** Tento pracovní list je vzhledem k stanovenému cíli vhodnější provádět ve stoji a na větším formátu papíru A3, dojde tak k lepšímu uvolnění ramenního kloubu. Jako psací náčiní můžeme využít pastelku.

### Pracovní list č. 3

**Téma: Podzimní strom** (viz příloha č. 3)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí a vizuomotorickou koordinaci.

**Procvičovací prvek:** Šikmá čára se změnou směru.

### **Mezipředmětové vztahy:**

Výtvarná výchova: „*Podzimní strom*“ – malba temperovými barvami nebo mastnými pastely.

Prvouka: „*Podzim*“.

**Stručná anotace:** Při obtahování tohoto předkreslenému cviku je důležité dbát na ostré obraty. Chybou jsou zaoblené tvary na konci větví. Vedeme děti k nepřerušování čáry. Pomáháme slovně popisem vedení čáry.

### **Pracovní list č. 4**

**Téma: Žalud** (viz příloha č. 4)

**Cíl:** Procvičit pomocí vizuálního vnímání odlišnosti různých prvků.

Procvičit uvolnění ramenního kloubu.

**Procvičovací prvek:** Spojené horní a spodní smyčky.

### **Mezipředmětové vztahy:**

Pracovní vyučování: „*Podzimní plody*“ – vylepení žaludu kuličkovou metodou.

Prvouka: „*Plody podzimu*“.

**Stručná anotace:** Tento cvik je pro žáky obtížný, protože si musí uvědomit, kterým směrem musí točit smyčku. Na kličkách si žák upevňuje pohyb po papíře, křížení čar. Opět pomáháme slovně popisem vedení čáry.

### **Pracovní list č. 5**

**Téma: Deštník** (viz příloha č. 5)

**Cíl:** Procvičit plynulé spojování dvou prvků: horního oblouku a spodní smyčky.

Procvičit kreslení svislých čar ve vymezeném prostoru.

**Procvičovací prvek:** Horní oblouk, spodní smyčka, svislá čára, spirála.

### **Mezipředmětové vztahy:**

Výtvarná výchova: „*Deštník*“ – kombinovaná technika křídly, klovatiny a tuše.

**Stručná anotace:** Tento grafomotorický cvik začíná spirálou. Dbáme na uvolněné zápěstí, netlačíme na podložku. Při kreslení svislých čar pomáháme žákům slovním doprovodem. Při plnění úkolu dbáme na přesnost.

### **Pracovní list č. 6**

**Téma: Zajíc** (viz příloha č. 6)

**Cíl:** Procvičit vizuomotorickou koordinaci se zaměřením na plynulost vedení čáry.

**Procvičovací prvek:** Spodní smyčka, šikmá čára se změnou směru.

**Mezipředmětové vztahy:**

Výtvarná výchova: „Zajíc“ – kresba tužkou s použitím různých druhů čar nebo drobných geometrických tvarů.

Hudební výchova: taneček „Zajíček v své jamce“ – úkolem je obtáhnout zajíce a dokreslit jamku, vytvořit ilustraci k tanečku.

Prvouka: „Volně žijící zvířata“

**Stručná anotace:** Procvičíme uvolnění ramenního a loketního kloubu. Doporučuji obkreslovat zajíce ve stoji nebo v kleku na formát papíru A3. Nevyžadujeme přesnost obtahování, jde nám hlavně o uvolnění ruky. Ve výtvarné výchově můžeme zajíce vytáhnout měkkou tužkou a dokreslit dle zadání učitele.

**Pracovní list č. 7**

**Téma: Holubička** (viz příloha č. 7)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí.

Nacvičit spojování stejných grafických prvků.

**Procvičovací prvek:** Horní arkády s vratným tahem.

**Mezipředmětové vztahy:**

Pracovní vyučování: vystřihování, lepení, zdobení peříčky.

Hudební výchova: nácvik písně „Vyletěla holubička“. Žáci si obtáhnou jednotážku po nácviku písně.

Prvouka: téma „Ptáci“.

**Stručná anotace:** Při tomto grafomotorickém cviku musíme dbát na vedení čáry ve stejné stopě, jako je ukončení oblouku předchozího. Můžeme pomoci slovní instrukcí – po čáře nahoru a hop. Tento cvik je obtížný, proto při jeho realizaci na děti nepospícháme.

**Pracovní list č. 8**

**Téma: Kocour** (viz příloha č. 8)

**Cíl:** Procvičit kreslení horního oblouku vázaného se spodní smyčkou.

**Procvičovací prvek:** Horní oblouk, spodní smyčka, šikmá čára.

**Mezipředmětové vztahy:**

Český jazyk – literární výchova: báseň „Pyšný Macek“ – ilustrace k básničce.

Pracovní výchova: „Kocour“ – práce s plstí, nalepování vystřižených tvarů.

**Stručná anotace:** Grafomotorický cvik začíná šikmou čarou s horním obloukem a zpětnou šikmou čarou, na kterou navazují spodní smyčky a horní oblouky. Obtahování cviku se opakuje vícekrát za sebou.

### **Pracovní list č. 9**

**Téma:** *Žába* (viz příloha č. 9)

**Cíl:** Procvičit plynulé spojování dvou prvků: horní a spodní smyčky.

Zaměřit se na plynulost a jednotažnost záznamu.

**Procvičovací prvek:** Horní a spodní smyčka, kruh, dolní zátrh.

#### **Mezipředmětové vztahy:**

Český jazyk – literární výchova: říkanka „*Žába leze do bezu*“ – ilustrace k říkance.

Prvouka: „*Zvířata žijící ve vodě*“.

**Stručná anotace:** Obtížný grafomotorický cvik, který vyžaduje soustředění žáků, volnou ruku v zápěstí. Žáci doplní samostatně kruhy jako oči a dolní zátrh jako pusy.

### **Pracovní list č. 10**

**Téma:** *Jarní víla* (viz příloha č. 10)<sup>88</sup>

**Cíl:** Procvičit uvolnění ramenního kloubu.

Rozpoznat a při kreslení rozlišit kruhy, elipsy a spirály.

**Procvičovací prvek:** Elipsa, kruh, spirála.

#### **Mezipředmětové vztahy:**

Český jazyk – literární výchova: pohádka „*O víle Amálce*“ – ilustrace k pohádce.

Výtvarná výchova: „*Víla*“ – kresba pastelem.

**Stručná anotace:** Víla je poskládána z nakreslených elips, kruhů a spirál. Žáci je obtahují uvolněnou rukou, doporučuji ve stoje. Spirály znázorňují vlasy a záleží na každém žákovi a jeho kreativité, jak je víle znázorní.

### **Pracovní list č. 11**

**Téma:** *Princezna s copánky* (viz příloha č. 11)

**Cíl:** Procvičit vizuomotorickou koordinaci se zaměřením na plynulost vedení čáry.

**Procvičovací prvek:** Spojení oblouků ve svislé poloze, šikmé čáry se změnou směru ve vedení.

---

<sup>88</sup> NAVRÁTILOVÁ, M. *Pracovní sešit k živé abecedě pro 1. roč. ZŠ*. Praha: 2012, s. 80.

**Mezipředmětové vztahy:**

Výtvarná výchova: vybarvení obtaženého tvaru princezny.

**Stručná anotace:** V tomto grafomotorickém cviku se střídají oblouky se šikmými čarami se změnou směru. Obtížnost tohoto cviku spočívá v tom, že oblouky jsou ve svislé poloze. Pro žáky byl cvik obtížný.

**Pracovní list č. 12**

**Téma: Tulipán** (viz příloha č. 12)

**Cíl:** Procvičit koordinaci zraku a ruky.

**Procvičovací prvek:** Svislá čára, šikmá čára se změnou směru ve vedení, dolní oblouk.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: téma „*Jarní květiny*“.

Výtvarná výchova: „*Tulipán*“ – gumáž.

Pracovní vyučování: „*Tulipán*“ – vylepování barevným papírem nebo kuličkami.

**Stručná anotace:** Při obtahování tohoto předkresleného cviku je důležité dbát na ostré obraty. Chybou jsou zaoblené tvary na konci okvětí. Pomáháme slovně popisem vedení čáry. Po obtažení spojí žáci hlubokým dolním obloukem tečky, které jsou v předkresleném cviku naznačeny.

**Pracovní list č. 13**

**Téma: Ovečka** (viz příloha č. 13)<sup>89</sup>

**Cíl:** Procvičit uvolnění ruky v ramenním kloubu.

Podle názorné předlohy rozpoznat tvar elipsy a nakreslit ji.

**Procvičovací prvek:** Různé velikosti elipsy.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Domácí zvířata*“.

Hudební výchova: Nácvik písně „*Běžela ovečka hore do kopečka*“.

**Stručná anotace:** Tento grafomotorický cvik se celý skládá s různých velikostí elipsy poskládaných jedním směrem do tvaru ovečky. Je možné žákům obrys ovečky lehce načrtnout a oni obrys vyplní různě velkými elipsami.

---

<sup>89</sup> NAVRÁTILOVÁ, M. *Pracovní sešit k živé abecedě pro 1. roč. ZŠ*. Praha: 2012.

### **Pracovní list č. 14**

**Téma: Slunce** (viz příloha č. 14)<sup>90</sup>

**Cíl:** Procvičit uvolnění ramenního a loketního kloubu.

Rozpoznat a nakreslit různé velikosti kruhů.

**Procvičovací prvek:** Kruh – různé velikosti.

#### **Mezipředmětové vztahy**

Výtvarná výchova: „*Slunce*“ – kresba pastelkami.

**Stručná anotace:** Grafomotorický cvik se skládá pouze z kruhů různých velikostí. Dbáme na volné držení ruky, správný úchop psacího náčiní. Doporučuji tento cvik realizovat ve stoje na velkém formátu papíru. Žáci samostatně podle předlohy kreslí slunce.

### **Pracovní list č. 15**

**Téma: Mrak** (viz příloha č. 15)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí a spojování stejných prvků.

**Procvičovací prvek:** Horní oblouk, spodní oblouk, horní a spodní smyčka.

#### **Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Přírodní úkazy*“ – počasí.

Výtvarná výchova: „*Mrak*“ – technika muchláže.

**Stručná anotace:** Tento cvik budeme realizovat na velký formát papíru, netrváme na přesnosti obtahování, ale na uvolnění celého zápěstí.

---

<sup>90</sup> NAVRÁTILOVÁ, M. *Pracovní sešit k živé abecedě pro 1. roč. ZŠ.* Praha: 2012.



## 5.2 Grafomotorické cviky pro 3. ročník

### Pracovní list č. 16

**Téma: Chameleon** (viz příloha č. 16)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí a loketního kloubu a správného úchopu psacího náčiní.

**Procvičovací prvek:** Spojení dvou prvků spirály a spodní smyčky.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Cizokrajná zvířata*“.

Výtvarná výchova: „*Chameleon*“ – malba, zapouštění barvy do mokrého podkladu.

**Stručná anotace:** Cvik je vhodný procvičovat před psaním písmene CH. Cvik jsem realizovala na velkém formátu papíru A2. Ve výtvarné výchově následovala skupinová práce tří žáků, kteří si chameleona vybarvili podle vzoru v encyklopedii nebo dle vlastní fantazie.

### Pracovní list č. 17

**Téma: Chobotnice** (viz příloha č. 17)

**Cíl:** Procvičit plynulý tah ruky bez přerušování.

Vizuálně umět rozlišit změnu směru.

**Procvičovací prvek:** Spodní a horní smyčka, vratný tah.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Mořští živočichové*“.

Výtvarná výchova: „*Život v moři*“ – vytvořit koláž z chobotnic.

**Stručná anotace:** Vhodný cvik před procvičením písmene CH, E, C. Při tomto cviku dbáme na jednotážnost provedení. Žákům může činit problémy změna směru tahu.

### Pracovní list č. 18

**Téma: Zmije** (viz příloha č. 18)

**Cíl:** Procvičit orientace na ploše.

Procvičit dodržování vedení vertikální čáry.

**Procvičovací prvek:** Šikmá čára se změnou směru, spodní a horní smyčka.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Hadi v naší přírodě*“.

Pracovní vyučování: „*Zmije*“ – modelování z hlíny – procvičení jemné motoriky při práci s hlínou.

**Stručná anotace:** Tento cvik můžeme zařadit při procvičování písmene „z“. Doporučuji realizaci na formátu papíru A4. Při větším formátu se i předkreslený tvar žákům nedařilo dodržovat.

### **Pracovní list č. 19**

**Téma: Zebra** (viz příloha č. 19)

**Cíl:** Procvičit střídání vodorovné a svislé čáry v kombinaci několika prvků.

**Procvičovací prvek:** Vodorovná a šikmá čára, spodní smyčka, horní smyčka, zuby.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Zvířata v Zoo*“.

Výtvarná výchova: „*Zebra v Zoo*“ – kresba uhlím.

**Stručná anotace:** U žáků je tento grafomotorický cvik velmi oblíbený. Žáci si zde procvičují také kreslení ve vymezeném prostoru. Doporučený formát je A3 a A4. Žáci dostali na výběr tyto dva formáty. Většina z nich si vybrala menší formát.

