

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

KATEDRA NĚMECKÉHO JAZYKA

**GRAFOMOTORICKÉ obtíže žáků v první
třídě ZŠ a možnosti jejich nápravy**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Petra Mašková

UČITELSTVÍ PRO 1. STUPEŇ ZŠ

Vedoucí práce: PhDr. Jarmila Wagnerová, CSc.

Plzeň, 2013

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

V Plzni, 20. června 2013

.....
vlastnoruční podpis

Poděkování

Děkuji PhDr. Jarmile Wagnerové, CSc. za odborné vedení, podněty a připomínky při zpracování diplomové práce. Mé poděkování patří také Mgr. Evě Rothové a Mgr. Radce Valachové za umožnění práce s žáky navštěvující jejich třídy a za poskytnuté materiály a informace při zpracování praktické části této práce.

Zároveň bych chtěla poděkovat svému manželovi za trpělivost a soustavnou podporu při vypracovávání mé práce.

OBSAH

Úvod.....	6
1 Teoretická část	
1.1 Význam výuky psaní.....	8
1.2 Psychologické a pedagogické aspekty psaní.....	8
1.3 Předpoklady pro psaní a jejich rozvoj při přípravě na psaní.....	10
2 Pohybový a motorický vývoj	
2.1 Hrubá motorika.....	12
2.2 Jemná motorika.....	13
2.3 Vývoj grafomotoriky.....	13
2.4 Současné možnosti nápravy grafomotorických obtíží.....	16
3 Proces výuky psaní	
3.1 Kvalitativní a kvantitativní znaky písma.....	18
3.2 Tvarové prvky písmen.....	20
3.3 Hygienické a pracovní návyky při psaní.....	25
3.4 Metodický postup při nácviu psaní.....	32
4 Praktická část	
4.1 Metodologie a cíle práce.....	42
4.2 Charakteristika místa šetření	43
4.3 Charakteristika zkoumaného vzorku (kazuistiky).....	44
4.4 Analýza Röszerova testu a uvolňovacích cviků	49

4.4.1 Analýza práce žáků s pracovními listy	54
4.5 Zhodnocení výsledků a návrhy pro praxi	64
Závěr	66
Resumé	68
Summary	68
Seznam použité literatury	69
Seznam příloh	70

Motto : „I ta nejsnadnější věc se ti bude zdát obtížnou,

budeš-li ji dělat nerad.“

Publius Terentius Afer

Úvod

Kvalita osvojení dovednosti psaní ovlivňuje úspěšnost žáka při dalším vzdělávání a to ve všech vyučovacích předmětech. Pro vypracování své diplomové práce jsem si zvolila téma grafomotorických obtíží žáků prvních ročníků ZŠ a možnosti jejich nápravy. Výběr byl ovlivněn grafomotorickými obtížemi mého syna, který si ještě dnes jako osmnáctiletý odmítá psát poznámky z výuky. V první třídě ZŠ nedošlo k volbě vhodného metodického postupu, který by zajistil nápravu těchto obtíží. Psaní se pro syna stalo nepřítelem a dodnes ho děsí nutnost napsat i krátký text. Tato skutečnost u něj vede k některým školním neúspěchům. Není schopen vypracovat slohovou práci nebo si při výuce zapisovat poznámky do sešitu, ze kterých by se mohl následně připravovat na další vyučovací hodiny. Při psaní vynakládá nepřiměřeně vysoké úsilí, z čehož pramení jeho nenávist k této grafomotorické činnosti.

Vzhledem k osobní negativní zkušenosti jsem se utvrdila v nutnosti přizpůsobit výuku psaní individuálním potřebám žáků. Pro učitelku na prvním stupni ZŠ je jedním z nejdůležitějších úkolů osvojit si ucelenou metodiku rozvoje grafomotoriky a prvopočátečního psaní, diagnostické a nápravné postupy. Je potřeba vždy žákům poskytnout dostatek činností a námětů pro rozvoj grafomotoriky a pro utváření dovednosti psaní vzhledem k jejich individuálním potřebám.

Jsem učitelkou na prvním stupni ZŠ a pociťuji zodpovědnost za úspěšné osvojení dovednosti psaní na nejvyšší možnou úroveň u svých žáků s ohledem na jejich individualitu a bez sebemenšího pošramocení dětské osobnosti. Velká důležitost procesu osvojování dovednosti čtení a psaní je dána úzkou souvislostí s rozvojem myšlení a řeči u dětí. Nezapomínám na trpělivost a vnímavost vůči dětem. Mým úkolem je hledat takové postupy a prostředky, abych výuku učinila pro děti co nejsnadnější a zároveň nejefektivnější, a aby ve škole co nejčastěji prožívaly pocit radosti a uspokojení ze své vlastní činnosti.

První část práce je teoretická a tvoří ji tři kapitoly. První kapitola se zabývá významem výuky čtení a psaní, psychologickými a pedagogickými aspekty psaní, předpoklady pro psaní a jejich rozvojem při přípravě na grafickou činnost. Ve druhé kapitole je charakterizována hrubá motorika, jemná motorika, grafomotorika a možnosti jejího rozvoje. Zamýšlí se nad grafomotorickými obtížemi, jejich příčinami a možnostmi jejich nápravy. Nejčastějším důvodem obtíží bývá chybné držení psacího náčiní nebo nedostatečné uvolnění svalových skupin, které se podílejí na psaní. Třetí kapitola je věnována vlastnímu procesu výuky psaní. Zdůrazněna je čitelnost a úhlednost písma. Na rychlost grafického projevu se zaměřuje až ve vyšších ročnících. Podrobněji jsou popsány kvalitativní i kvantitativní znaky písma, tvarové prvky grafémů, hygienické a pracovní návyky při psaní. Není opomenut metodický postup při nácviu grafického projevu. Poslední kapitola je vlastní empirickou částí diplomové práce. Z výzkumných technik jsem použila I. a II. Röszyerův prognostický test grafomotorické připravenosti, přímé pozorování, analýzu pracovních listů žáků a volný rozhovor s žáky i učiteli. Cílem poslední kapitoly je sledovat vývoj úrovně v oblasti grafomotoriky u vybraných žáků a provést analýzu pracovních listů těchto dětí. Zjišťuje se, jak realizace uvolňovacích cviků ovlivňuje připravenost ruky na psaní. V závěru práce je uvedeno hodnocení zjištěných výsledků a seznámení s návrhy pro praxi.

Motto : „Nejvýznamnějšími projevy lásky ve výchově jsou

– přiměřené požadavky, trpělivost a dobrý vzor.“

Peseschkian Nossrat

1 Teoretická část

1.1 Význam výuky psaní

Jazyk jako znakový systém vyjadřuje naše myšlenky a umožňuje dorozumívání mezi lidmi. Abychom mohli myšlenky uchovávat, rozvíjet a předávat dalším generacím, potřebujeme písmo - soustavu grafických znaků. Každý znak odpovídá určitému prvku řeči. Pojem písmo také označuje výsledek činnosti psaní. Prvním projevem psaní dítěte je „čmárání“. Nelze rozeznat, co je výsledkem této činnosti. Důležité je, že dítě prožívá radost a uspokojení při svém počínání, protože k aktivitám, které děti prožívají radostně, se také často a rády vrací. Z této skutečnosti by měla pramenit každá příprava pedagoga primární školy na vyučování.

Důležitým a z psychologického hlediska velmi náročným mezníkem ve vývoji je pro dítě vstup do první třídy základní školy. Mění se jeho sociální role, je již žákem, který nese zodpovědnost za plnění školních povinností. Hlavním cílem výuky v první třídě je osvojení si základů gramotnosti. Osvojení dovednosti čtení a psaní je jedním z měřítek vzdělanosti ve společnosti. Pokud si žák kvalitně neosvojí čtení a psaní, můžeme předpokládat výukové obtíže v dalším vzdělávání. Nedostatečné osvojení dovedností čtení a psaní má bezprostřední vliv na rozvoj slovní zásoby a rozvoj myšlení žáka. Tato nedostatečnost se promítá napříč výukou ve všech předmětech. Osvojování základů gramotnosti je věnována velká pozornost z řad odborníků. (Spáčilová H., Šubová L., 2004)

1.2 Psychologické a pedagogické aspekty psaní

a) Psychologické základy psaní

Psaní je sdělovací proces, jehož obsahem je myšlenka. Tato senzomotorická činnost je

ovlivněna endogenními činiteli (kvalitou poznávacích funkcí – vnímáním, představami, pozorností, pamětí, myšlením), kvalitou smyslů - sluchu, zraku a řeči a exogenními činiteli (rodinným prostředím a způsobem výuky ve škole).

J. Doležalová (2010, s.4) uvádí, že pro „psaní je nutná souhra těchto základních mozkových funkcí a motoriky:

- *analyticko-syntetické činnosti sluchové a zrakové*
- *diferenční činnosti akustické a vizuální (sluchové rozlišování hlásek a slabik, zrakové rozlišování tvarů)*
- *orientace prostorové a časové*
- *zrakové a sluchové paměti*
- *smyslu pro rytmus*
- *schopnosti slučovat jednotlivé složky*
- *myšlení*
- *grafomotorické a optické činnosti jedince (senzomotorické koordinace)“¹*

b) Pedagogické a psychologické aspekty nácviu psaní

Je obtížné určit, ve kterém roce života by děti měly začít s nácvikem psaní, protože každé dítě se nachází na jiném stupni rozvoje ve funkcích podílejících se na činnosti psaní. Příprava na psaní probíhá již v mateřských školách v posledním roce před vstupem do školy. U nás vlastní nácvik psaní začíná nástupem do první třídy v šesti letech. Vlastnímu nácvik psaní předchází přípravné dvouměsíční období. Některé děti nejsou na činnost psaní dostatečně zralé. Proto zjišťování předpokladů ke grafomotorické činnosti je součástí testů školní zralosti. Dnes učitel může měnit učební plán snížením obsahu učiva nebo zařazením uvolňovacích grafomotorických cvičení, popřípadě zvolněním pracovního tempa. Respektuje také věkové zvláštnosti žáků.

¹ Viz strana 13

V šesti letech není u dítěte dokončena osifikace kostí zápěstí a drobné svaly ruky nejsou ještě dostatečně zpevněné. Ruku zaměstnáváme jen krátkodobě.