### **Pracovní list č. 20**

**Téma: Dikobraz** (viz příloha č. 20)

**Cíl:** Procvičit šikmé čáry se změnou směru.

Upevňovat správný úchop psacího náčiní.

Procvičit uvolnění záprstí a prstů.

**Procvičovací prvek:** Šikmá čára se změnou směru v různých směrech a délkách; spodní smyčka.

**Mezipředmětové vztahy:**

Pracovní vyučování: „*Dikobraz*“ – modelování zvířete z rychleschnoucí hmoty, barvení.

Prvouka: „*Zvířata v Zoo*“.

**Stručná anotace:** Pro žáky to byl obtížný cvik, velké problémy jim dělalo udržet směr šikmých čar a velikost a správné rozestupy mezi čarami. Doporučuji začít na větším formátu papíru.

### **Pracovní list č. 21**

**Téma: Dinosaur** (viz příloha č. 21)

**Cíl:** Uvolnit ruku v ramenním a loketním kloubu.

**Procvičovací prvek:** Spodní smyčka, šikmá čára se změnou směru

**Mezipředmětové vztahy:**

Výtvarná výchova: „*Dinosaurus*“ – kresba voskovým pastelem dle fantazie žáků.

**Stručná anotace:** Při tomto cviku je vhodný velký formát papíru a kreslení v poloze ve stoje nebo v kleku. Musíme dbát na uvolnění ramenního kloubu, proto nevyžadujeme dodržování přesné linie obtahování.

### **Pracovní list č. 22**

**Téma: Globus** (viz příloha č. 22)

**Cíl:** Procvičit uvolnění kloubů malých i velkých – od ramene po zápěstí.

Umět kreslit spirálu zevnitř ven.

**Procvičovací prvek:** Spirála

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Naše zeměkoule*“.

Výtvarná výchova: „*Naše zeměkoule*“ – barevné ztvárnění pomocí techniky zapouštění barvy.

Pracovní vyučování: „*Naše Země*“ – do barevného podkladu pomocí provázku ztvárnit uvolňovací cvik.

**Stručná anotace:** Velmi vhodné je realizovat cvik ve stoje na formát papíru A3. Doporučuje se nejdříve obtáhnout několikrát předkreslený tvar. Další krokem bylo samostatné kreslení tohoto cviku, u kterého jsem dbala na dodržení tvaru kruhu. Posledním krokem bylo kreslení do dráhy, to znamenalo neobtáhnout předkreslený tvar, ale štětcem namočeným v barvě vytvořit cestu.

### **Pracovní list č. 23**

**Téma: Gorila** (viz příloha č. 23)

**Cíl:** Procvičit uvolnění ramenního kloubu, loketního kloubu a zápěstí.

**Procvičovací prvek:** Horní smyčka, malý kruh.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Exotická zvířata*“.

Pracovní vyučování: „*Gorila*“ – modelování pomocí válečků nebo měkkých drátků.

**Stručná anotace:** Oblíbený cvik u dětí, je důležité ho realizovat ve stoji a nevyžadovat přesné obtahování cviku.

## **Pracovní list č. 24**

**Téma:** Ptáček (příloha č. 24)<sup>91</sup>

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí a rozpoznat pomocí vizuálního vnímání různé tvary.

Nakreslit dolní a horní oblouk ve vymezeném prostoru.

**Procvičovací prvek:** Elipsa, šikmá čára se změnou směru, dolní a horní oblouk.

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Ptáci v naší přírodě*“.

Matematika: „*Let ptáčka*“ – nakreslit ptáčka zadaným způsobem a vyhledat mezi čísly násobky 5. Cesta od ptáčka k násobkům 5 – vyznačit cestu pastelkou.

**Stručná anotace:** Žáci mají předkreslený tvar na tabuli a na svůj papír skládají z různě velkých elips tělo ptáčka. Přikreslí křídla pomocí šikmé čáry se změnou směru a do křídel dokreslí horní a dolní spojené oblouky. Ocas se skládá opět z různě velkých elips.

## **Pracovní list č. 25**

**Téma:** Houslový klíč (viz příloha č. 25)

**Cíl:** Procvičit kombinaci a spojení několika prvků.

**Procvičovací prvek:** Spirála, horní smyčka, dolní oblouk

**Mezipředmětové vztahy:**

Hudební výchova: „*Houslový klíč*“ – nácvik psaní houslového klíče samostatně i v notové osnově.

Výtvarná výchova: „*Koláž*“ – kresba tužkou. Koláž složená z více hudebních motivů – klíč, notová osnova, noty.

**Stručná anotace:** Nejdříve nacvičujeme houslový klíč předkreslený, potom mohou žáci kreslit samostatně na větší formát a později do předkreslené notové osnovy.

## **Pracovní list č. 26**

**Téma:** Buben (viz příloha č. 26)

**Cíl:** Procvičit kreslení spojených prvků ve vymezeném prostoru.

**Procvičovací prvek:** Elipsa, spojená horní a spodní smyčka, vertikální čára

**Mezipředmětové vztahy:**

Hudební výchova: „*Bicí nástroje*“; opakování písně „*Tluče bubeníček*“.

**Stručná anotace:** Tento grafomotorický cvik žákům nečinil potíže, ve výtvarné výchově si bubínek vybarvili pastelkou. Dbáme na správný úchop a uvolněnou ruku při kresbě.

---

<sup>91</sup> NAVRÁTILOVÁ, M. *Pracovní sešit k živé abecedě pro 1. roč. ZŠ*. Praha: 2012.

### **Pracovní list č. 27**

**Téma: Noty** (viz příloha č. 27)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí.

Rozpoznat a nakreslit elipsu.

**Procvičovací prvek:** Elipsa v různé poloze, svislá čára.

**Mezipředmětové vztahy:**

Hudební výchova: Seznámení žáků s délkou not.

Výtvarná výchova: „*Koláž*“ – kresba tužkou. Koláž složená z více hudebních motivů – klíč, notová osnova, noty.

**Stručná anotace:** Tento uvolňovací cvik byl obtížný, protože spojení obou elips (not) dělalo žákům problémy. Snažili se dodržet prohnutou čáru a předkreslený cvik se minul účinkem. Proto jsem nabídla žákům, aby si noty nakreslili sami na formát papíru A3. Cvik jsem opakovala víckrát.

### **Pracovní list č. 28**

**Téma: Trubka** (viz příloha č. 28)

**Cíl:** Procvičit uvolnění ramenního kloubu a vizuomotorickou koordinaci.

**Procvičovací prvek:** Elipsa, horní smyčka.

**Mezipředmětové vztahy:**

Hudební výchova: „*Dechové nástroje*“; opakování písně „*Já jsem muzikant*“.

**Stručná anotace:** Cvik žáci realizovali na velkém formátu ve stoje. Jedná se o celkem jednoduchý cvik, který uvolňuje ramenní kloub a zápěstí.

### **Pracovní list č. 29**

**Téma: Malá harfa** (viz příloha č. 29)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí a nacvičit spojení více prvků.

**Procvičovací prvek:** Spirála, svislá čára, dolní oblouk

**Mezipředmětové vztahy:**

Hudební výchova: Netradiční nástroje – poslech.

**Stručná anotace:** Tento grafomotorický cvik byl pro žáky překvapením. S tímto hudebním nástrojem se doposud nesetkali. Obtíže při realizaci se vyskytly při obtahování spirál – malý tvar.

### **Pracovní list č. 30**

**Téma: Motýl** (viz příloha č. 30)

**Cíl:** Procvičit uvolnění zápěstí.

Procvičit zrakovou pozornost při vyplňování plochy tečkami.

**Procvičovací prvek:** Oblouk různých velikostí, elipsa, tečky

**Mezipředmětové vztahy:**

Prvouka: „*Hmyz na jaře*“.

Výtvarná výchova: „*Motýl*“ – malba vodovými barvami.

**Stručná anotace:** Žáci měli předlohu na magnetické tabuli. Jejich úkolem bylo rozpoznat elipsy, oblouky a tečky a při zachování uspořádání nakreslit motýla. Při výtvarné výchově si cvik zopakovali a vodovými barvami vymalovali.

## Závěr

Cílem této diplomové práce bylo předložit původní návrhy grafomotorických cviků pro druhý a třetí ročník základní školy a výzkumným šetřením zjistit, do jaké míry se používají uvolňovací cviky ve druhém a třetím ročníku základní školy.

V teoretické části se diplomová práce opírala o autory české odborné literatury. Problematikou rozvoje grafomotoriky se u nás zabývá velký počet autorů, proto nebylo nijak obtížné získat podklady pro diplomovou práci. Za nejvýznamnější autory lze považovat Bednářovou a Šmardovou, Doležalovou, Mlčákovou a Valachovou, Pence, Svobodovou, Vágnerovou a Lipnickou.

Výzkumné šetření ukázalo, že i přes rozsáhlou náplň učiva se grafomotorické cviky využívají. Dále bylo zjištěno, že učitelé považují grafomotorické cviky jako způsob reedukace špatně zafixovaných tvarů písmen a chybného sklonu písma. Převážná část učitelů čerpá nápady na tyto uvolňovací cviky z publikací a knih a více než polovina dotazovaných učitelů je zařazuje v rámci mezipředmětových vztahů. S důležitostí, která je grafomotorickým cvičením přikládána, zřejmě souvisí zjištění, že většina pedagogů zařazuje procvičování grafomotoriky do výuky i při zvýšené náročnosti probíraného učiva.

Poslední kapitola přináší původní metodickou řadu grafomotorických cviků, které byly vytvořeny pro žáky druhých a třetích ročníků na základní škole. Grafomotorické cviky jsem stručně popsány a v anotaci je doporučení jejich využití v jiných předmětech. Tyto uvolňovací cviky a jednotažky byly ověřeny a shledány jako vyhovující.

## Resumé

The aim of this diploma thesis was to present original designs of graphomotoric exercises for the second and third year of primary school and to investigate to what extent the release exercises in the second and third year of primary school are used.

In the theoretical part, the thesis was based on authors of Czech professional literature. A large number of authors deal with the issue of the development of graphomotorics, therefore it was not difficult to obtain the data for the diploma thesis. The most important authors are Bednářová and Šmardová, Doležalová, Mlčáková and Valachová, Penc, Svobodová, Vágnerová and Lipnická.

The research showed that despite the extensive content of the curriculum, graphomotoric exercises are used. Furthermore, it was found that the teachers consider graphomotoric exercises as a way of re-educating poorly fixed letter shapes and faulty slope of the font. The vast majority of teachers draw ideas for these release exercises from publications and books and more than half of the interviewed teachers place them in the context of interdisciplinary relations. The importance of graphomotoric exercise is probably related to the finding, that most teachers include the practice of graphomotorics in teaching, even with the increased difficulty of the curriculum.

The last chapter brings the original methodical series of graphomotor exercises, which were created for pupils of the second and third grades of primary school. Graphomotoric exercises are briefly described and in the annotation there is a recommendation to use them in other subjects. These release exercises and one-line images were verified and found to be satisfactory.



## Použitá literatura

- BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: Computer Press, 2011. ISBN 978-80-251-0977-9.
- BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ, V. *Školní zralost: co by mělo umět dítě před vstupem do školy*. Brno: Computer Press, 2011. ISBN 978-80-251-2569-4.
- BEDNÁŘOVÁ, J. *Na návštěvě u malíře: grafomotorická cvičení a rozvoj kresby pro děti od 5 do 7 let*. Brno: Computer Press, 2006. ISBN 80-251-0951-8.
- BEDNÁŘOVÁ, J.; DANDOVÁ, E.; a kol. *Školní zralost a její diagnostika*. Praha: Raabe, 2017. ISBN 978-80-7496-319-3.
- DOLEŽALOVÁ, J. *Prvopočáteční psaní*. Hradec Králové: Gaudeamus, 1996. ISBN 80-7041-601-7.
- DOLEŽALOVÁ, J. *Rozvoj grafomotoriky v projektech*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-693-3.
- DVOŘÁKOVÁ, H. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-819-7.
- FÜRST, M. *Psychologie*. Olomouc: Votobia, 1997. ISBN 80-7198-199-0.
- LIPNICKÁ, M. *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-244-7.
- LOOSEOVÁ, A. C.; PIEKERTO VÁ, N; DIENEROVÁ, G. *Grafomotorika pro děti předškolního věku*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-540-7.
- MATĚJČEK, Z. *Dyslexie: specifické poruchy čtení*. Praha: H+H, 1988.
- NAVRÁTILOVÁ, M. *Pracovní sešit k živé abecedě pro 1. ročník ZŠ*. Praha: ABC Music, 2012. ISBN 978-80-87722-02-2.
- PENC, V. *Metodika psaní: prozatimní učebnice pro pedagogické fakulty*. Praha: SPN, 1966.
- PIAGET, J.; INHELDEROVÁ, B. *Psychologie dítěte*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-798-5.
- PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0403-9.

- SANTLEROVÁ, K. *Metody ve výuce čtení a psaní*. Brno: Paido, 1995. ISBN 80-85931-05-2.
- SVOBODOVÁ, J. *Metodika rozvoje grafomotoriky a počátečního psaní*. Praha: IPPP, 2001. ISBN 80-85931-05-2.
- TYMICHOVÁ, H. *Nauč mě správně psát*. Praha: Práce, 1996. ISBN 80-208-0330-0.
- UŽDIL, J. *Čáry, klikyháky, paňáci a auta: výtvarný projev a psychický život dítěte*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-599-7.
- VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.
- VYSKOTOVÁ, J., MACHÁČKOVÁ, K. *Jemná motorika: vývoj, motorická kontrola, hodnocení a testování*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4698-2.
- ZELINKOVÁ, O. *Pedagogická diagnostika a individuální vzdělávací program: nástroje pro prevenci, nápravu a integraci*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0044-4.

## **Seznam obrázků**

Obrázek č. 1 Poloha vsedě – správné sezení při kreslení a psaní

Obrázek č. 2 Správné držení psacího náčiní u leváků, u praváků

Obrázek č. 3 Nesprávné úchopy psacího náčiní

Obrázek č. 4 Nesprávný úchop

Obrázek č. 5 Nesprávný úchop

Obrázek č. 6 Nesprávný úchop

Obrázek č. 7 Nesprávný úchop

Obrázek č. 8 Nesprávný úchop

Obrázek č. 9 Nesprávný úchop

Obrázek č. 10 První skupina uvolňovacích cviků

Obrázek č. 11 Druhá skupina uvolňovacích cviků

Obrázek č. 12 Třetí skupina uvolňovacích cviků

Obrázek č. 13 Základní prvky první skupiny grafických prvků

Obrázek č. 14 Další prvky první skupiny

Obrázek č. 15 Základní prvky druhé skupiny grafických prvků

Obrázek č. 16 Základní prvky třetí skupiny grafických prvků

Obrázek č. 17 Další polohy smyček

Obrázek č. 18 Základní prvky čtvrté skupiny grafických prvků

## **Seznam tabulek**

Tabulka č. 1 Rozdělení respondentů podle pohlaví

Tabulka č. 2 Rozdělení respondentů podle věku

Tabulka č. 3 Rozdělení respondentů podle nejvyššího dosaženého vzdělání

Tabulka č. 4 Ročník, v němž respondenti momentálně vyučují

Tabulka č. 5 Užívání grafomotorických cviků ve 2. a 3. třídě

Tabulka č. 6 Frekvence užívání grafomotorických cviků ve výuce

Tabulka č. 7 Zdroje grafomotorických listů

Tabulka č. 8 Nalezení grafomotorického cviku

Tabulka č. 9 Grafomotorické obtíže dětí

Tabulka č. 10 Grafomotorické cviky v mezipředmětových vztazích

Tabulka č. 11 Grafomotorické cviky a ovlivnění grafomotorického rozvoje dětí

Tabulka č. 12 Možnost procvičování grafomotoriky při rozsáhlé náplni učiva

Tabulka č. 13 Reedukace špatně vyvozeného tvaru a sklonu písma

## **Seznam grafů**

Graf č. 1 Zahrnutí grafomotorických cviků v rámci mezipředmětových vztahů

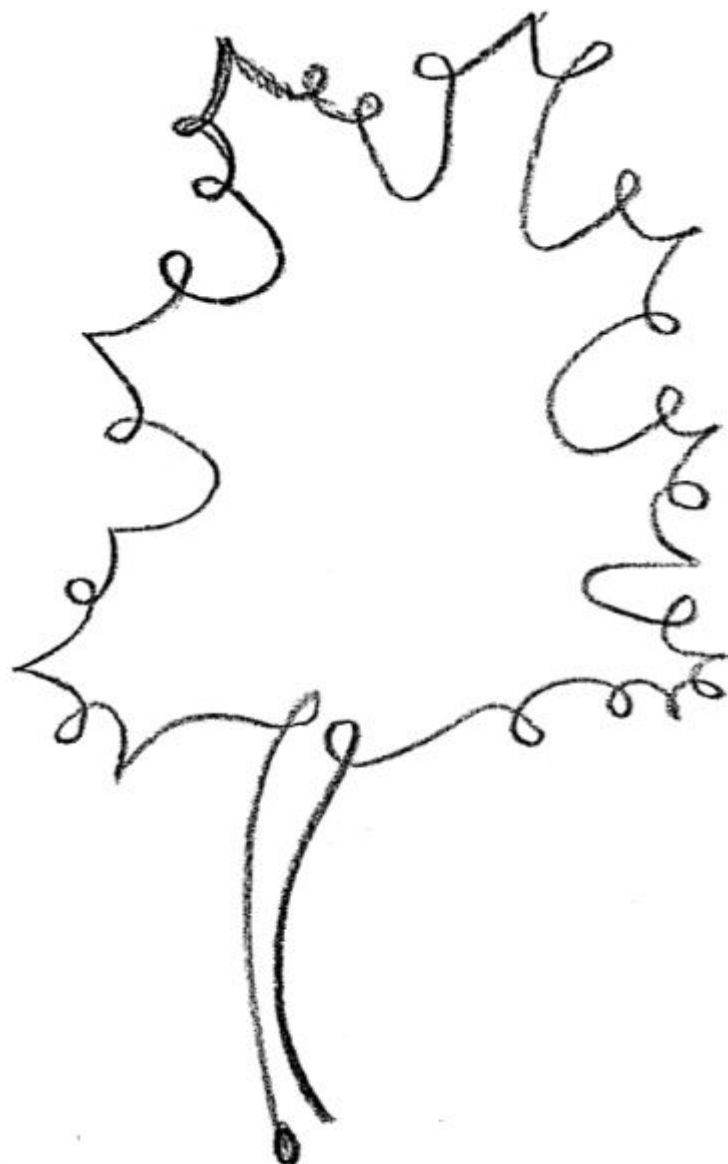
## **Přílohy**

- Příloha č. 1** Pracovní list č. 1 **Pírko**
- Příloha č. 2** Pracovní list č. 2 **Javorový list**
- Příloha č. 3** Pracovní list č. 3 **Podzimní strom**
- Příloha č. 4** Pracovní list č. 4 **Žalud**
- Příloha č. 5** Pracovní list č. 5 **Deštník**
- Příloha č. 6** Pracovní list č. 6 **Zajíc**
- Příloha č. 7** Pracovní list č. 7 **Holubička**
- Příloha č. 8** Pracovní list č. 8 **Kocour**
- Příloha č. 9** Pracovní list č. 9 **Žába**
- Příloha č. 10** Pracovní list č. 10 **Jarní víla**
- Příloha č. 11** Pracovní list č. 11 **Princezna s copánky**
- Příloha č. 12** Pracovní list č. 12 **Tulipán**
- Příloha č. 13** Pracovní list č. 13 **Ovečka**
- Příloha č. 14** Pracovní list č. 14 **Slunce**
- Příloha č. 15** Pracovní list č. 15 **Mrak**
- Příloha č. 16** Pracovní list č. 16 **Chameleon**
- Příloha č. 17** Pracovní list č. 17 **Chobotnice**
- Příloha č. 18** Pracovní list č. 18 **Zmije**
- Příloha č. 19** Pracovní list č. 19 **Zebra**
- Příloha č. 20** Pracovní list č. 20 **Dikobraz**
- Příloha č. 21** Pracovní list č. 21 **Dinosaurus**
- Příloha č. 22** Pracovní list č. 22 **Globus**
- Příloha č. 23** Pracovní list č. 23 **Gorila**
- Příloha č. 24** Pracovní list č. 24 **Ptáček**
- Příloha č. 25** Pracovní list č. 25 **Houslový klíč**
- Příloha č. 26** Pracovní list č. 26 **Buben**
- Příloha č. 27** Pracovní list č. 27 **Noty**
- Příloha č. 28** Pracovní list č. 28 **Trubka**
- Příloha č. 29** Pracovní list č. 29 **Malá harfa**
- Příloha č. 30** Pracovní list č. 30 **Motýl**
- Příloha č. 31** **Dotazník**