Grafomotoriku² rozvíjíme postupně od jednodušších cviků ke složitějším, od kratších cvičení k delším. Každý žák si osvojí dovednost psaní za různě dlouhý časový úsek. Některým dětem je nutné poskytnout více času a jiné výukové metody, abychom jim utváření této dovednosti co nejvíce usnadnili. Psaní je pro dítě v první třídě ZŠ velmi náročná grafomotorická činnost, která ho výrazně vyčerpává. Vykonáváme ji v krátkých časových úsecích a střídáme ji s odpočinkem. Zařazujeme rozličná cvičení pro rozvoj dovednosti psaní a střídáme je s různými pohybovými hrami pro rozvoj svalové a senzomotorické orientace a pro uvolnění celého organismu.

Pro úspěšné zvládnutí nácvičku psaní je důležitá motivace, která by měla probíhat po celou vyučovací hodinu. Žáka průběžně povzbuzujeme a pozitivně hodnotíme, abychom uspokojili jeho potřebu být uznáván a být úspěšný. Tím podporujeme jeho sebevědomí a snahu o co nejlepší výkon. (Doležalová J., 2010)

1.3 Předpoklady pro psaní a jejich rozvoj při přípravě na psaní

Jak uvádí H. Spáčilová a L. Šubová (2004), nutností pro osvojení psaní je sladění úrovně některých psychických a motorických dovedností. Jde o úroveň rozvoje jemné motoriky a grafomotoriky, úroveň rozvoje funkcí v oblasti sluchového vnímání, zrakového vnímání, orientace v prostoru, v oblasti vnímání schématu těla, funkce intermodality³ a seriality⁴.

Dílní funkce v oblasti zraku :

1) Zraková diferenciacce tvarů – schopnost rozlišení rozdílných tvarů, nalezení stejných tvarů, rozlišení tvarů v ose nahoře nebo dole a tvarů zrcadlových. Pokud žák v této funkci selhává, objevují se potíže při psaní.

² Podle slovníku cizích slov je grafomotorika chápána jako úroveň pohybové (motorické) způsobilosti pro grafický výraz, psaní, kreslení, rýsování.

³ Viz strana 12

⁴ Viz strana 12

2) Zraková pozornost – schopnost rozlišit figuru a pozadí. Žák je schopen vydělit část z celku a současně vnímat celostně.

3) Zraková analýza a syntéza – schopnost rozložit a spojit tvary a celky.

4) Zraková paměť – schopnost postřehnout a zapamatovat si více zrakových vjemů. Při poruše této funkce dochází k obtížnému zapamatování písmen a číslic a jejich vynechávání při psaní.

Dílčí funkce v oblasti sluchu:

1) Sluchová analýza a syntéza – schopnost syntézy se uplatňuje především při čtení, kdy žák musí složit slovo z jednotlivých hlásek a schopnost analýzy při psaní, kdy žák musí rozlišit sluchem jednotlivá slova a rozložit je na hlásky.

2) Sluchová diferenciacie – dovednost rozlišování, jejím předpokladem je sluchová pozornost.

3) Sluchová pozornost – schopnost naslouchání, jde o činnosti poznávání předmětů podle zvuku, rozlišování různých zvuků, určování délky zvuku, určování intenzity zvuku, poznávání písní podle melodie apod. Postupně dítě rozlišuje jednotlivé hlásky, určuje první a poslední hlásku ve slově, rozlišuje tvrdé a měkké slabiky a jejich délku.

4) Sluchová paměť – schopnost zapamatovat si obsah a formu slyšeného.

Orientace v prostoru:

Projevuje se především při psaní, kdy žák musí zvládnout dodržovat tvar a velikost písmen, správně si rozvrhnout umístění písma na stránce. Tato funkce rozvíjí matematickou představivost.

Vnímání vlastního těla:

Žák si uvědomuje rozložení svého těla, koordinuje pohyby a tím rozvíjí hrubou motoriku. Pro psaní je důležitý především rozvoj jemné motoriky, vysoká míra přesnosti a koordinace pohybů velkého počtu svalů.

Vizuomotorická koordinace:

Koordinace ruky a oka za pomoci vyšších struktur neuropsychických mechanismů, která je nezbytná při psaní.

Intermodalita:

Znamená schopnost spojovat obsahy z jedné smyslové oblasti s obsahy jiné smyslové oblasti; například spojení předmětu s jeho názvem, spojovat název písmene s jeho grafickým znakem. Když tato funkce dobře funguje, teprve poté je žák schopen naučit se číst a psát. Až když se tyto spoje zautomatizují, může se dítě soustředit na vnímání obsahu čteného nebo psaného. Pokud nedojde k automatickému vytváření spojů, žákovi unikají souvislosti.

Serialita:

„Označuje skutečnost, že jednotlivé situace a činnosti probíhají v řadě za sebou. Žák musí pochopit posloupnost při čtení a psaní. Při selhávání této funkce, žák přehazuje, vynechává nebo vkládá písmena.“ (Spáčilová H., Šubová L., 2004, s. 8)

Jedním z nejnáročnějších a zároveň nejdůležitějších úkolů primární školy je naučit žáky číst a psát. Když si uvědomíme, kolik funkcí z různých oblastí a na různých úrovních se podílí na osvojování dovedností čtení a psaní, je zřejmé, jaké obrovské nároky jsou na děti kladeny. Učitel musí umět přesně určit, která z těchto funkcí je u žáka deficitní, aby ji mohl vhodně rozvíjet odpovídajícími cvičeními.

2 Pohybový a motorický vývoj dítěte

2.1 Hrubá motorika

Než začneme psát, musíme uvolnit ramenní kloub, aby pohyb nebyl křečovitý. Při nedostatečném uvolnění dítě příliš tlačí na tužku, písmo je kostrbaté a ruka se brzy unaví. Procvičujeme také svaly na krku a trupu. Je možné udělat přestávku během psaní a zařadit uvolňovací cvičení. Pro uvolnění paží provádíme kroužení, mávání (let ptáka, plavání kraulem, apod.), střídavé upažení a vzpažení, kroužíme předloktím (navíjení klubíčka). Procvičujeme dlaně máváním, kýváním, kroužením, tlačení dlaní proti

sobě, zavíráním dlaní v pěst a jejich otevírání, střídavě udeříme dlaní a pěsti o podložku. Správné sezení při psaní zajišťují svaly trupu a dolních končetin. Když žák sedí v lavici nesprávně, jeho hrudní koš se přibližuje k pánvi. Zmenšuje se prostor v hrudníku a v břiše, a tím je negativně ovlivněna činnost břišních a hrudních orgánů. Zároveň dochází ke zkracování předních břišních svalů. Dochází k přetížení určitých orgánů, což způsobuje vyšší únavu až bolest. Důležité je správné postavení chodidel a vzpřímené držení trupu, protože ovlivňují zatížení kloubů nohou, kolen a kyčlí. Kolena by měla být mírně od sebe a stehna s bérce a chodidly jsou v rovnoběžné poloze. (Zelinková O., 2003)

2.2 Jemná motorika

Předpokladem úhledného psaní je dostatečně uvolněná a lehká ruka. Žák by měl být schopen ovládat pohyby paže, zápěstí, zápěstí a jemné pohyby prstů. Jemnou motoriku rozvíjíme ve škole především při jednotlivých výchovách. Vhodné je například modelování, navlékání korálků, omalovávání, vyšívání, vytrhávání z papíru, šroubování, skládání mozaiky apod. Při cvičení pro rozvíjení jemné motoriky ruky je třeba vytvářet a upevňovat správné hygienické a pracovní návyky.

Před psáním a v průběhu psaní jsou vhodné pohyby prstů: vzájemné dotýkání prstů obou rukou, dotýkání palce s ostatními prsty, oddalování a přibližování prstů, mávání a kroužení prstů, žák představuje hru na klavír, doteky špiček prstů, atd. K procvičování pohybové paměti žáci opakují cviky i jejich spojování předvedené učitelem, sledují uvolňovací cviky a následně je samostatně zacvičí.

2.3 Vývoj grafomotoriky

Grafomotorika označuje soubor psychomotorických činností, které jsou vykonávány při psaní a kreslení. Když dítě píše nebo kreslí, musí jemné pohyby ruky koordinovat okem. Při vývoji grafomotoriky se postupně tato souhra ruky a oka zpřesňuje. Předpokladem pro osvojení dovednosti psaní je grafomotorika na určitém stupni rozvoje, která žákovi umožní špetkový úchop psacího náčiní.

Grafomotorický vývoj :

1 – 2 roky: Dítě drží tužku křečovitě v dlani a pohyb vychází z ramene. Tužku uchopuje střídavě oběma rukama.

2 – 3 roky: Dítě už uchopuje tužku třemi prsty, někdy ji podpírá čtvrtým prstem. Kreslí svislé a vodorovné čáry, dokáže obkreslit kruh.

3 – 4 roky: Dítě kreslí postavu jako hlavonožce, kreslí kruh, čtverec a trojúhelník, ale neumí je ještě pojmenovat.

4 – 5 let: Dítě kreslí postavu s trupem a končetinami, vybarvuje, kombinuje různé tvary a barvy.

5 – 6 let: Dítě kreslí postavu se všemi jejími částmi a s detaily. Kreslí geometrické tvary a písmena. Umí napsat velká tiskací písmena ve svém křestním jméně.⁵

Fyziologický vývoj úchopů u dětí

2 – 4 měsíce: Dítě náhodně uchopuje předmět.

4 – 6 měsíců: Dítě uchopuje celou dlaní - dlaňový úchop.

11 – 13 měsíců: Dítě uchopuje ukazováčkem a palcem – klíšťkový úchop.

16 – 18 měsíců: Dítě náhodně kreslí, uchopuje dlaní palcem nahoru nebo dolů.

18 – 24 měsíců: První koordinované pohyby, kdy se dítě snaží záměrně zanechat stopu.

2 – 3 roky: Dítě již uchopuje tužku do prstů – hrstičkový úchop. Pohyby při kreslení jsou koordinovanější. Kreslí hranaté a kulaté tvary.

3 – 4,5 roku: Dítě kreslí souvisle. Zlepšuje se plynulost pohybů. Dítě vybarvuje a pojmenovává předměty. Objevují se první nesprávné úchopy. Při jejich fixaci dochází

k patologickému držení psacího náčiní.

⁵ Zdroj : SIMONIDESOVÁ, Martina. *Grafomotorický vývoj* (online). 2012-07-02 - (cit. 2013-06-10). Dostupné z: <<http://www.grafomotorika.eu/grafomotorika/>>

Dítě kreslí hlavonožce, dokáže spojením dvou bodů vytvořit kříž. Dítě umí pojmenovat svoji kresbu. Začíná se utvářet špetkový úchop, který je součástí školní zralosti dítěte. Měl by být utvořen nejpozději v pěti letech. Po jeho správném utvoření se může začít fixovat.

5 – 7 let: Dítě kreslí postavu s trupem, končetinami a detaily. Je schopné vyhovět podmínkám školy na rychlost a kvalitu písemného projevu. Špetkový úchop je před začátkem školní docházky už fixován.

7 – 8 let: Dítě již píše plynule a jeho písemný projev se individualizuje.⁶

Úroveň grafomotoriky je velkou měrou ovlivněna úrovní vývoje hrubé a jemné motoriky dítěte. Hrubá motorika umožňuje pohyby vykonávané velkými svalovými skupinami jako je například chůze nebo běh. Do hodin zařazujeme vhodné uvolňovací a relaxační cvičení pro rozvoj celkové pohyblivosti dítěte. Rozvoj jemné motoriky závisí na úrovni rozvoje hrubé motoriky. Jemnou motoriku představují drobné pohyby ruky nebo obličeje. Tyto pohyby zajišťují malé svalové skupiny. Jemná motorika významně ovlivňuje rozvoj grafomotoriky.

Jemnou motoriku rozvíjíme například při sebeobslužných činnostech (zapínání knoflíků, zavazování tkaniček, apod.) nebo při manipulaci s drobnými předměty (vyrábění z přírodnin, navlékání korálek, vyšívání, šroubování matek, stavby ze stavebnic, napodobování solení nebo drobení, apod.), které vedou k uvolnění ruky a k celkové psychické relaxaci.

Preventivní opatření zahrnují rozvíjení hrubé a jemné motoriky, správné provádění uvolňovacích cviků, předcházení nesprávným návykům v držení psacího náčiní i předcházení fixaci nesprávných tvarů písmen. S nácvikem psaní můžeme začít až po dostatečné přípravě. (Zelinková O., 2003)

⁶Zdroj : SIMONIDESOVÁ, Martina. *Grafomotorický vývoj* (online). 2012-07-02 - (cit. 2013-06-10). Dostupné z: <<http://www.grafomotorika.eu/grafomotorika/>>

2.4 Současné možnosti nápravy grafomotorických obtíží

Při psaní je zapojeno velké množství svalových skupin. Pokud žák při psaní nedodrží správné držení těla, polohu dolních končetin, vzdálenost očí od sešitu a správné držení psacího náčiní, dochází k nadměrnému zatěžování zapojených svalových skupin. To vede k přetížení a poklesu aktivity celého organismu.

Při nápravě se zaměřujeme především na rozvoj oblastí, které se zapojují při psaní. Většina grafomotorických obtíží pramení z nedostatečně rozvinuté hrubé a jemné motoriky. Ruka nesmí být křečovitá. Nadměrné napětí svalů uvolňujeme vhodnými uvolňovacími cviky. Pro správné držení těla, správný úchop tužky a sladění všech pohybů potřebných pro psaní posilujeme určité svalové skupiny. Nejprve procvičujeme grafomotoriku na velké ploše. Například arch balicího papíru zavěsíme na stěnu, aby dítě mohlo kreslit nebo psát ve stoje. V této poloze je dítě vedeno k správnému špetkovému úchopu psacího náčiní. Pro rozvoj grafomotoriky jsou vhodné ruční práce (drobné práce v domácnosti, práce na zahradě, výroba korálků navlékáním, vlepování malých kousků papíru na určené místo, pletení pomlázek, pečení vánočního cukroví z těsta, vyrábění z přírodnin, vybarvování omalovánek, práce se stavebnicemi (Merkur, Lego), skládání origami, skládanky a vystřihovánky, skládání puzzle, vyšívání, přišívací knoflíků, pletení, háčkování, modelování ...

Předpokladem pro úspěšné osvojení psaní je hrubá motorika rozvinutá na určité úrovni. Hrubou motoriku rozvíjíme lezením po laně, chůzí po kladince, rovnovážnými pohyby – stoj na jedné noze, poskoky na jedné noze, chytáním a házením míče, přeskoky přes švihadlo, během, házením a chytáním míče. Musí být dostatečně rozvinutá jemná motorika nejen ruky, ale i jemných očních pohybů, důležitých pro dostatečný oční rozsah, aby žák mohl sledovat celá slova a věty, které píše. Pohybová paměť, koordinace mezi jednotlivými končetinami a senzomotorická koordinace jsou další podmínkou pro úspěšné osvojení dovednosti psaní. Motivujeme hravými činnostmi. Aktivita by měla dětem přinášet radost a uspokojení. Nezapomínáme na časté povzbuzování a pochvalu. Cviky provádíme v kratších intervalech a častěji. Protože drobné svaly ruky nejsou ještě dostatečně pevné, dítě nevydrží po delší dobu vykonávat přesné a plynulé pohyby. Individualita žáků se projevuje i v grafomotorických nedostacích. K jednotlivým žákům přistupujeme individuálně. Především vyzdvihujeme dítětem správně napsané tvary, než abychom upozorňovali na chyby.

Nedostatky se objevují v deformaci tvarů, v nedodržování velikosti písma, v přerušovaném tahu písma, v nerovnoměrném sklonu, v silném přítlaku na tužku, v nestejných mezerách mezi písmeny ve slově, ...Pokud se projevuje nedostatek nestejnoměrnosti výšky písmen, použijeme sešit s pomocnými linkami. Špatný sklon písma je často způsoben nesprávným tržením těla při psaní, nesprávným nastavením výšky lavice a židle, nesprávným nakloněním sešitu nebo nevhodně zvoleným psacím náčiním.

Děti, které mají obtíže při psaní, se snaží grafomotorickým činnostem vyhýbat. Jsou pro ně velmi namáhavé a vyvolávají u nich stres a negativní pocity. Požadavky na výkon těchto dětí by měly být zmírněny. Psaní slouží k zápisu myšlenek a informací, proto by mělo být písmo především čitelné, aby ho žák po sobě přečetl. Volbou vhodných výukových metod minimalizujeme u dítěte pocit stresu a úzkosti. Vytváříme přátelskou a láskyplnou atmosféru. Napětí negativně ovlivňuje svaly ruky a prstů, zároveň se snižuje kvalita písařského výkonu.

Cílem grafomotorických cvičení je uvolněná ruka v ramenním kloubu, loketním kloubu, uvolnění zápěstí a uvolnění prstů.

Uvolňování ramenního kloubu

Abychom uvolnili ramenní kloub, musí pohyby při cvičeních vycházet přímo z tohoto kloubu. Rameno by žák neměl zvedat, ani různě vybočovat. Děti napodobují mlýnské kolo – krouží celými pažemi, kreslí a píší ve stoje do vzduchu, hrají si na čápa – tleskají napnutýma rukama, představují větve stromů ve větru, plavou kraul, znak, prsa i motýlek, hrají si na dirigenta, přičemž opět „dirigují“ nataženými pažemi.

Uvolňování loketního kloubu

Pohyb musí vycházet z loketního kloubu. Žák již píše na vodorovnou plochu a formát psací plochy zmenšujeme na A3 až A4. Píšeme měkkou tužkou číslo jedna nebo pastelkou. Dbáme na správný úchop. Dítě při psaní nejprve stojí u stolku, poté pracuje vsedě. Jednotlivé tvary má dítě předkreslené. Nejdříve je obtahuje prstem ve vzduchu, potom prstem na papíře a nakonec tužkou. Žák tvar obkreslí vícekrát. Nakonec se kreslí daný tvar bez dopomoci. Vhodné je vymodelovat tvar z modelíny nebo modelovacího

drátku aby si dítě tvar dobře zapamatovalo. Činnost je doprovázena slovní instrukcí, žáci opakují jednotlivé kroky a zároveň je realizují.

Uvolňování zápěstí

Kroužíme zápěstím střídavě na obě strany. Napodobujeme mletí na mlýnku, mávání kapesníčkem, vyklepávání ubrusu, ovíjení vějířem, ouška zajíčka, mytí rukou, šroubování, zaostřování dalekohledu, navíjení klubíčka ...

Uvolňování prstů

Napodobujeme hru na klavír, na píšťalku, stříhání nůžkami, psaní na počítači, trhání borůvek, cukrování, solení, drobení, kroužíme jednotlivými prsty, ťukáme prsty o sebe ... (Jucovičová D., Žáčková H., 2008)

3 Proces výuky psaní

3.1 Základní znaky písma

Potřeba rychlosti vedla k vytvoření psacího písma z písma tiskacího. Tvary psacího písma jsou jednodušší a dají se od sebe dobře rozpoznat. Jednotlivé tahy se dají dobře spojovat a jsou úsporné. V první třídě se při nácvičku písma soustředíme především na jeho čitelnost a úhlednost. Na rychlost se zaměřujeme až v dalších ročnicích. (Hřebejková J., 1984)

Hana Spáčilová a Libuše Šubová (2004, s.17) uvádí, že „*správné psaní je přímo závislé na správné zřetelné výslovnosti. Těžiště výcviku psaní v prvním ročníku spočívá v osvojení písmen psací abecedy a v jejich spojování ve slova a krátké věty. Dobré zvládnutí dovednosti znamená, že písmo je hbité a úhledné. Všechny základní znaky písma jsou vymezeny tak, aby napomáhaly jeho čitelnosti, hbitosti a úhlednosti. V prvním ročníku sledujeme především čitelnost a úhlednost písma.*“

J. Hřebejková (1984) uvádí, že základními znaky písma jsou : tvar, velikost, úměrnost a stejnoměrnost velikosti písma, vazebnost (tj. jednotažnost a přípojnost), sklon písma, hustota a rytmizace, celková úprava a rychlost psaní.

Tvary písmen

Lépe se nacvičují štíhlejší tvary všech písmen. Nesmí být ale příliš štíhlé, protože velmi zúžená písmena se obtížněji píší a spojují a současně se zhoršuje se jejich čitelnost.

Velikost písma

Velikost písmen představuje jejich výšku. Průměrná střední výška grafémů u žáků v první třídě je pět milimetrů. Výška písma se snižuje současně se zkvalitňováním dovednosti psaní.

Úměrnost velikosti písma

Představuje výškový poměr mezi písmeny střední výšky a ostatními písmeny (s horní a dolní délkou a s dlouhými písmeny). Tento poměr je stanoven 1 : 1 : 1.

Stejnoměrnost velikosti písma

Jedná se o požadavek dodržovat stále stejnou velikost písmen, které patří do stejné výškové skupiny. Se stejnoměrností velikosti písma mají problémy především začátečníci. Je vhodné na začátku výcviku používat pomocnou linku.