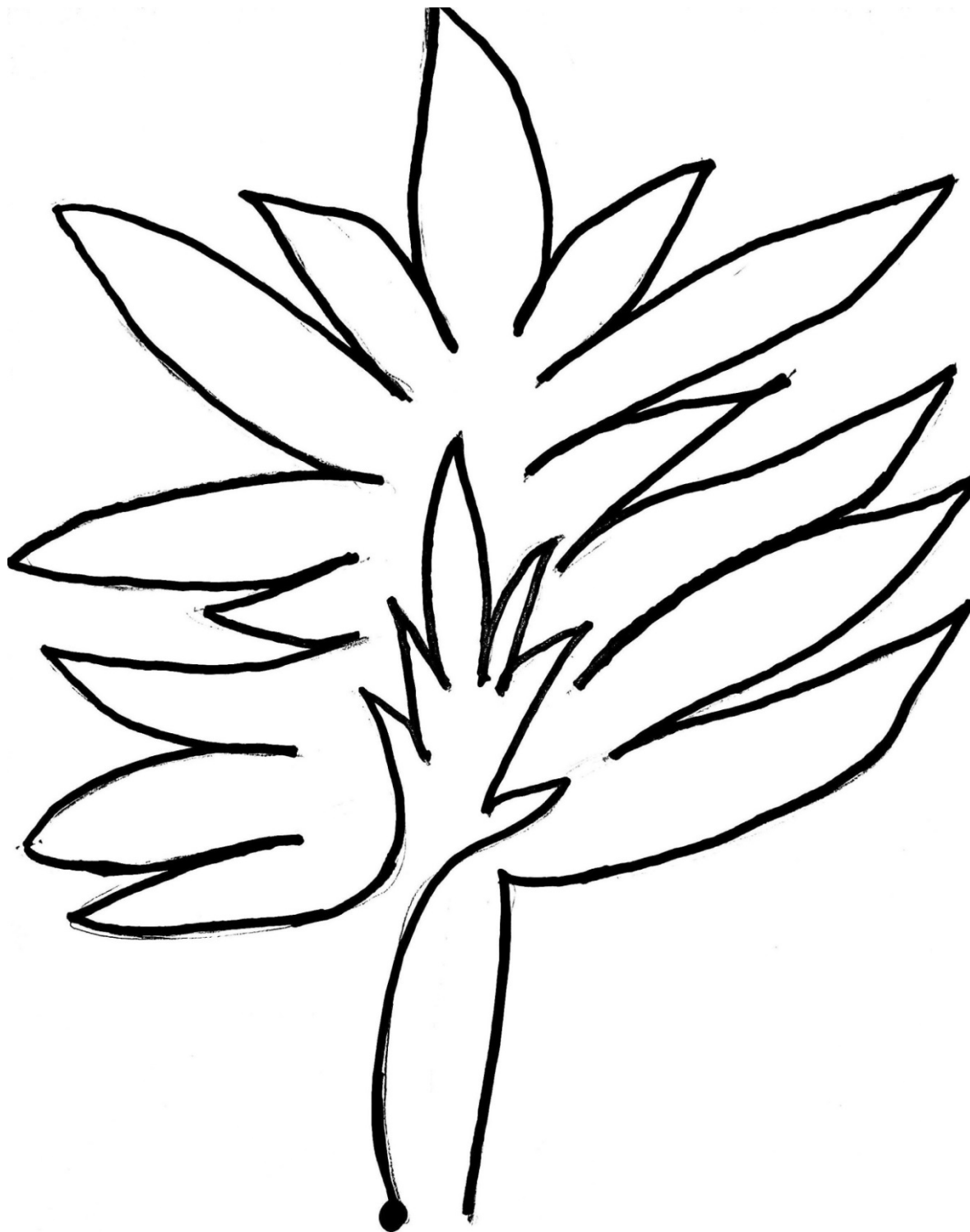
**Příloha č. 1 Pírko**



**Příloha č. 2 Javorový list**

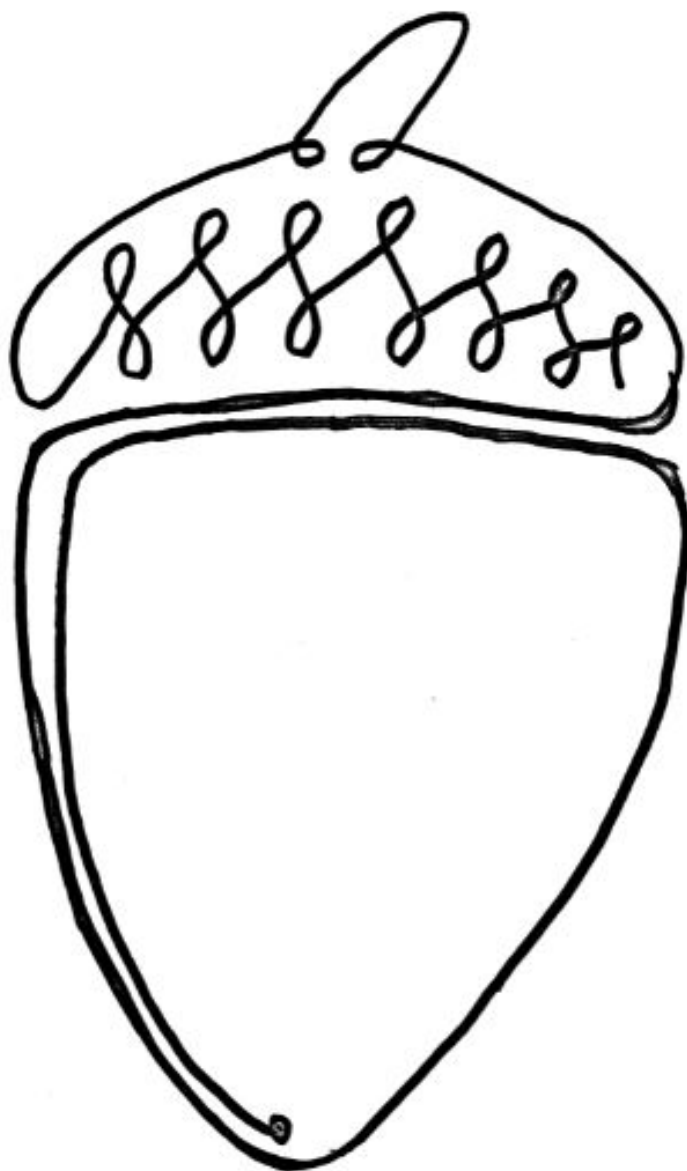


**Příloha č. 3 Podzimní strom**

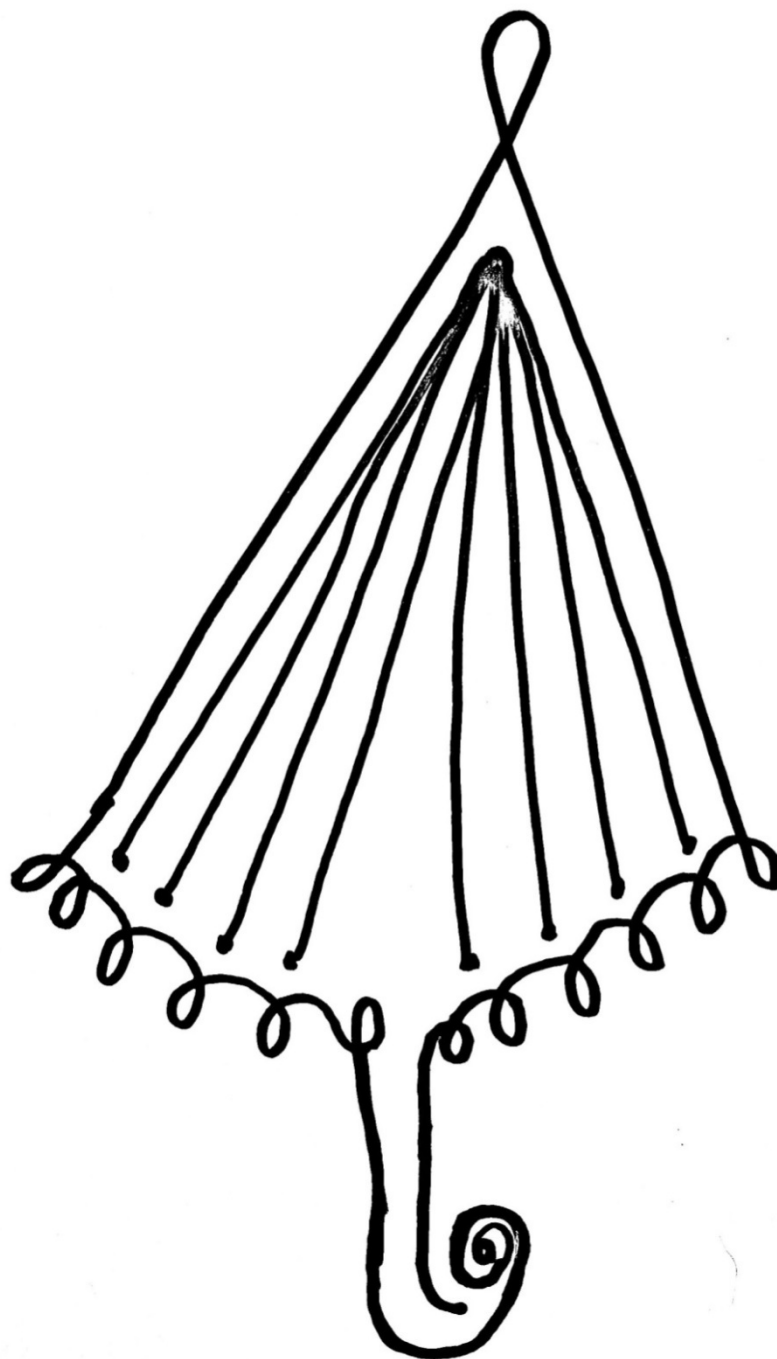




Příloha č. 4 Žalud



Příloha č. 5 Deštník



Příloha č. 6 Zajíc

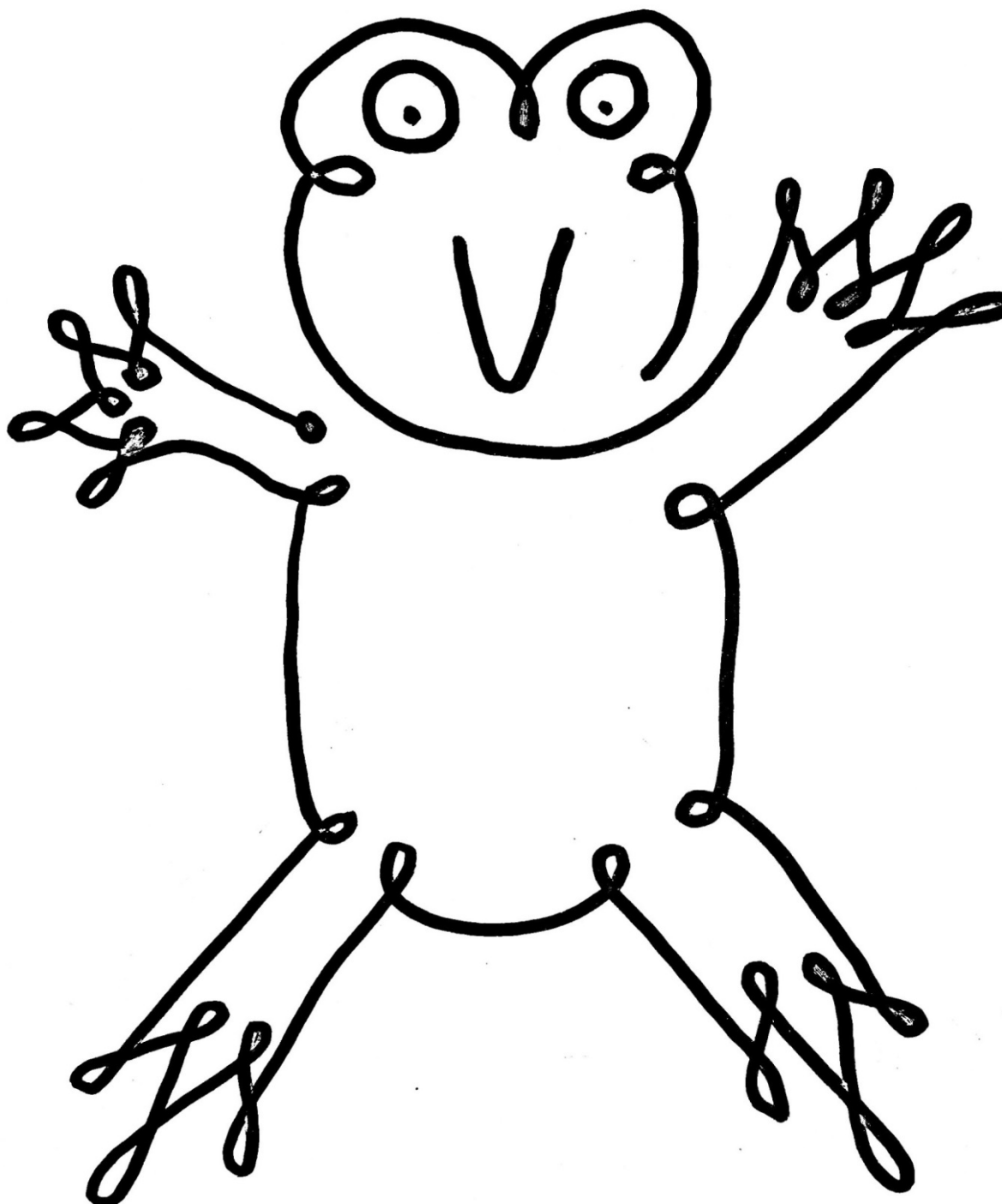


**Příloha č. 7 Holubička**

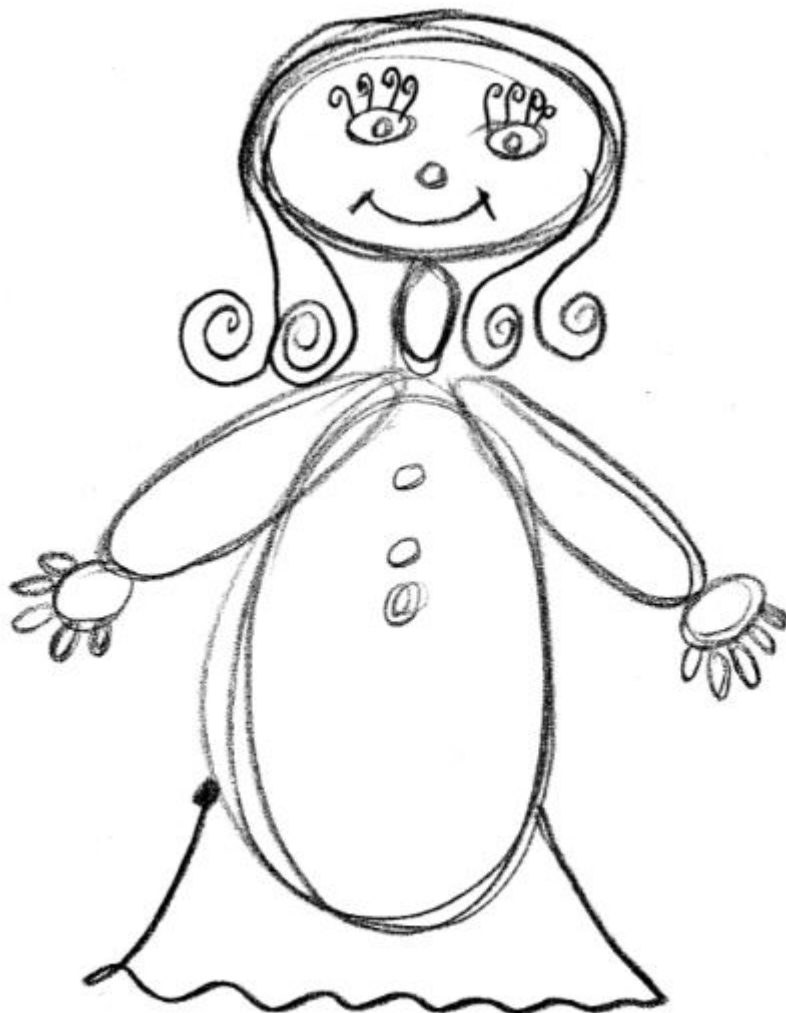


Příloha č. 8 Kocour

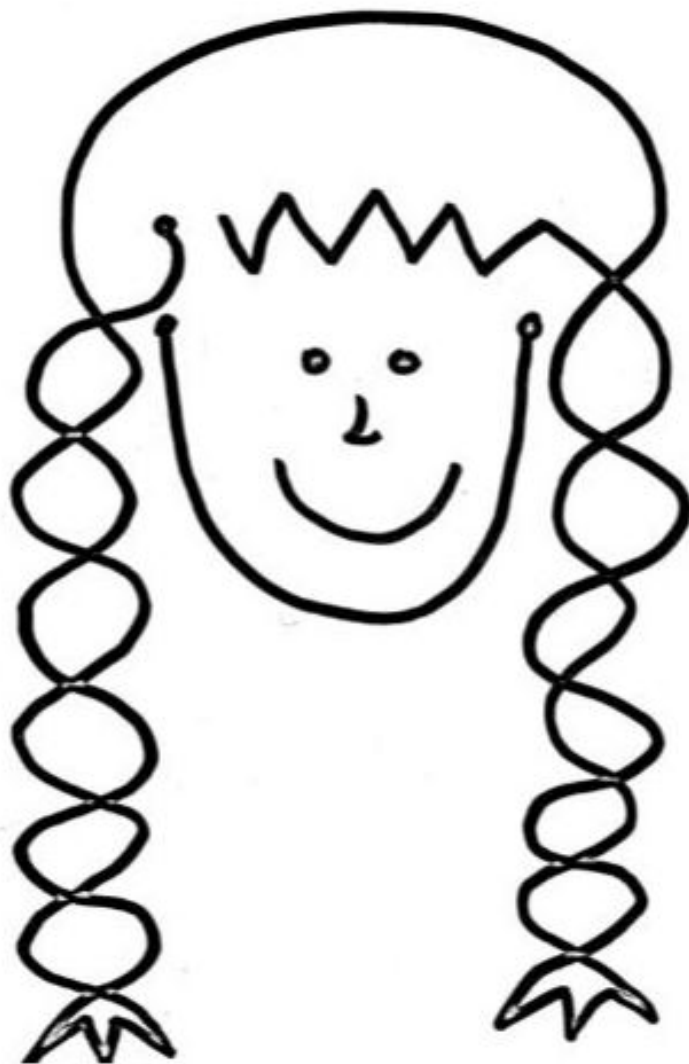




Příloha č. 10 Jarní víla

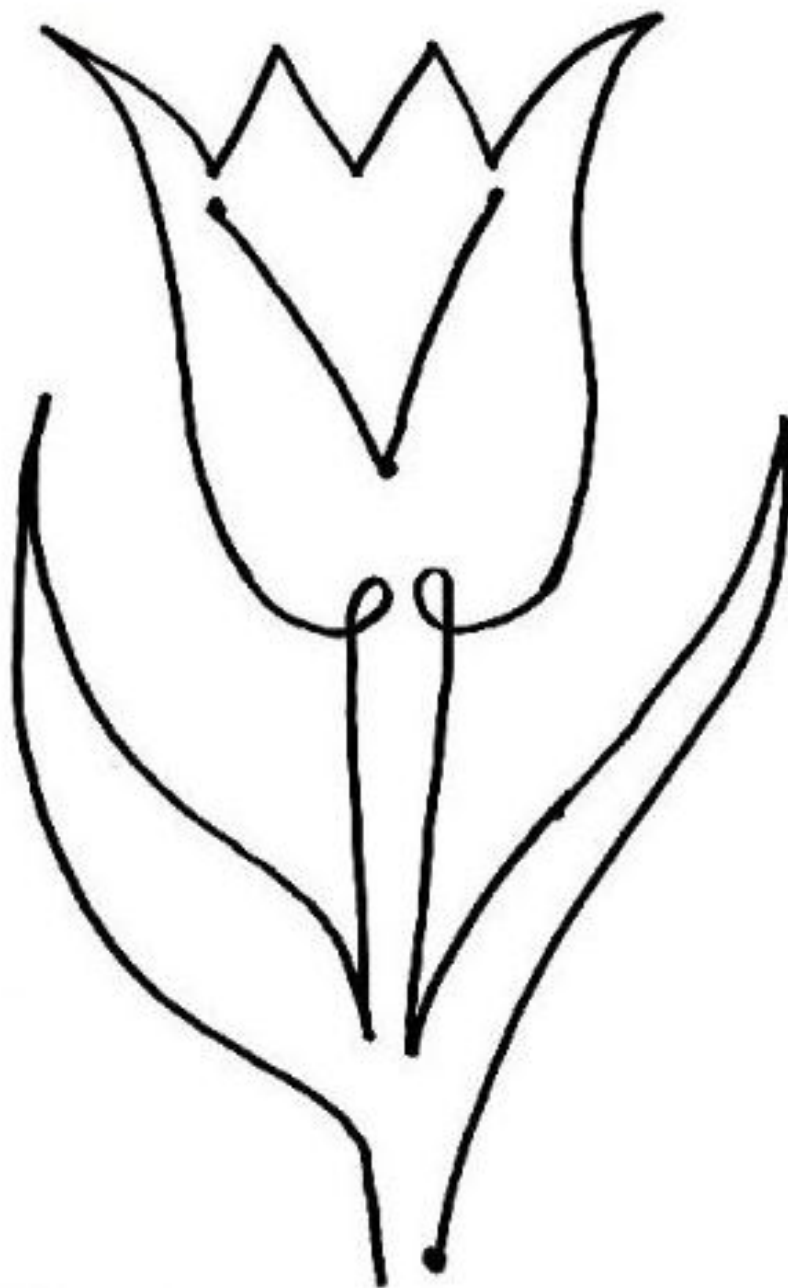


Příloha č. 11 Princezna s copánky

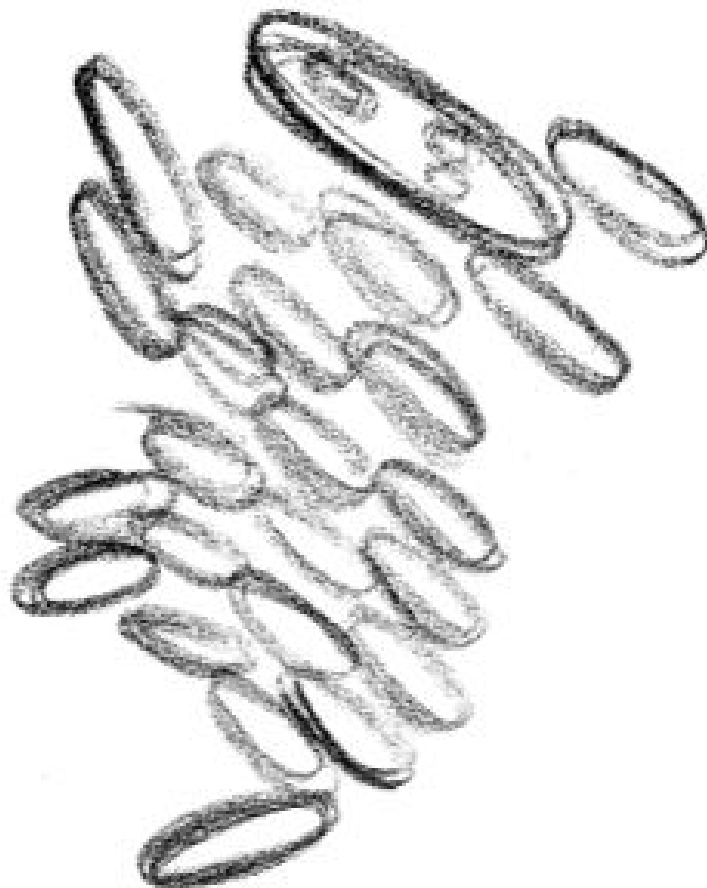




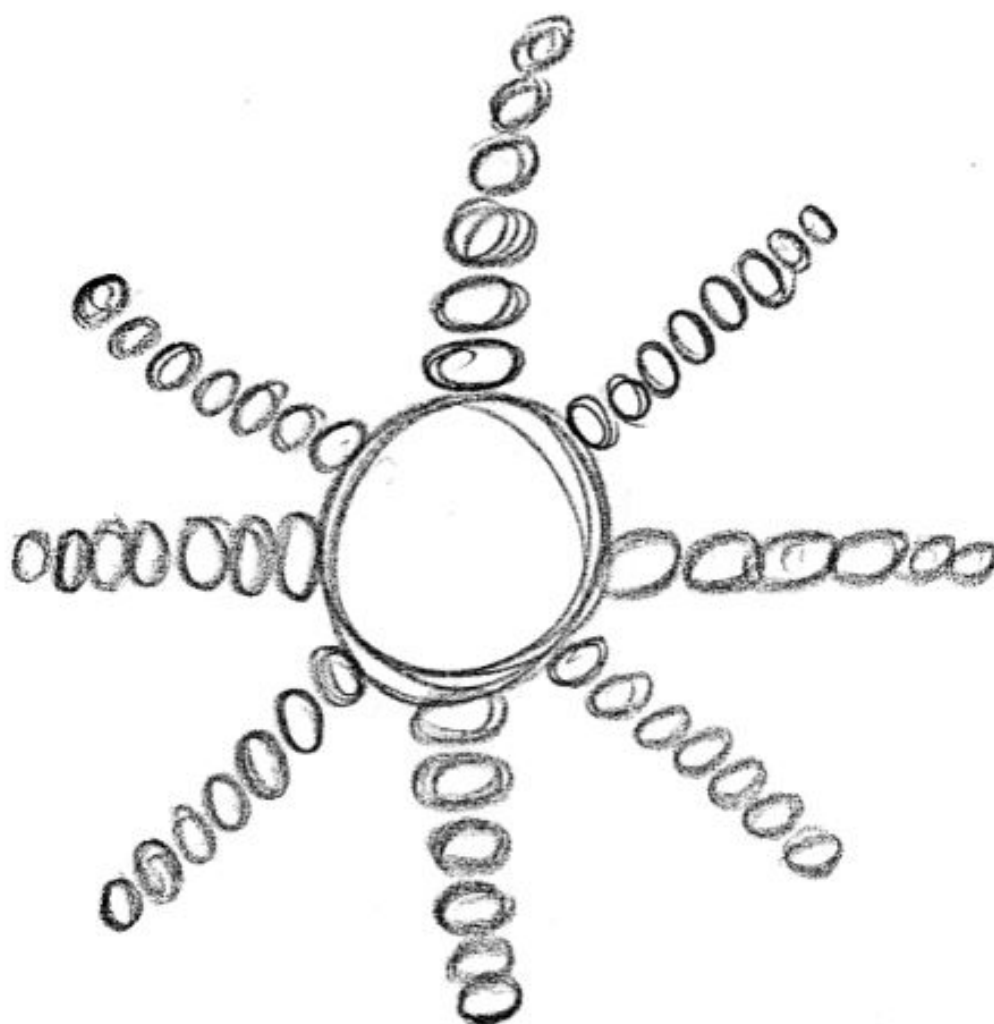
**Příloha č. 12 Tulipán**



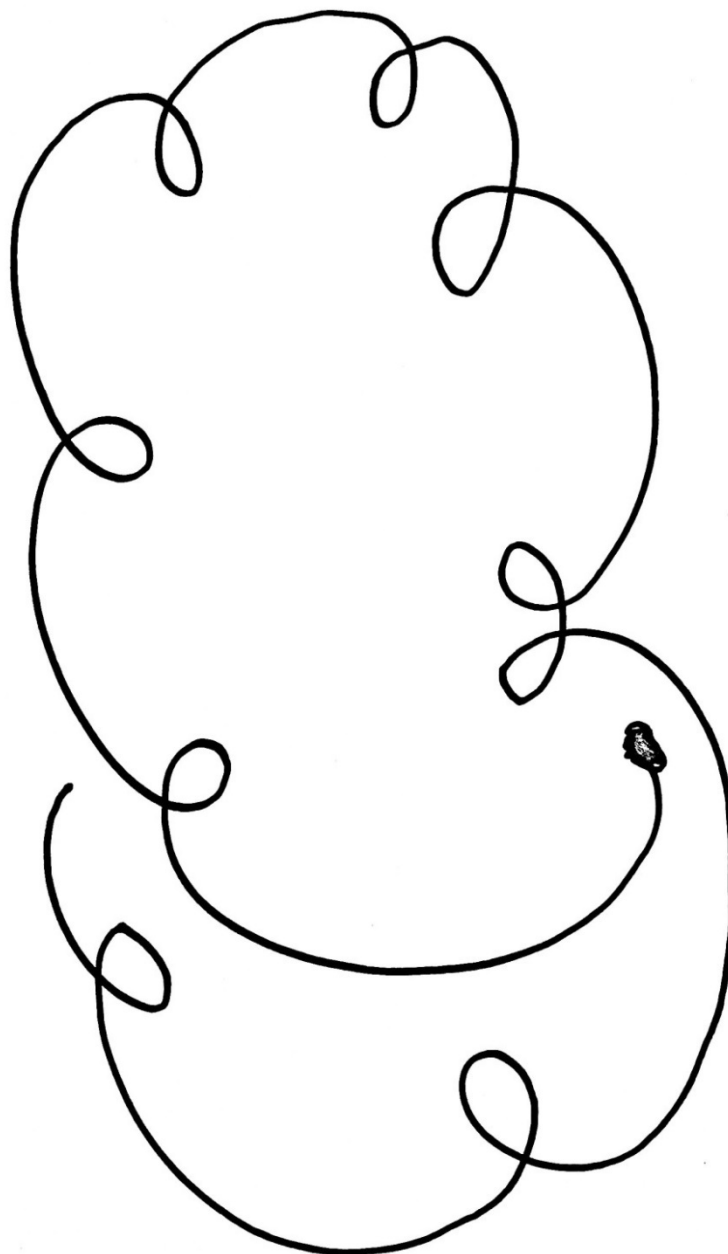
**Příloha č. 13 Ovečka**



Příloha č. 14 Slunce



**Příloha č. 15 Mrak**



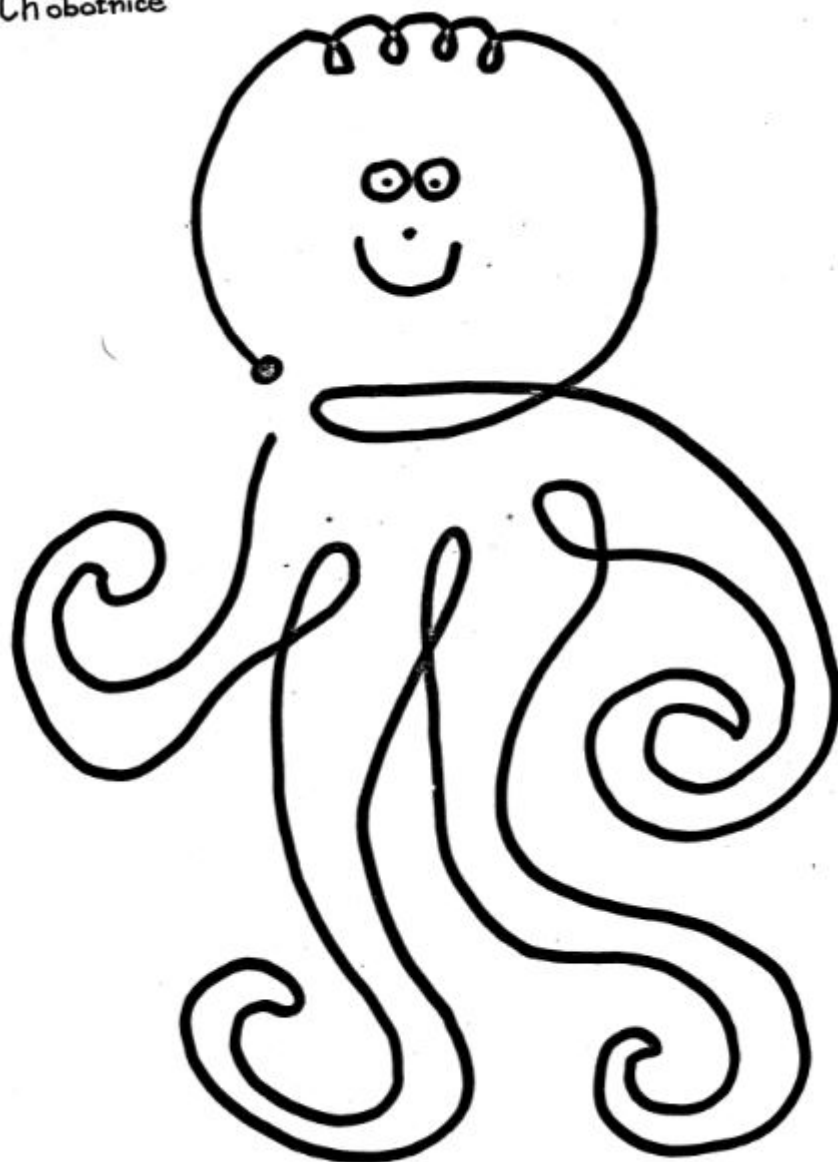
Příloha č. 16 Chameleon

CHAMELEON

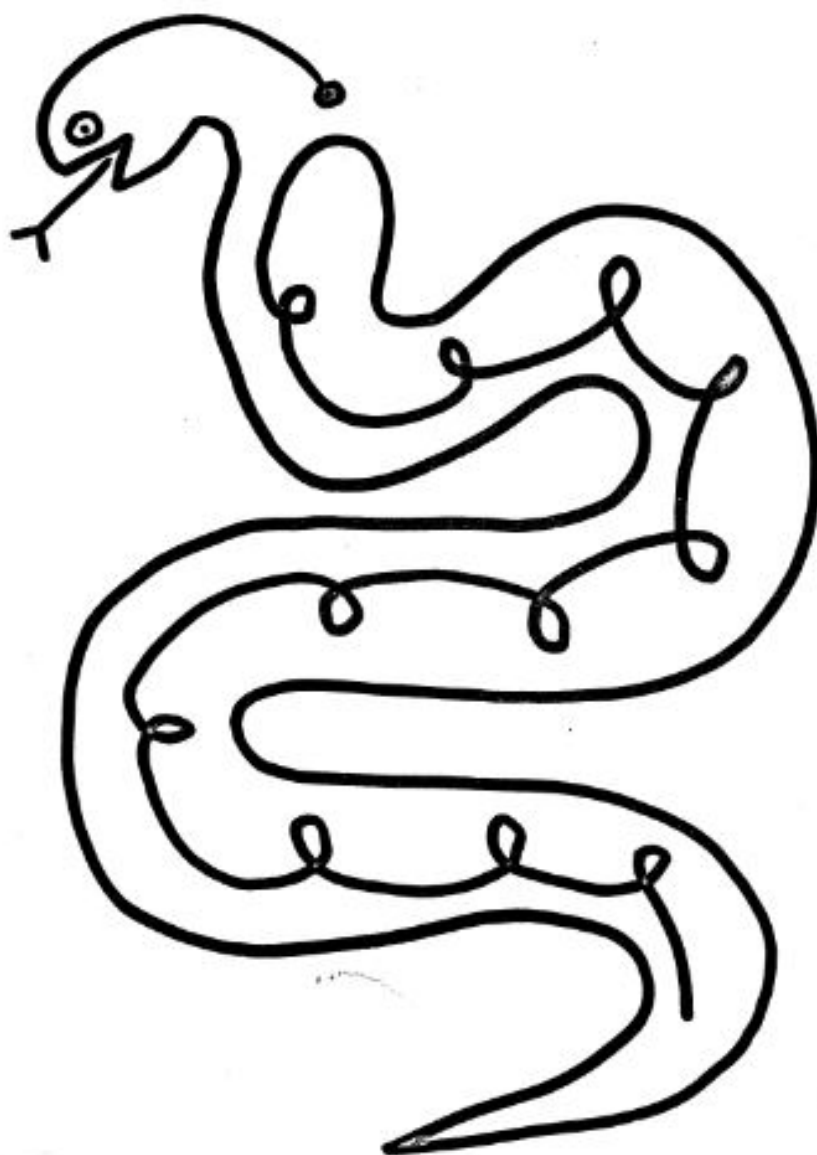


Příloha č. 17 Chobotnice

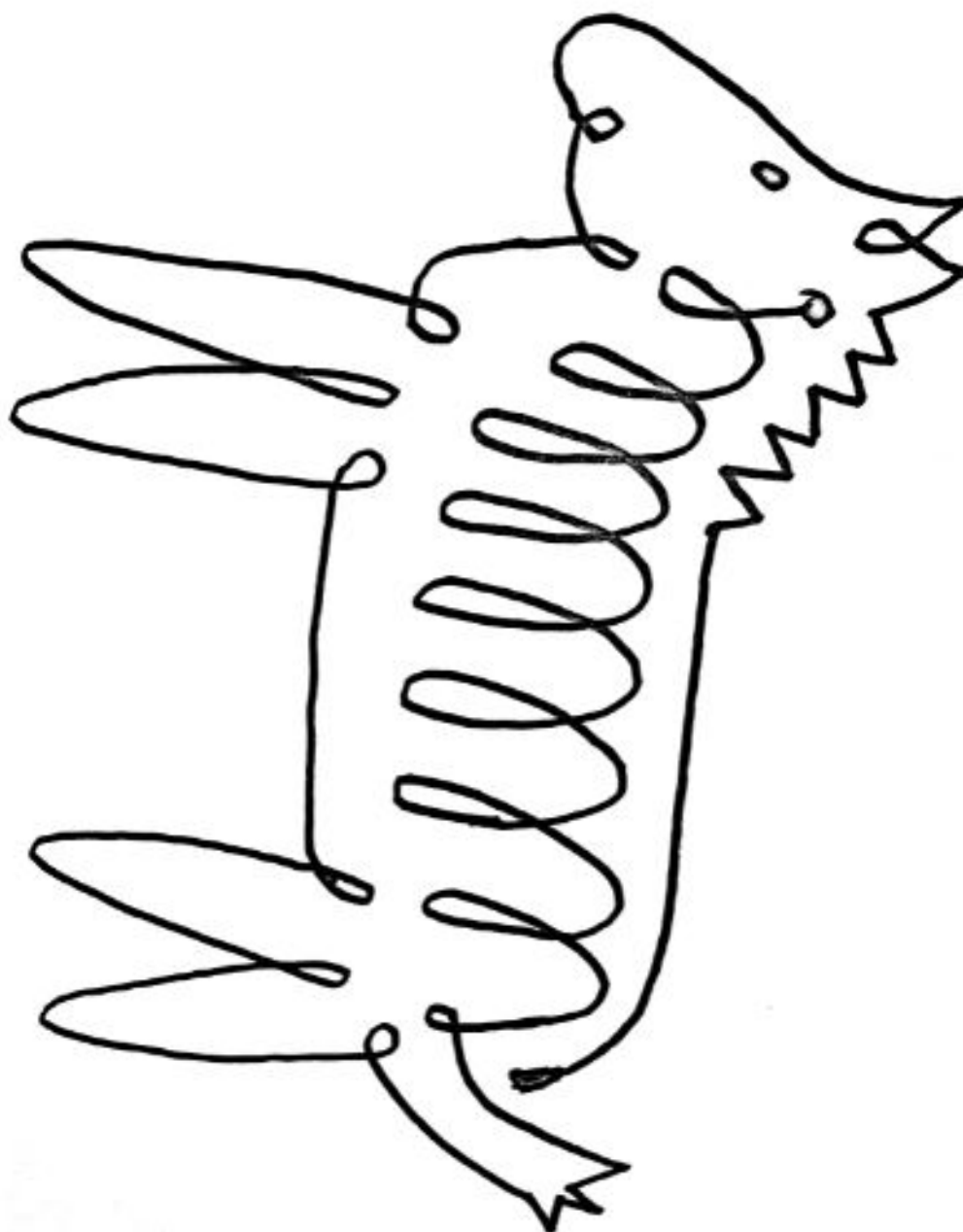
Chobotnice



Příloha č. 18 Zmije

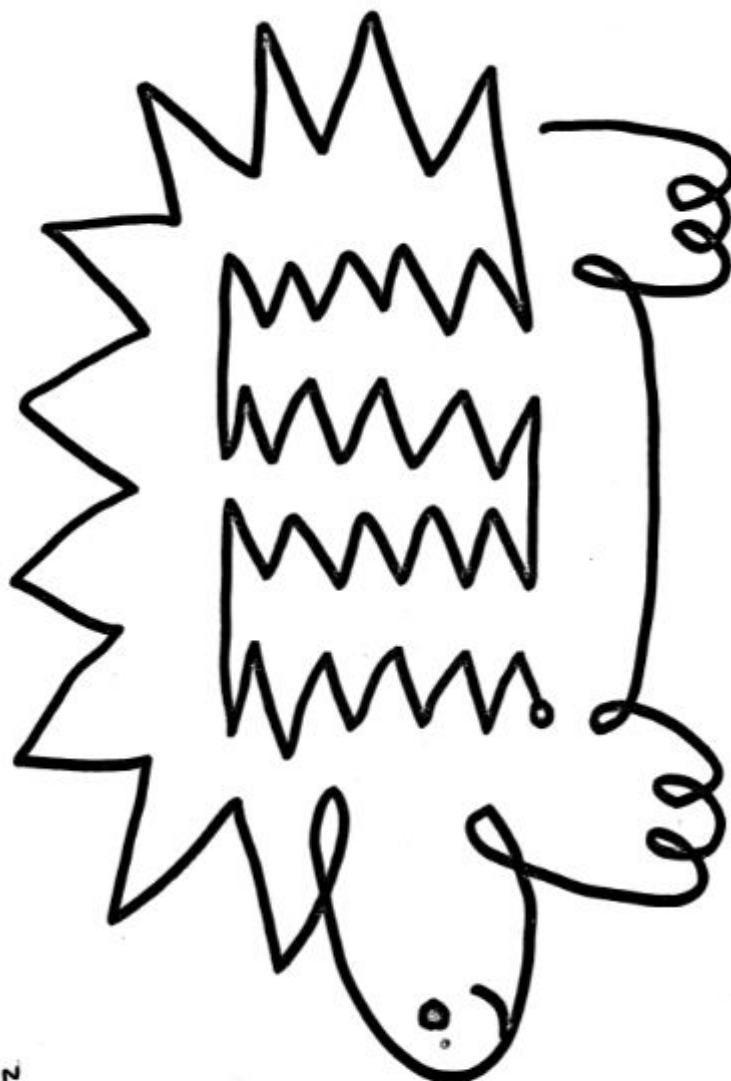


Příloha č. 19 Zebra



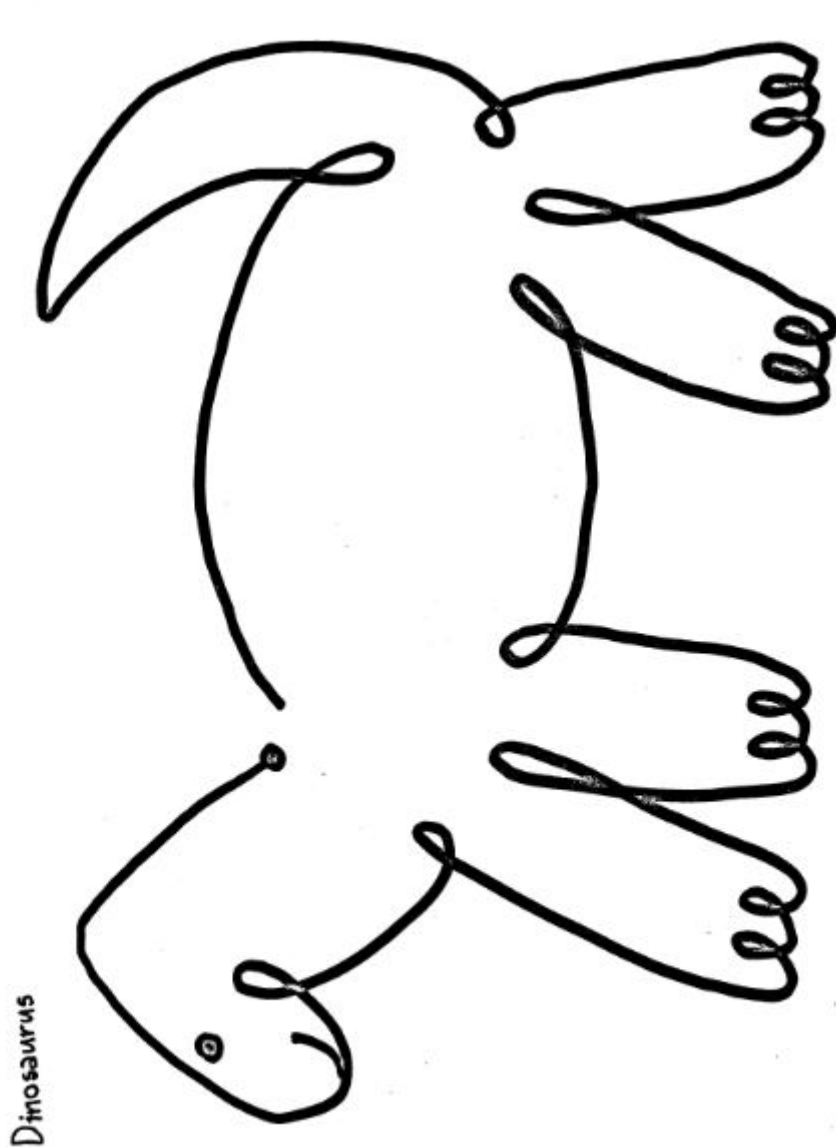


Příloha č. 20 Dikobraz

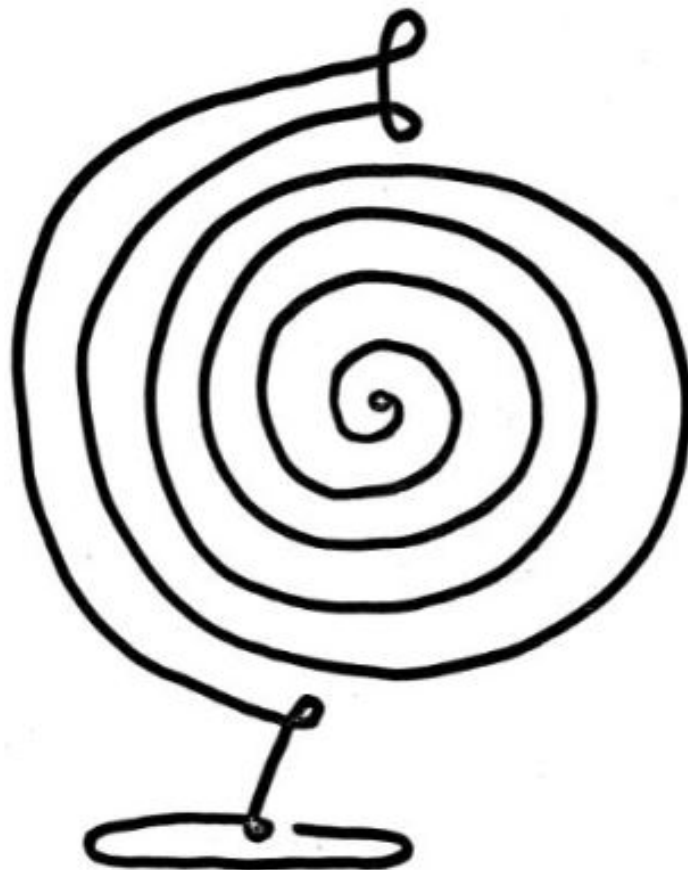


Dikobraz

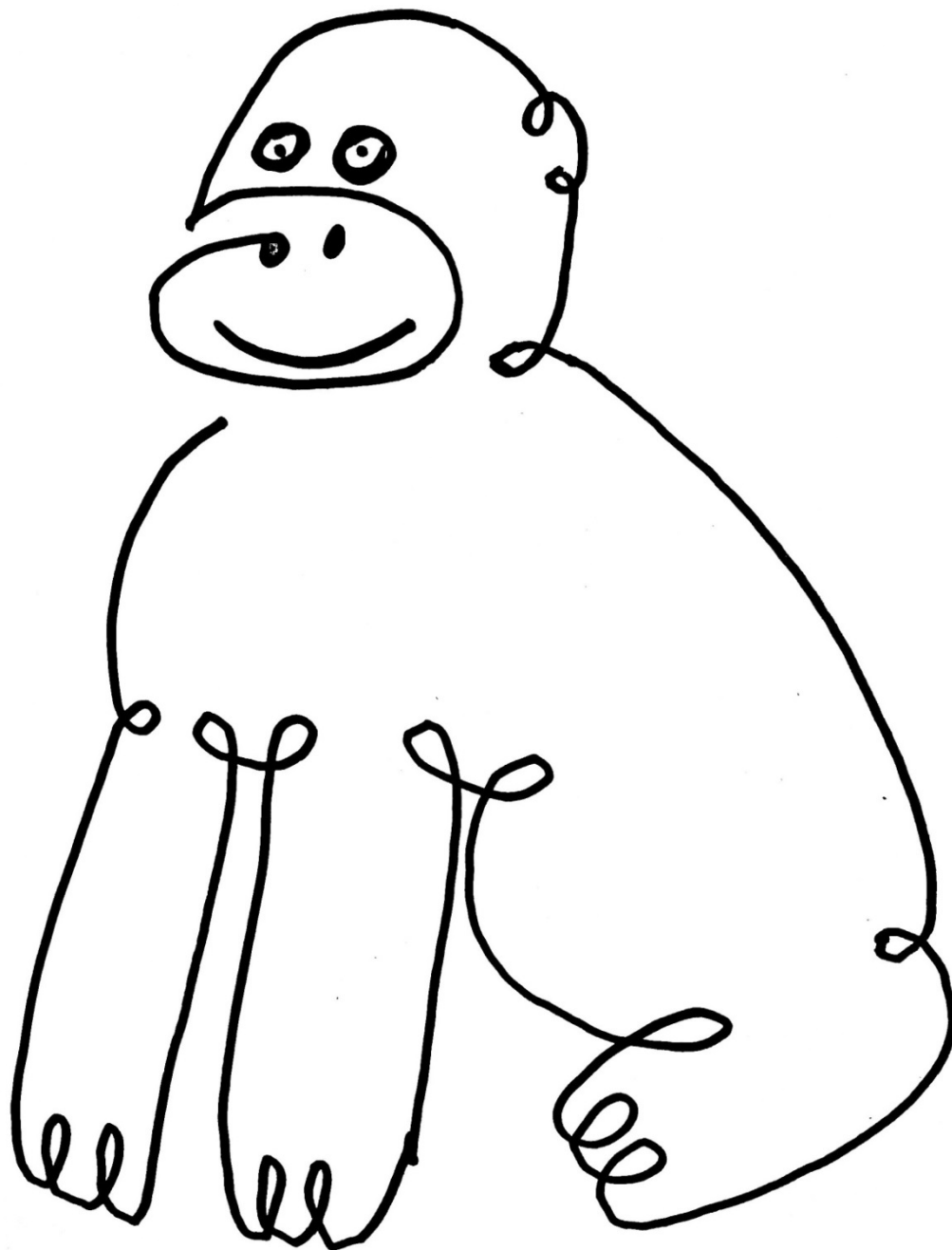
Příloha č. 21 Dinosaurus