Vazebnost písma (tj. jednotažnost a přípojnost písma)

Spočívá v psaní písmen a jejich spojování ve slova jedním tahem. Přerušování tahů je způsobeno nedostatečnou pohyblivostí prstů a svalů ruky, také závisí na schopnosti rychle si vybavit grafickou značku odpovídající dané hlásce nebo si uvědomit sled písmen ve slabikách a slovech. U začátečníků se tento požadavek setkává se specifickými potížemi. Žák napíše základní tvar písmene a hned poté dopíše diakritické znaménko. Při psaní slov má dítě nejprve napsat celé slovo a pak teprve doplnit diakritiku. Například žák má psát c, e, u místo č, é, ů. Dítě s nedostatečně uvolněnou rukou není schopné napsat delší slovo jednotažně.

Sklon písma

Jedná se o úhel, který svírá osa písmene s linkou. Ideální je úhel 75°. Pokud je úhel menší než 75°, hovoříme o písmu ležatém. Pokud je úhel písma větší než 75°, jde o písmo stojaté. Přijatelný je sklon písma od 60° do 90°. Nevhodný sklon písma je často

způsoben nevhodným psacím náčiním, nevhodným nastavením výšky lavice a stolu nebo nesprávným držením těla.

Hustota a rytmizace písma

Hustotou písma rozumíme, v jaké vzdálenosti od sebe píše žák jednotlivá písmena ve slově a jak velké mezery mezi slovy dělá. Vzdálenost písmen i slov by měla být neustále stejná. Rytmizace spočívá v celkové úhlednosti napsaného textu. Ruka pravidelně opakuje stejný pohyb (napíše písmeno, poté spojovací čáru současně s posunem ruky a opět další písmeno, atd.). Pokud tento pohyb není vždy stejný, písmo je neúhledné, neuspořádané.

Úprava písemností

Vedeme žáky, aby psali písmena nebo slova od samého začátku řádky a dopisovali až do samého konce řádku (pokud se tam nevejde celé slovo, napíší jen samostatná písmenka).

Rychlost psaní

Představuje kvantitativní znak písma. Vyjadřuje počet písmen napsaných zpravidla za jednu minutu. Hbité psaní není úkolem výcviku v prvním ročníku. Naproti tomu J. Hřebejková (1984, s.20) uvádí, „že žáky nenutíme k příliš pomalému psaní, tím by se zpomalovaly myšlenkové operace nutné k napsání slova, věty. Rozdíly mezi hbitostí myšlení a schopností myšlenku pohotově zaznamenat zhoršují kvalitu písma. Proto dbáme, aby žáci psali svým přirozeným tempem, a podle individuálních potřeb žákovu práci i rychlost psaní usměrňujeme.“

3.2 Tvarové prvky písmen

Písmena psací abecedy se skládají z jednotlivých tvarových prvků. Pokud chceme u dítěte rozvíjet grafomotoriku, musíme znát pořadí, v jakém se tvarové prvky vyvíjejí. Musíme volit pracovní listy s takovými grafickými prvky, které odpovídají momentální úrovni rozvoje grafomotoriky dítěte.

J. Bednářová a V. Šmardová (2006, s.62) dělí grafické prvky do čtyř skupin, přičemž každá skupina odpovídá určitému věkovému období. Autorky uvádějí, že dostatečné „setrvání u prvků vývojově nižších, jejich zacvičení a zautomatizování, usnadňuje zvládnutí prvků následných.“ Žák by měl pracovat přiměřeným tempem. Měli bychom mu dopřát dostatek času pro dostatečné zafixování základního tvaru. Pokud budeme na dítě spěchat a zautomatizování základního tvaru nebude dostatečné, nácvik složitějšího tvaru bude pro žáka velmi obtížný. Při činnosti dítěti napomáháme slovní instrukcí nebo mu do pomocných linek dokreslíme tečky do míst, kudy má vést linie grafického prvku.

Jednotlivé tvary mají různý stupeň obtížnosti. Obtížnost prvků zvyšuje:

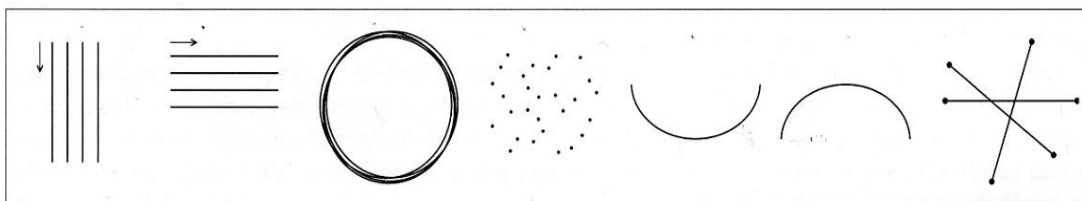
- „zmenšení velikosti
- zvýšení hustoty čar
- snižování podpůrných technik
- střídání velikosti a střídání tvaru
- požadavek na přesnost provedení“ (Bednářová J., Šmardová V., 2006, s. 63)

Skupiny grafických prvků

1. skupina grafických prvků

Je charakteristická pro věk od tří do čtyř a půl roku. Nejjednodušší je svislá čára shora dolů. Pohyb je veden z ramenního kloubu a dítě kreslí celou rukou. Později se přidávají vodorovné čáry zleva doprava. Zároveň cvičíme koordinaci s okem ve směru, který je potřebný při psaní a čtení. Nakonec se čára spojí v kruh. Dítě v této fázi vývoje je již schopno nakreslit „hlavonožce“ (jednoduchou postavu). Dalším prvkem jsou tečky, kreslené zlehka uvolněnou rukou. Následuje jeden oblouk jedním tahem, který dítě zatím nedokáže spojit s dalšími oblouky. Jednodušší bývá dolní oblouk. Nakonec

zařadíme šikmé čáry, které jsou nejnáročnější. K jejich nácviku je vhodné využít spojení dvou stejných obrázků šikmou čarou. (Obr. č. 1)⁷



Obr. č. 1 – Základní prvky první skupiny

2. skupina grafických prvků

Je charakteristická pro děti ve věku od čtyř do pěti a půl roku. Prvky jsou náročnější na grafomotoriku a koordinaci pohybů. Nejnáročnější je udržení vzdálenosti mezi jednotlivými liniemi, která se postupně zvětšuje.

Při **spirále** se nesmí jednotlivé linie dotknout a vzdálenost mezi liniemi by měla být přibližně stejná. Největší obtíže činí střed spirály, proto ho můžeme předkreslit a žák pokračuje ve zvětšující se spirále. Děti motivujeme kresbou hlemýždě. Vhodné je předkreslit spirálu na velký arch papíru. Žák nejprve obtahuje prstem, poté tužkou. Buď může kreslit mezi jednotlivé čáry nebo obtahuje předkreslenou linii.

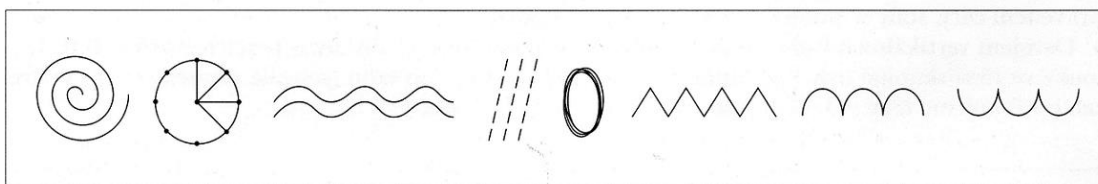
Nácvik **šikmé čáry** motivujeme kresbou slunce, kde čáry probíhají všemi směry. Při nácviku kreslíme linie od středu ven. Pokračujeme spojováním středu kruhu s body po jeho obvodu ve všech směrech. Dále má žák za úkol nakreslit, jak prší. Obtížné je udržet stejný sklon čar. Zpočátku můžeme pomocnými linkami naznačit směr deště. Udržení stejného sklonu čar je důležité pro správný sklon písma.

Při **vlnovce** se spojuje horní a dolní oblouk. Pokud nejsou tyto prvky zvládnuté, nemůžeme přejít k nácviku vlnovky. Nejprve nacvičujeme vlnité čáry, které se mohou překrývat a mohou být různě velké. Následně vyžadujeme stejnou vzdálenost mezi vlnovkami, které jsou zároveň stejně velké.

⁷ Zdroj: Bednářová J., Šmardová V., 2006, s.74

Při kresbě **elipsy** pohybujeme zápěstím. Tento pohyb patří k méně náročným, některé děti obtížně rozlišují kruh, spirálu a elipsu. Proto nácvik zařazujeme až do druhé skupiny prvků. Na velký formát papíru předkreslíme elipsu. Žák ji nejprve obtahuje prstem, poté tužkou. Nácvik motivujeme kresbou švestky nebo šišky. Postupně měníme polohu, ve které má být elipsa nakreslena.

Při nácviku **zubů** dochází ke změně směru čáry, aniž by se ruka zvedla. Dochází k přibrzdění pohybu. Při jeho nezvládnutí jsou špičky zubů zakulacené, nikoli špičaté. Změnu směru nacvičujeme napodobováním houpavého pohybu houpačky. Nejprve se obtahuje tvar prstem a tužkou. Důležité je, aby dítě při pozastavení nezvedlo tužku, ale pokračovalo v pohybu ve změněném směru. Je možné použít opěrných bodů ve tvaru zubů. Zde je nebezpečí, že na místě pomocného bodu žák nadzvedne ruku a nedojde ke změně směru během jednoho pohybu, ale pouze k napojení šikmých čar. Následuje obtahování klikaté čáry. Motivujeme žáka kresbou zubů u pily a zaměřujeme se na špičatost jednotlivých tvarových prvků. Po zvládnutí špiček usilujeme o stejnou velikost jednotlivých zubů. (Obr. č. 2)⁸



Obr. č. 2 – Základní prvky druhé skupiny

3. skupina prvků

Tato skupina je charakteristická pro děti ve věku od pěti do šesti a půl roku. Patří sem prvky stejně náročné na koordinaci a rozsah pohybu jako při samotném psaní.

Patří sem **horní smyčky**, při kterých už musí dítě zvládat křížení linií a udržet směr čáry. Nácvik začínáme na archu papíru s předkreslenými horními smyčkami. Dítě je obtahuje prstem, poté tužkou. Jsou předkresleny první smyčky, žák je tužkou obtáhne a pokračuje v dalších, aniž by zvedl tužku z papíru. Nejobtížnějším místem je uvědomit si

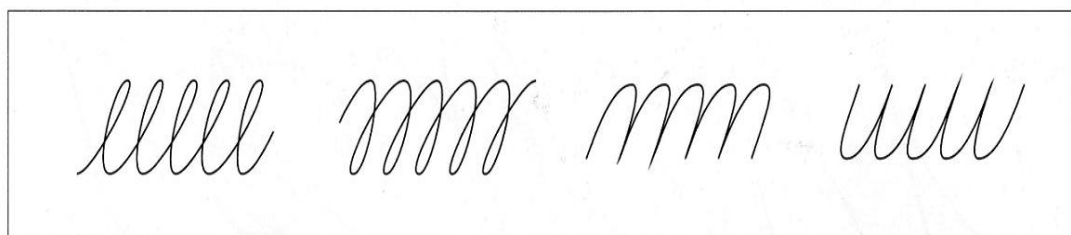
⁸ Zdroj: Bednářová J., Šmardová V., 2006, s.74

směr, když má dítě kličku zatočit. Vhodné je ve směru otočení postavit nějakou hračku. Žák dostane instrukci, že kličku otáčí k této hračce. Činnost doprovázíme slovní instrukcí.

Spodní smyčky jsou pro děti náročnější než horní. Postupujeme obdobně jako při nácvičku horního oblouku. Snažíme se o navození co nejplynulejšího pohybu vycházejícího z ramenního kloubu. Motivujeme kresbou komína, ze kterého se kouří.

Dalším prvkem jsou **arkády – horní oblouky s vratným tahem**. Pohyb doprovázíme výstižným slovním popisem, abychom dítěti činnost usnadnili. Při návratu dochází k obtažení části již nakreslené linie, což bývá nejobtížnějším místem a v určitém bodě dochází k odpojení. Začínáme obtahováním několika oblouků v řadě předkreslených na velký arch papíru.

Girlandy – spodní oblouky s vratným tahem. Postup nácvičku je stejný jako u předchozích arkád. Motivujeme kresbou tašek na střeše. (Obr. č. 3)⁹



Obr. č. 3 – Základní prvky třetí skupiny

4. skupina prvků

Skupinu tvoří prvky, které se již objevují v samotném písmu. Dítě se s nimi seznamuje formou různých her. Patří sem stoupající šikmá čára, srdcovka jako základ pro nácvičku písmene s, horní a dolní zátrh, horní a dolní klička, prvek písmene a, o. K nácvičku prvků čtvrté skupiny přistupujeme až tehdy, pokud má žák zvládnuté všechny tvarové prvky z předchozích skupin.

Mírně prohnutá stoupající šikmá čára se píše zespona nahoru. Tvoří první část

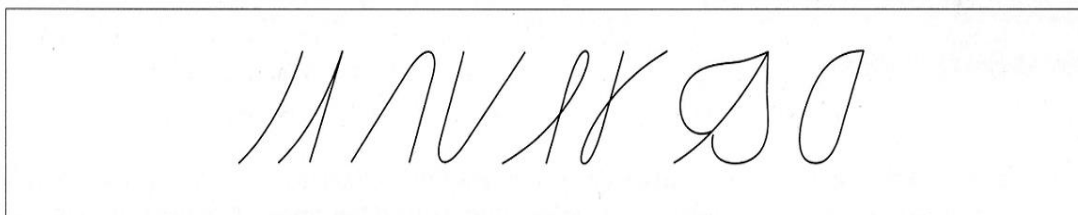
⁹Zdroj: Bednářová J., Šmardová V., 2006, s. 74

mnohých písmen. Pokud spojíme mírně prohnutou stoupající šikmou čáru s šikmou čarou, získáme **ostrý obrat**, který je součástí písmene i, j nebo p.

U **horního zátrhu**, který například píšeme u písmene m nebo n, některé děti obtížně udržují sklon. **Dolní zátrh** začíná šikmou čarou a nejdeme ho u mnoha písmen, například e, l, b. Stoupající šikmá čára, kličkový obrat a šikmá čára tvoří **horní kličku**. Najdeme ji u písmene e, l nebo k. Dolní klička je obsažena u písmen j, y nebo g.

Srdcovku můžeme motivovat kresbou listu lípy. Nejprve napíšeme mírně prohnutou šikmou čáru a napojíme ostrý obrat se srdcovkou.

Základem u **písmene a, o** je šikmý ovál, na který se připojuje vratným tahem dolní zátrh. Při nácviku žáka motivujeme kresbou myšky. Šikmý ovál začneme kreslit z místa, kde má myška čumáček. Tvary z první, druhé a třetí skupiny po jejich úplném zautomatizování můžeme později používat jako uvolňovací cviky před psaním. (Obr. č.4)¹⁰ (Bednářová, J., Šmardová, V., 2006)



Obr. č. 4 – Základní prvky čtvrté skupiny

3.3 Hygienické a pracovní návyky při psaní

Hygienické a pracovní návyky jsou důležitou podmínkou při procesu psaní. Pokud nejsou tyto návyky soustavně upevňovány, nemůžeme od dítěte očekávat kvalitní výkon v písmařském projevu, odpovídající jeho předpokladům.

Správné držení těla při psaní

Žák sedí na celém sedadle. Musí mít správnou výši židle, aby chodidla dosahovala

¹⁰ Zdroj: Bednářová J., Šmardová V., 2006, s.74

na zem. Páteř je narovnaná a ramena volná. Celé předloktí leží na psací desce. Stůl by měl být nastaven do takové výšky, aby předloktí opřené o psací desku svíralo pravý úhel. Papír je dále od těla natočený levým horním rohem doleva (u leváků doprava). Úhel sklonu ponecháme na dětech. Nezapomínáme na dostatek prostoru pro psaní. Hlava je vzpřímená. Velmi vhodné jsou nastavitelné stoly a židle. V takovéto poloze není dětské tělo nevhodně zatěžováno a předcházíme tím především skolióze páteře. Vzdálenost očí od pracovní plochy při psaní by měla být přibližně 30 cm, aby nedocházelo k přetěžování zraku. (Obr. č. 5)¹¹



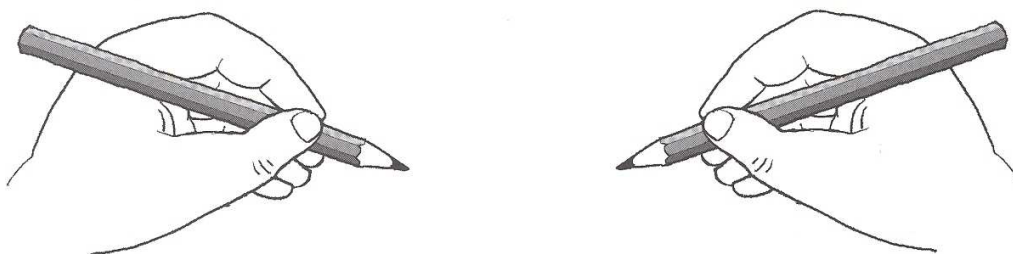
Obr. č. 5 - poloha vsedě-správné držení těla při kreslení a psaní

Korektní držení psacího náčiní

Pokud dítě drží psací náčiní správně, tužka se opírá o poslední článek prostředníku, nahore je přidržována mezi posledními články palce a ukazováku. Úchop je uvolněný, nesmí být křečovitý.

¹¹ Zdroj: Bednářová J., Šmardová V., 2006, s.49

Ukazovák není prohnutý, jen zlehka přidržuje tužku. Dbáme na přiměřenou vzdálenost prstů od hrotu (asi 2 až 3 cm). Prsteník a malík jsou volně pokrčeny a schovány v dlani. Ruka se při psaní opírá lehce o stůl posledními dvěma články malíku. Konec tužky směřuje mezi loket a rameno. Tento úchop se nazývá špetkový. Při jiném úchopu je ruka nadměrně zatěžována, což se negativně projeví v kvalitě i kvantitě (rychlosti) psaní. Nesprávnými úchopy jsou hrstičkový, špetkový se silným přitlakem na psací náčiní, špetkový se sevřenými prsty v dlani, úchop s vysoko položeným ukazováčkem, úchop s palcem přes psací náčiní, klarinetový a cigaretový. Druhá ruka jemně přidržuje papír.



Obr.č. 6 – správné držení psacího náčiní u leváků i praváků¹²

Nesprávné úchopy psacího náčiní

Hrstičkový úchop

Na tomto úchopu se podílejí čtyři prsty – palec, ukazováček, prostředníček a prsteníček, který tužku podpírá. U dětí s tímto úchopem je potřeba včas nastavit a fixovat správný špetkový úchop. Někteří rodiče tento úchop považují za správný a to je také jeden z důvodů, proč ho používá při psaní mnoho školáků i dospělých.

¹² Zdroj: Bednářová, J., Šmardová, V., 2006, s.50



Obr. č. 7 – hrstičkový úchop¹³

Špetkový úchop se silným přitlakem na psací náčiní

Pokud je ruka neuvolněná, nejsou uvolněné prsty a dlaň ruky, vzniká i při správně vyvozeném špetkovém úchopu silný tlak na psací náčiní. Prsty jsou sevřené, jsou v napětí a omezeny v pohybu.



Obr. č. 8 – špetkový úchop se silným přitlakem¹⁴

Špetkový úchop se sevřenými prsty v dlani

Někdy má dítě správně vyvozenou špetku, ale malíček a prsteníček jsou sevřené v dlani. Při kreslení (psaní) se po určité době i prostředníček posunuje do dlaně. Přiklání se tam, kde vzniká větší napětí.

¹³ Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psaciho-nacini/>

¹⁴ Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psaciho-nacini/>



Obr. č. 9 – špetkový úchop se sevřenými prsty v dlani¹⁵

Úchop s vysoko položeným ukazováčkem

Prsty vytvářejí přílišný tlak na psací náčiní, ukazováček se prohýbá a je ve špatném položení. Prsty jsou omezené v pohybu a při potřebě delšího a rychlejšího psaní se snižuje rychlost a kvalita písma. Ruka bolí a je v napětí.



Obr. č. 10 – úchop s vysoko položeným ukazováčkem¹⁶

Úchop s palcem přes psací náčiní

Ukazováček a prostředníček jsou na správném místě, ale palec není naproti ukazováčku, ale je vysunutý přes psací náčiní. Při tomto úchopu se tužka posunuje z místa kožní řasy mezi palcem a ukazováčkem na třetí článek ukazováčku a směřuje místo za rameno od těla. Při fixování tohoto nesprávného úchopu se může vyklenout i zápěstí a vzniká drápotivý úchop, který znemožňuje při psaní pohybovat zápěstím.