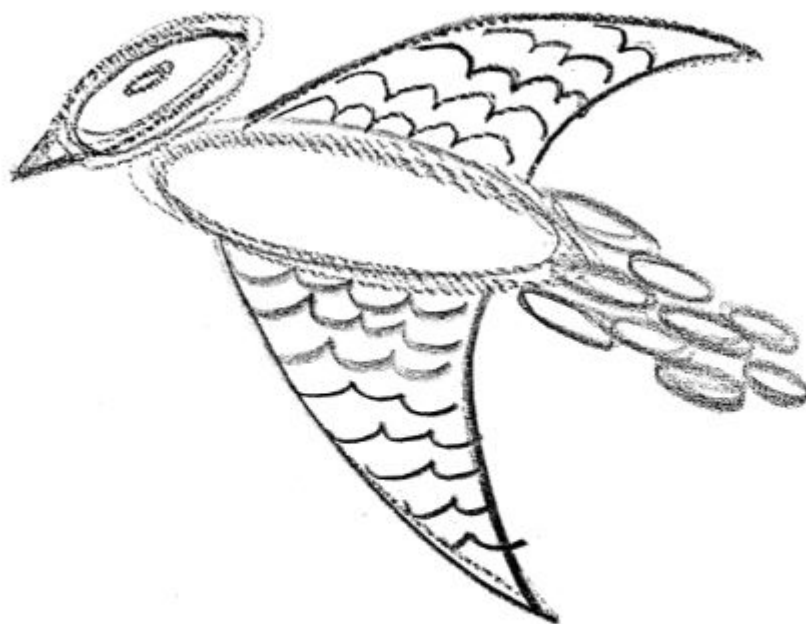
Příloha č. 22 Globus



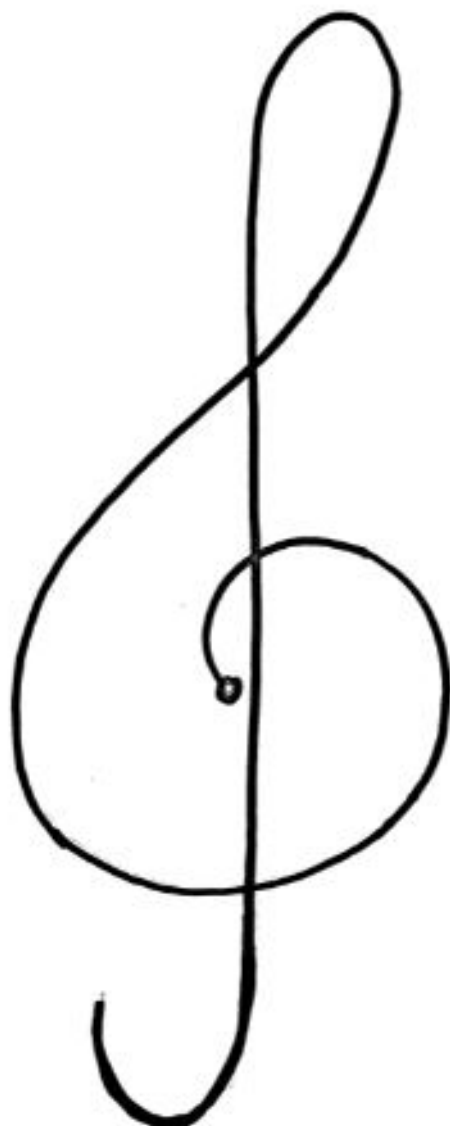
Příloha č. 23 Gorila



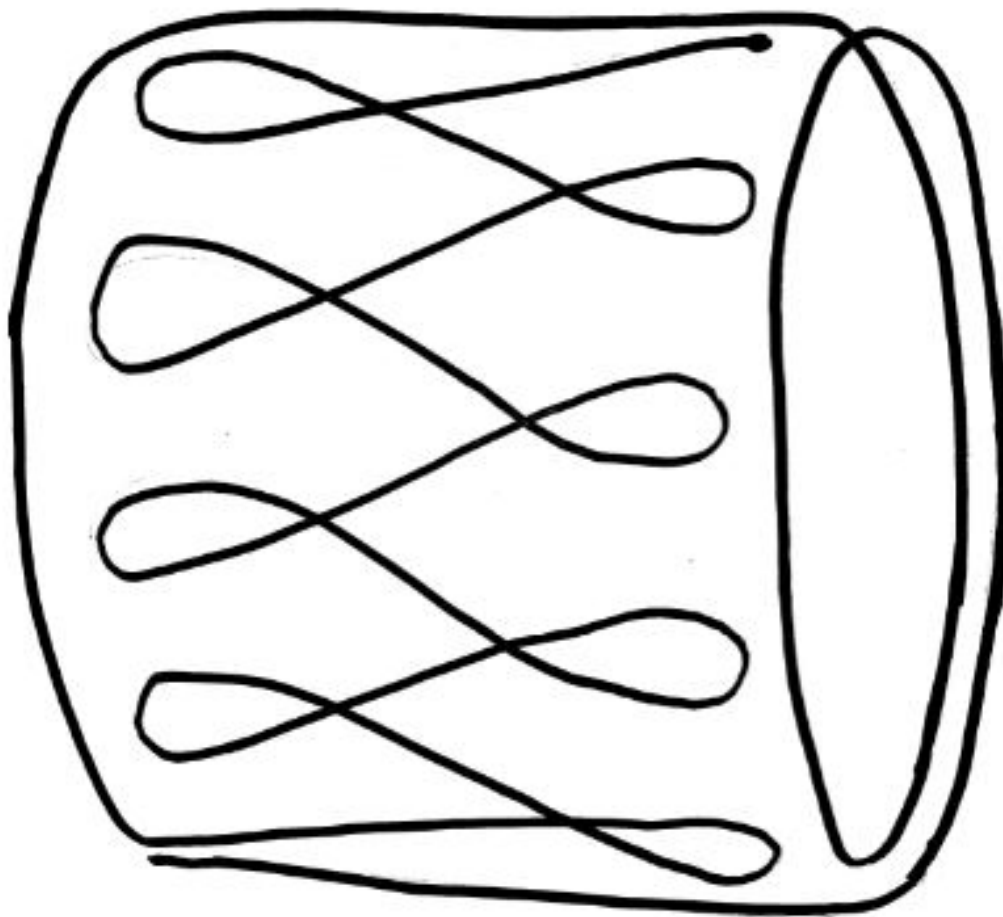
Příloha č. 24 Ptáček



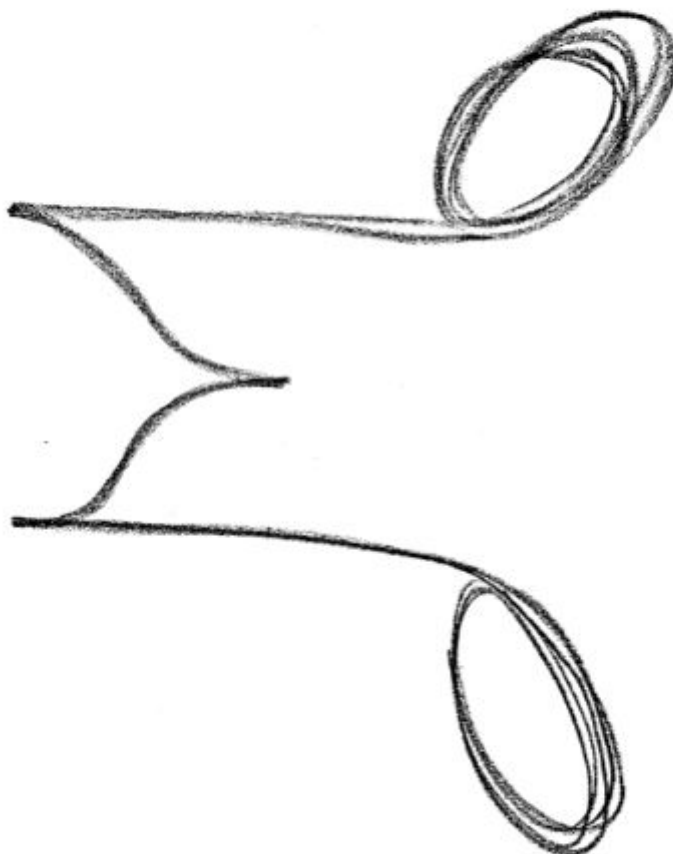
**Příloha č. 25 Houslový klíč**



Příloha č. 26 Buben

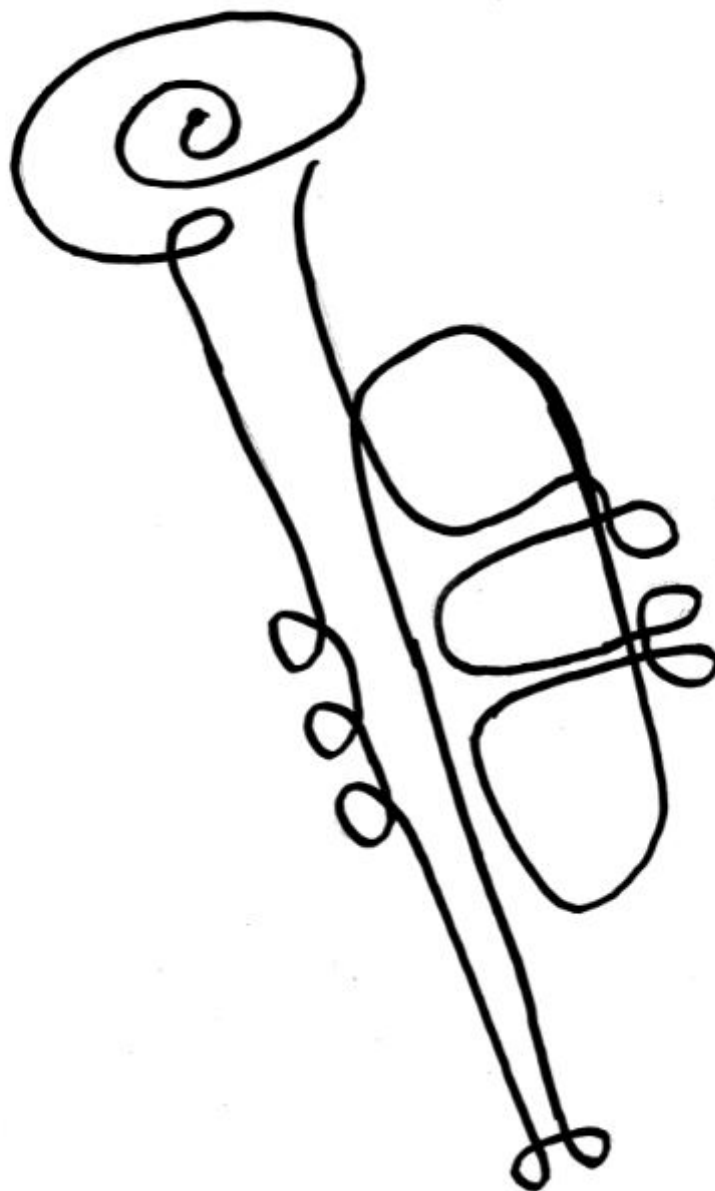


**Příloha č. 27 Noty**

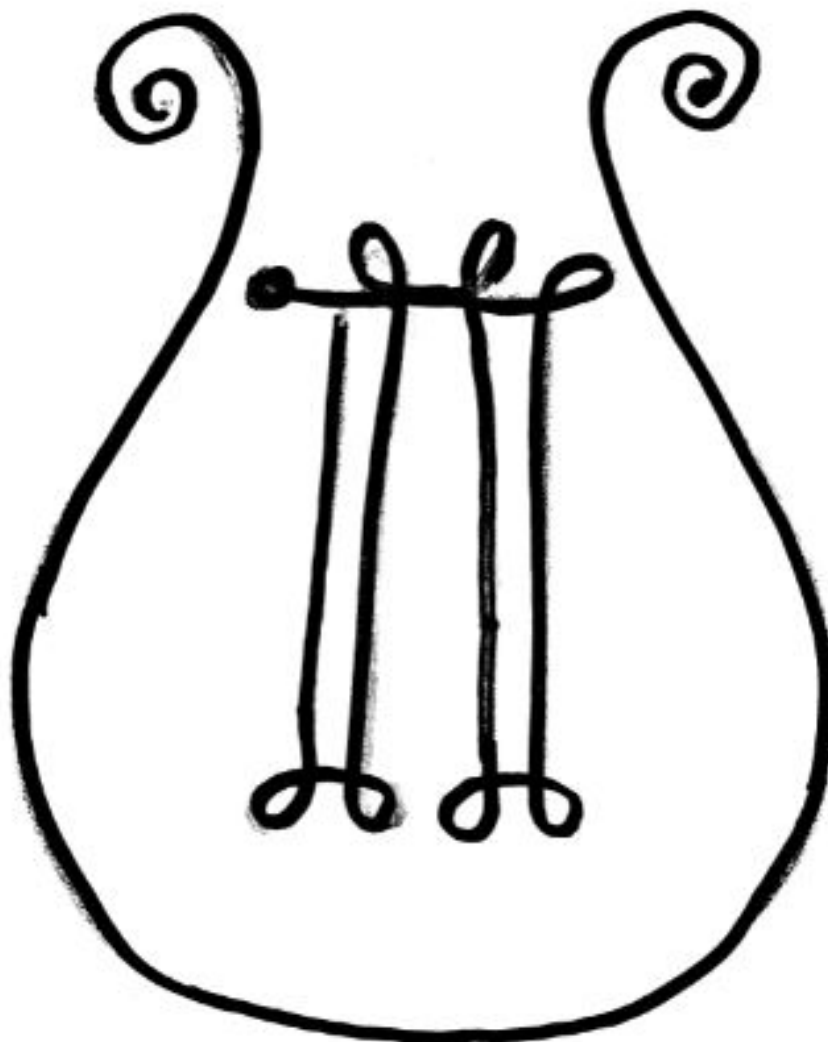




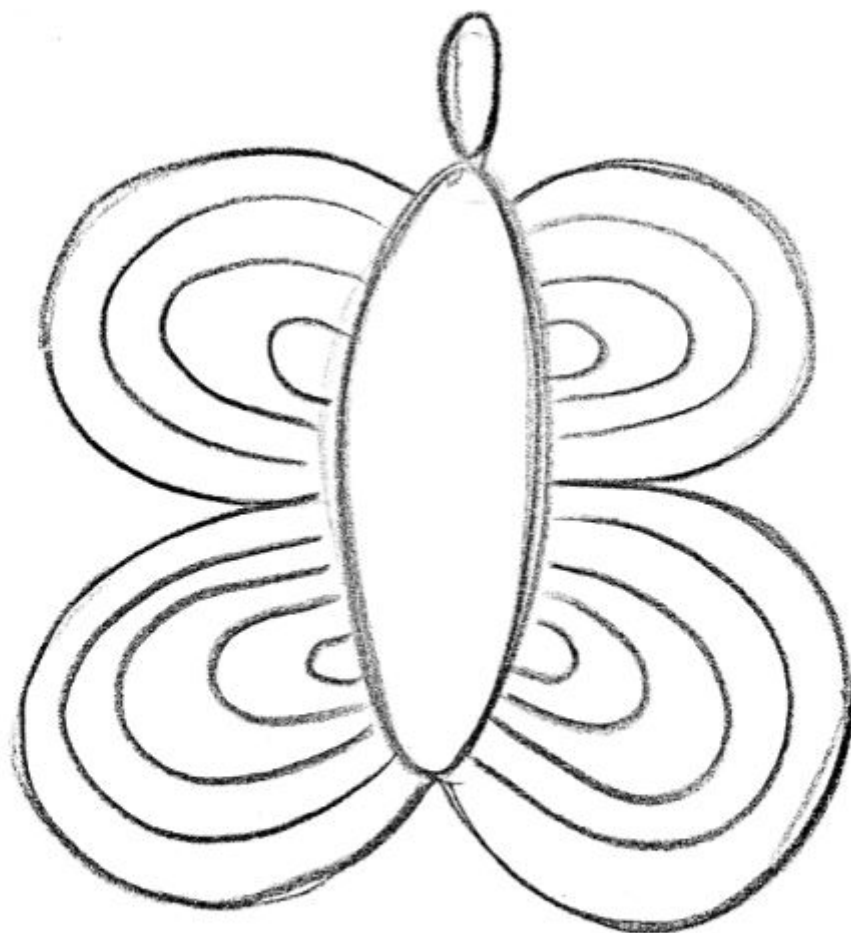
Příloha č. 28 Trubka



Příloha č. 29 Malá harfa



Příloha č. 30 Motýl



## **Příloha č. 31 Dotazník**

### **1. Pohlaví respondenta**

- Žena
- Muž

### **2. Věk respondenta**

- Méně než 25 let