¹⁵ Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psacihonacini/>

¹⁶ Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psacihonacini/>



Obr. č. 10 – úchop s vysoko položeným ukazováčkem¹⁷

Klarinetový úchop

Bříška čtyř prstů se opírají o tužku, palec je v opozici. Prsty nemají potřebu vytvářet pohyb, ten vychází ze zápěstí a lokte. Ruka většinou není položená na podložce a tužka stojí na špičce, někdy směřuje od těla.



Obr. č. 11 – klarinetový úchop¹⁸

Cigaretový úchop

Tužka leží mezi ukazováčkem a prostředníčkem, palec může být položen na tužce, nebo je přes tužku. Někdy se může také palec a ukazováček spojit bříšky nad tužkou. Úchop nedovoluje pohyb prstů a tužka klouže mezi prsty.

¹⁷ Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psaciho-nacini/>

¹⁸ Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psaciho-nacini/>



Obr. č. 11 – cigaretový úchop¹⁹

Pro upevnění špetkového úchopu jsou vhodná cvičení na rozvoj jemné motoriky ruky; např.: sbírání a navlékání korálků, solení, drobení nebo použití trojúhelníkové tužky a celého trojhranného programu. V tomto programu se užívá tvarovaná násadka na psací náčiní, která umožní uchopení tužky prsty na správném místě.

Pracovní prostředí

Úroveň psaní ovlivňují podmínky pracovního prostředí. Důležité je přiměřené osvětlení. Lavice by měly být ve třídě uspořádány tak, aby žáci neseseděli zády k oknu a stínili si pracovní plochu. Okna mají žáci po levé straně. Děti s brýlemi posazujeme do předních lavic stejně jako děti s menším vzrůstem. Všichni žáci by měli mít tabuli přímo před sebou, aby se nemuseli neustále otáčet a nepřiměřeně namáhat krční páteř. Teplota v učebně by se měla pohybovat kolem 22° C. Nezapomínáme na dostatečné větrání. Děti jsou přiměřeně oblečené, aby se nepotily nebo jim naopak nebylo chladno. Vytváříme přátelskou klidnou atmosféru, aby žáci mohli podat co možná nejlepší výkon. Nezapomínáme kontrolovat, zda mají žáci vhodné a ořezané psací náčiní.

Žáci si tyto pracovní návyky osvojují postupně a nenásilně za použití vhodné motivace, například básničky :

Kdo chce dobře psát, A co s hlavou, kam ji dáš?

Musí dobrý pozor dát. Hlavu pěkně narovnáš.

Hlavu dáme nahoru, Nohy opři do podlahy,

Nožky do pozoru, ať máš čisté rovné tahy

¹⁹Zdroj: <http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psaciho-nacini/>

*Jedna ruka sešit drží, A s lehkostí motýlí,
Druhá ruka psát vydrží. písmenka jsou za chvíli.²⁰*

3.4 Metodický postup při nácviku psaní

V dnešní škole probíhá výuka psaní současně s výukou čtení. Nejdůležitějším obdobím pro tento nácvik je první ročník. Hlavní důraz klademe na čitelnost a správnost. Při psaní dodržujeme zásadu postupu od jednoduššího ke složitějšímu a zásadu názornosti. Využívá se analyticko-syntetická činnost. (Šimková I., 2012)

V první třídě nácvik psaní začíná uvolňovacími cviky na velký arch papíru, který postupně zmenšujeme. Začínáme na svislou plochu, postupně přecházíme na šikmou a nakonec píšeme na vodorovnou plochu. Metodický postup rozdělujeme na dvě období :

1) Období přípravné – trvá cca měsíc a jeho cílem je dostatečně uvolnit ruku. Rozvíjí se hrubá a jemná motorika. Hrubou motoriku (pružnost a ohebnost velkých kloubů a velkých svalových skupin) rozvíjíme především při tělesné výchově. Jemnou motoriku rozvíjíme při pracovních činnostech; například trháním papíru, modelováním, stříháním, vybarvováním, navlékáním korálků, vyráběním z drobných přírodnin, také sebeobslužnými činnostmi (zavazováním tkaniček, zapínáním knoflíků), protahovacími cviky na zápěstí a prsty, atd.

Spáčilová H. a Šubová L. (2004, s.22 a 23) člení přípravné období na sedm kroků metodické řady :

„a) Drobná cvičení, jemné koordinační pohyby (vytrhávání z papíru, modelování, navlékání korálků, jeřabin, stříhání, obkreslování).

b) Grafický charakter (kresba na volné téma), dítě se musí zbavit ostychu graficky se projevovat. Postup od jednoduchého ke složitějšímu. Dítě se neomezuje.

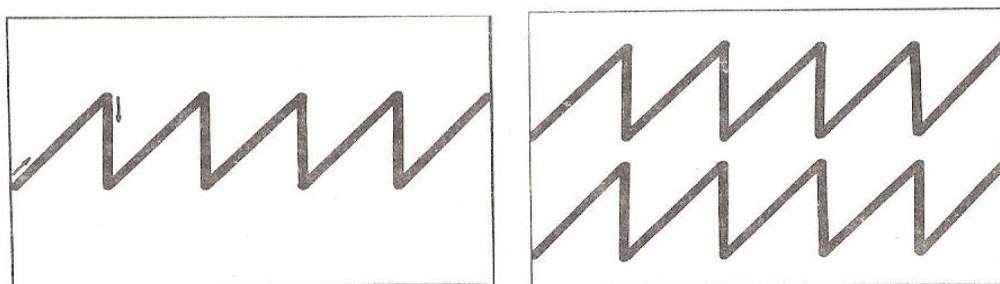
c) Začínáme žáka omezovat – kresba námětová, je to grafická činnost, má diagnostickou hodnotu.

d) Röszerův grafický prognostický test“

²⁰ Zdroj: (Spáčilová, H., Šubová, L., 2004, s.11, 12)

I. Röszerův prognostický test

Jde o prognostický test, kterým se zjistí grafomotorická připravenost dětí před vlastním nácvikem psaní. Umožní učiteli odhalit nedostatky v této oblasti u jednotlivých žáků a individuálně s nimi pracovat na jejich odstranění. Odhalí včas možné specifické poruchy učení a umožní zaměřit se na jejich nápravu. I. Röszerův test se doporučuje provést před začátkem přípravného období, asi dva týdny po začátku školního roku. Učitel nakreslí na arch papíru formátu A3 lomenou čáru ve tvaru zubů pily ve dvou řadách. Úkolem žáků je nakreslit to samé, co nakreslil učitel. Zkoušce nesmí předcházet žádný nácvik. Test probíhá bez jakékoliv slovní instrukce. Učitel neodpovídá žákům na jejich dotazy. Dítě prokazuje schopnost nakreslit šikmou čáru, kterou dokáže na potřebném místě zastavit, provést ostrý obrat a pokračovat svislou čárou směrem dolů a bez přerušení napojit další šikmé čáry. Děti kreslí „pilku“ měkkou tužkou nebo pastelkou. (Spáčilová H., Šubová L., 2004)

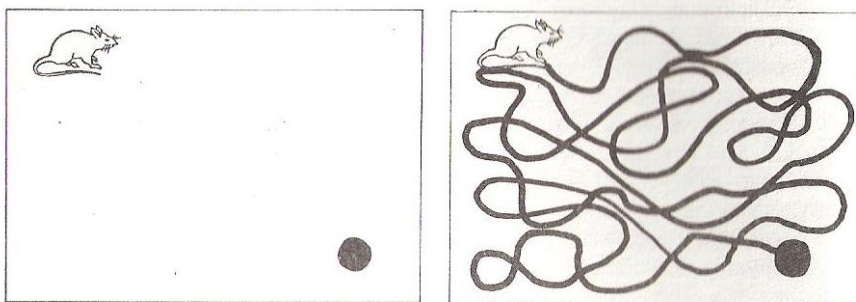


Obr. č. 14: Prognostický test „Pilka“²¹

e) Kresebné uvolňovací cviky

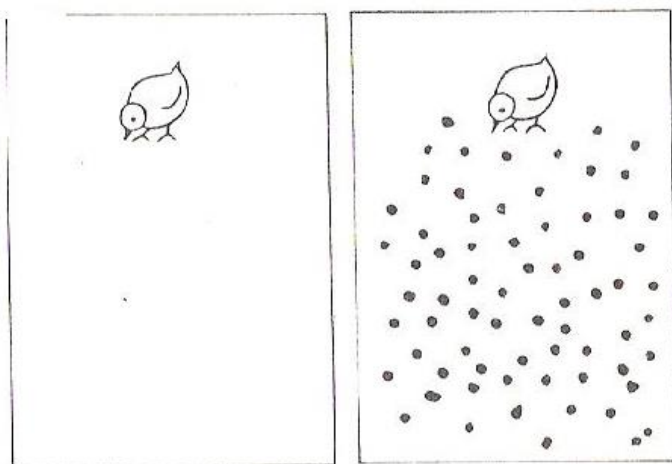
1. Jako první J. Hřebejková (1984) uvádí kresebný cvik na uvolnění ramenního kloubu, který se provádí vstoje. Motivovat můžeme myškou hledající úkryt nebo kočičkou, která zamotala klubičko vlny. Dítě kreslí nepřerušovanou klikatou čáru.

²¹ Zdroj: (Hřebejková J., 1984, s.51)



Obrázek č. 15: Cvik na uvolnění ramenního kloubu²²

2. Další cvik slouží k uvolnění zápěstí. Žák kreslí ptáčkovi zrní. Ruka se pohybuje v zápěstí nahoru a dolů. Pokud místo teček vznikají čárky, svědčí to o neuvolněné ruce. Při provádění cviků žáci odřikávají rytmická říkadla pro ulehčení pohybu.

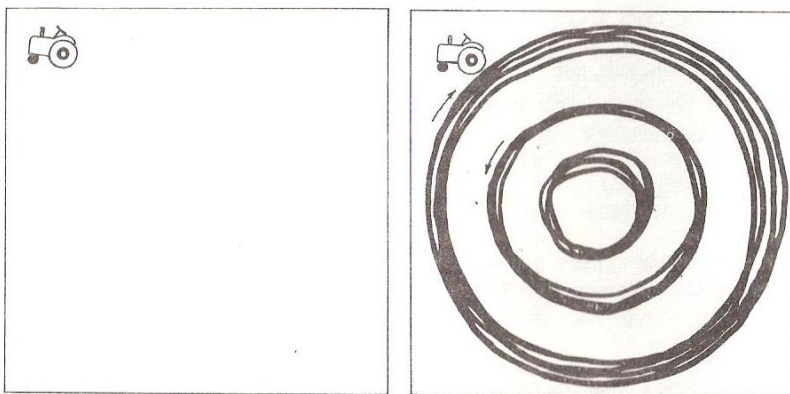


Obrázek č. 16: Cvik k uvolnění zápěstí²³

3. Děti stojí a postupně kreslí soustředné kružnice různých velikostí. Každou kružnici několikrát obkrouží. Motivujeme kresbou kola u traktoru. Kreslíme nejlépe na čtvercový formát papíru.