- 26 – 35 let
- 36 – 45 let
- 46 – 55 let
- 56 – 65 let
- 66 a více let

### **3. Nejvyšší dosažení vzdělání respondenta**

- Střední odborné vzdělání s maturitou
- Vyšší odborné vzdělání
- Vysokoškolské vzdělání

### **4. Ročník, v němž respondenti momentálně vyučují**

- 1. ročník
- 2. ročník
- 3. ročník
- 4. ročník
- 5. ročník

### **5. Užití grafomotorických cviků**

- Ano
- Ne
- Občas

### **6. Četnost užívání grafomotorických cviků**

- Denně
- Obden
- 1x týdně
- 1x měsíčně
- Nezařazují pravidelně

### **7. Zdroje grafomotorických listů**

- Od kolegů/kolegyň
- Z internetu
- Z knih a publikací
- Tvořím si je sám/sama
- Různě

### **8. Nalezení vhodného grafomotorického cviku**

- Ano
- Ne

**9. Počet dětí ve třídě s grafomotorickými obtížemi včetně špatného úchopu psacích potřeb**

- 0
- 1 – 3
- 4 – 6
- 7 – 10
- 11 a více

**10. Zařazení grafomotorických cviků v rámci mezipředmětových vztahů**

- Ano
- Ne

**11. Využívání grafomotorických cviků a jejich vliv na grafomotorické rozvíjení dítěte**

- Ano
- Ne
- Částečně

**12. Do jaké míry je využíváno grafomotorických cviků při velkém rozsahu učiva**

- Ano
- Ne
- Částečně

**13. Možnost reedukovat špatně vyvozený tvar a sklon písma za pomoci grafomotorických cviků**

- Ano
- Ne
- Částečně