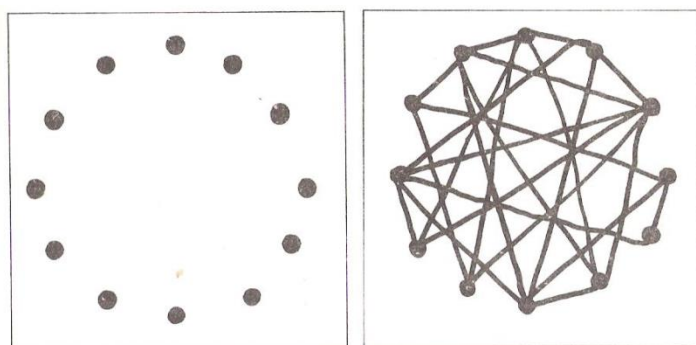
²² Zdroj: (Hřebejková, J., 1984, s.52)

²³ Zdroj: (Hřebejková, J., 1984, s.53)



Obrázek č. 17: Kresba soustředných kružnic²⁴

4. Nakreslíme několik pevných bodů po obvodu kružnice. Úkolem žáka je tyto body libovolně spojit přímkou čarou. Cvik se provádí ve stoje. Vždy dva body jsou spojeny jinou barvou pastelky. Motivovat děti můžeme hrou „Na škatulata“.

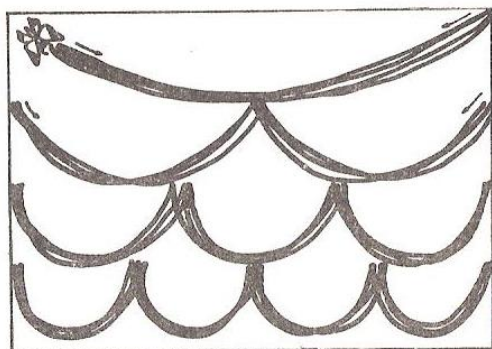


Obrázek č. 18: Spojování bodů přímkou čarou²⁵

5. Nacvičujeme dolní oblouk. Pohyb provádíme zleva doprava a zpět. Oblouk několikrát obtáhneme. Děti motivujeme houpavým pohybem houpačky.

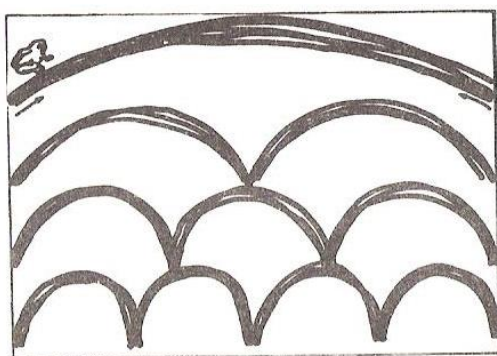
²⁴ Zdroj: (Hřebejková, J., 1984, s. 54)

²⁵ Zdroj: (Hřebejková, J., 1984, s. 55)



Obrázek č. 19: Nácvik dolního oblouku²⁶

6. Následuje nácvik horního oblouku. Pohyb probíhá zleva doprava a zpět. Pokud dítě zvládne ostrý obrat, může plynule napojovat více oblouků za sebou. Motivujeme skoky žabky.

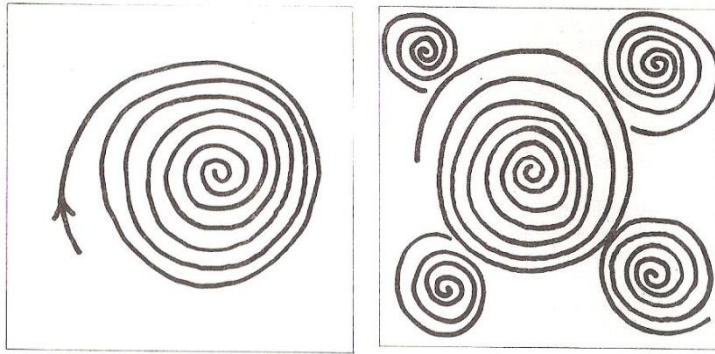


Obrázek č. 20: Nácvik horního oblouku²⁷

7. Pokračujeme nácvikem spirály. Vhodné je kreslit na čtvercový papír. Začínáme ve středu a spirálu postupně zvětšujeme. Linie by se neměly dotýkat. Měníme směr zatočení. Nejprve točíme spirálu od středu vpravo nebo vlevo. Kreslíme spirály různých velikostí. Motivujeme motáním klubíčka.

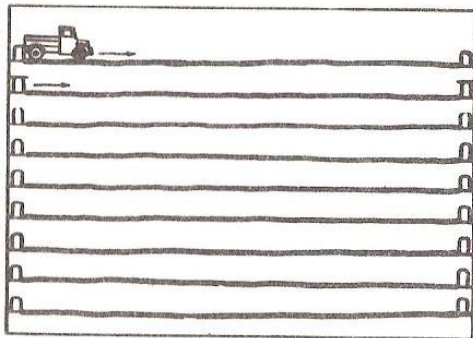
²⁶Zdroj: (Hřebejková, J., 1984, s. 53)

²⁷Zdroj: (Hřebejková, J., 1984, s. 53)



Obrázek č.21: Nácvič spirály²⁸

8. Nacvičujeme cvik, který fixuje správné držení ruky při psaní. Píšeme vsedě rovnou čáru tak, abychom neustále viděli její konec. Tím docílíme správné polohy ruky při psaní. Je nutné cvičení často opakovat, aby se správný sklon ruky a korektní úchop tužky zautomatizovaly. Motivujeme závodním autíčkem, které míří do cíle.

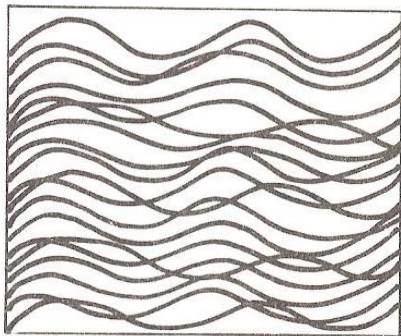


Obrázek č. 22: Cvik pro správné držení ruky při psaní²⁹

9. Při vlnovce volně posunujeme ruku ve správném postavení ve směru psaní zleva doprava. Kreslíme vlnky v potoce.

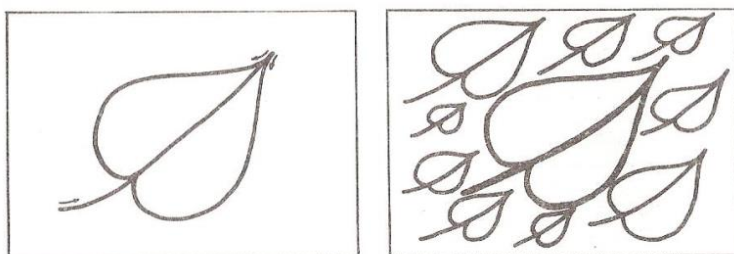
²⁸ Zdroj: (Hřebejková J., 1984, s.58)

²⁹ Zdroj: (Hřebejková J., 1984, s.61)



Obrázek č. 23: Cvik pro lehký posun ruky zleva doprava³⁰

10. Trénujeme různě velké srdcovky. Důležitá je pravá strana srdcovky. Děti motivujeme kresbou lípy s lipovými květy.



Obrázek č. 24: Nácvič srdcovky³¹

f) II. Röszerův prognostický test

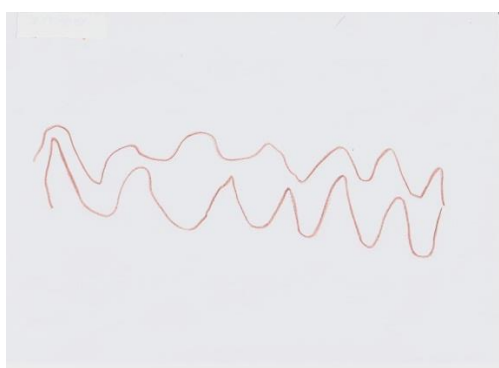
Po I. grafomotorickém testu následuje období přípravných uvolňovacích cviků. Abychom mohli posoudit jejich účinnost, provedeme II. Röszerův grafomotorický test. To nám umožní srovnání obou testů a zjištění, zda se u žáka zlepšila vizuomotorická koordinace zraku, ruky a mozkových center, nápodoba a zapamatování tvarů, zda se ruka již dostatečně procvičila a uvolnila. II. Prognostický test se provádí na konci přípravného období před vlastním nácvičem psaní. Průběh testu je shodný s I. prognostickým testem. Umožní nám odhalit nedostatky v grafomotorice u jednotlivých žáků. Na základě tohoto zjištění přistupujeme k žákům individuálně a usilujeme o nápravu jejich obtíží.

³⁰ Zdroj: (Hřebejková J., 1984, s.61)

³¹ Zdroj: (Hřebejková J., 1984, s. 62)



Obrázek č. 25: Ukázka správného výkonu žáka v grafomotorickém testu³²



Obrázek č. 26: Ukázka nesprávného výkonu žáka v grafomotorickém testu³³

g) Nácvik tvarových prvků

Tento nácvik začíná přibližně v polovině listopadu. Děti pracují do písanek, kde jsou předepsané vzorové tvary a liniatura. Dítě se snaží co nejpřesněji napodobit vzor – jeho tvar, správný sklon, velikost, stejnoměrnost, vazebnost a hustotu. Žák by měl psát přiměřenou rychlostí a měkkou tužkou číslo jedna nebo dvě.

2. Období vlastního nácviku písma:

- a) Nacvičujeme písmena. Při psaní vycházíme ze známých tvarů tiskacích písmen, jejichž podobu srovnáváme s tvary písmen psacích.
- b) Předepsaná písmena nejprve napíšeme prstem ve vzduchu, poté je tužkou obtáhneme a nakonec píšeme samotná písmena do celých řádků.
- c) Píšeme slabiky a celá slova.

³² Zdroj: Práce žáka třídy 1.B ZŠ Jižní předměstí Rokycany

³³ Zdroj: Práce žáka třídy 1.B ZŠ Jižní předměstí Rokycany

Nácvik psacích písmen

- děti vhodně motivujeme a navodíme příjemnou přátelskou atmosféru ve třídě
- před každým psaním provedeme uvolňovací cvičení na uvolnění ramenního kloubu, loketního kloubu, zápěstí a jednotlivých prstů
- učitelka vyvodí správný tvar psacího písmene na tabuli s instrukcí krok za krokem
- prstem ve vzduchu obtahujeme tvar zvětšeného nového písmene
- první pokusy psaní nového písmene na samostatný papír ve zvětšené velikosti
- psaní do písanky do řádek s liniaturou
- procvičení a upevnění správných tvarů psacích písmen (Spáčilová H., Šubová L., 2004)

Když mají žáci tvary písmen dostatečně upevněné, zaměřujeme se na zdokonalování úhlednosti a rychlosti písma. Důležitá je vhodná motivace a vytvoření pozitivního radostného prostředí ve třídě. Učitel přistupuje k žákům individuálně podle jejich momentální úrovně a obtíží při psaní.

Výuka psaní alternativní metodou

Alternativní metoda pro výuku psaní vychází z poznatků „teorie formování rozumových operací“ G. P. Galperina. I. Šimková (2012, s.67) uvádí, že *„rozhodující úlohu optimalizace spatřuje v charakteru žákovy činnosti, v charakteru jeho operací a v kvalitě řízení těchto operací učitelem.“* Pokud si dítě osvojuje novou dovednost, nejdůležitější je první část této činnosti. Žák se orientuje v zadaném úkolu a vytváří si o něm představu. Hledá orientační „opěrné body“, které jsou pro osvojení nové dovednosti rozhodující. Žák dostává hotový vzor písmene s označenými opěrnými body. Zároveň dostává instrukci, jak se tyto opěrné body hledají. Po předložení dalšího nového grafému žák již hledá opěrné body sám podle návodu, který mu byl poskytnut. Dítě se učí novou činnost vyhledávání opěrných bodů. Toto osvojení je časově náročné. Další fáze nácviku je velmi rychlá. I. Šimková (2012, s.68) uvádí: *„k napsání prvního správného písmene je třeba v průměru celkem čtrnáct opakování, k napsání druhého dalších osm opakování a počínaje osmým písmenem píšou žáci většinou všechna*

následující písmena správně při prvním pokusu.“ V další části výuky psaní vyhledávání opěrných bodů ztrácí význam.

Při alternativní metodě klademe důraz na uvolňovací a kresebná cvičení k uvolnění všech částí paže. Kresebné přípravné cviky také rozvíjí smyslové vnímání, představivost, tvarovou paměť, pozornost a postřeh. Nezapomínáme na dodržování hygienických a pracovních návyků – na správnou polohu těla při psaní a na korektní úchop psacího náčiní. Tyto návyky je nutné pěstovat již v mateřské škole. Špatné pracovní návyky se ve škole napravují velmi těžce. Musíme mít na mysli, že psaní je také duševní činnost, která je ovlivněna úrovní pozornosti, představivosti, paměti, vnímání a myšlení.

4 Praktická část

4.1 Metodologie a cíle práce

Cílem mé diplomové práce je sledování vývoje úrovně v oblasti grafomotoriky u vybraných žáků prvního ročníku a porovnání výsledků práce žáků na začátku a na konci sledovaného období. Dále je to navrhnout způsobů nápravy grafomotorických obtíží u sledovaných žáků.

Úkoly - charakteristika sledovaných žáků a místa šetření

- rozbor grafického projevu žáka
- vliv uvolňovacích cviků na uvolnění ruky při grafickém projevu
- možnosti nápravy grafomotorických obtíží

V první třídě při práci s žáky s grafomotorickými obtížemi se nám naskytuje možnost vybrat si z dostatečně široké škály cviků rozvíjejících grafomotoriku. V rámci empirického šetření byly provedeny tyto cviky se čtyřmi žáky první třídy – s Matoušem, Petrou, Davidem a Kryštofem.

Při empirickém šetření byly použity tyto techniky :

- přímé pozorování žáků během grafomotorické činnosti
- volný rozhovor s pozorovanými žáky
- I. a II. Röszerův prognostický test
- případové studie
- analýza pracovních listů

Časové rozložení zpracování:

prosinec 2011 : zadání tématu

leden – květen 2012 : studium odborné literatury, vypracování teoretické části

červen – srpen 2012 : příprava praktické části

září – prosinec 2012 : zadání prognostického testu číslo I (září) a číslo II (listopad),

vlastní práce s žáky

leden – duben 2013 : zpracování praktické části

květen – červen 2013 : konečné úpravy diplomové práce

V rámci empirického šetření vyslovuji tyto předpoklady:

- 1) U Matouše dojde k uvolnění ruky a zlepšení kvality písemného projevu.
- 2) U Petry dojde k zrychlení pracovního tempa při psaní. Zároveň dojde k zlepšení koncentrace pozornosti.
- 3) U Davida dojde ke správnému dodržování kresebných tvarů a celkově se zlepší úprava při grafomotorickém projevu.
- 4) U Kryštofa dojde k uvolnění křečovitě ruky, ke korekci úchopu psacího náčiní a k dodržování stejné velikosti písma.

4.2. Charakteristika zařízení, ve kterém bylo realizováno empirické šetření

Empirické šetření se uskutečnilo na Základní škole Jižní předměstí Rokycany v Plzeňském kraji. Jedná se o velkou městskou školu založenou před padesáti lety. Škola má na prvním stupni 17 tříd, na druhém stupni 15 tříd a čtyři oddělení školní družiny. Třídy navštěvuje celkem 743 dětí. Pedagogický sbor tvoří 58 pedagogických pracovníků. Z toho je 32 třídních učitelů, 18 netřídních, 4 vychovatelky školní družiny a 7 asistentek pedagoga. Nachází se zde 33 kmenových učeben. Část z nich tvoří některé odborné a polooborné učebny. Navíc zde najdeme dvě učebny informatiky, školní dílnu, keramickou dílnu, učebnu ANP, 9 kabinetů, knihovnu, cvičnou kuchyňku a školní pozemek. Stravování žáků i zaměstnanců zajišťuje školní jídelna, která se nachází přímo v areálu školy a dnes je její součástí. Na školu je napojen sportovní areál. Je zde fotbalové hřiště s umělým povrchem třetí generace, běžecký ovál, dvě víceúčelová hřiště, tenisový kurt, hřiště na streetbal s cvičnou tenisovou stěnou. Minihřiště s umělým trávnikem pro minikopanou se nachází na oploceném pozemku školy.

Na druhém stupni od šestého ročníku fungují třídy se zaměřením na matematiku a na sport. V těchto třídách probíhá rozšířená výuka matematiky, fyziky, chemie a tělesné výchovy. Žáci se vzdělávají podle školního vzdělávacího programu „Učíme se žít“.

Téměř v každé třídě na prvním stupni je v zadní části koberec sloužící k relaxačním činnostem při vyučování i o přestávkách. Šetření proběhlo v prvních třídách. Do třídy 1.A dochází 23 žáků, do třídy 1. B 20 žáků. Ve škole pracuje speciální pedagog, výchovný poradce a speciální pedagog – logoped. Na prvním stupni je celkem integrováno 58 žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Na druhém stupni je integrováno 44 žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Výuka ambulantně nápravné péče probíhá na prvním stupni ve čtyřech skupinách – skupina druháků, třetáků, čtvrtáků a pátáků. Škola vlastní ergoterapeutickou dílnu, kterou při skupinové nebo individuální práci využívají především integrovaní žáci. Najdeme zde také speciálně pedagogické pracoviště.

První třídy, ve kterých se provádělo empirické šetření, se nachází v oddělené části školy nad jídelnou. Třídy jsou prostorné a dobře osvětlené. Protože na prvním stupni pracuje sedm asistentek pedagoga, které dochází na výuku do tříd (včetně prvních), děti jsou zvyklé na přítomnost další osoby ve výuce. Další osoba v hodině není vnímána rušivě a žáci se v její přítomnosti chovají zcela přirozeně.

4.3 Charakteristika žáků účastnících se empirického šetření

Jména všech žáků jsou fiktivní. Empirické šetření bylo provedeno s dětmi z velké městské základní školy. Věkové rozpětí žáků bylo mezi šestým a sedmým rokem. Šetření se uskutečnilo s jednou dívkou a třemi chlapci. Dvě z dětí měly odklad školní docházky. Vzhledem k malému počtu respondentů se jedná o šetření kvalitativní.

Kazuistika č. 1 : Matouš

Charakteristika žáka:

Matouš je žák 1. ročníku ZŠ Jižní předměstí Rokycany. Je mu 6 let a 5 měsíců. Celkově působí upraveným dojmem. Má plavé vlasy. Jeho postava je vyšší a štíhlá. Vzhledem k jeho vzrůstu sedí Matouš v poslední lavici vpravo u okna. Každé ráno ho matka doprovází před školu. Do budovy vstupuje sám. Je klidné a tiché povahy. Rád tráví přestávky o samotě. Projevují se u něj samotářské tendence. Při výuce je málo aktivní, neprůbojný. O přestávkách velmi rád čte dětské časopisy nebo si prohlíží encyklopedie. Matouš pochází z úplné funkční rodiny. Rodinné prostředí poskytuje synovi dobré sociální zázemí. Matka je středoškolsky vzdělaná. Pracuje jako nákupčí u soukromé

firmy. Otec má také středoškolské vzdělání. Pracuje jako řidič vozu na svoz recyklačního odpadu. Mladšímu bratrovi jsou tři roky. Rodina žije v třípokojevém panelovém bytě. Od čtyř let chlapec navštěvoval mateřskou školu, kde neměl během pobytu žádné závažnější problémy. Po ranním příchodu do třídy se Matouš hůře zapojuje do činnosti. Většinou si pouze sedne do své lavice a pozoruje své spolužáky při jejich aktivitách. Do kolektivu dětí se příliš nezapojuje. I přes svoji uzavřenost je mezi dětmi oblíbený. Dokáže se dobře podřídít ostatním spolužákům. Chlapcovo chování ve školním prostředí je bezproblémové. Vyhledává kontakt s dospělými. Často nadšeně vypráví své zážitky paní učitelce.

Matouš dokáže udržet pozornost při delší práci i za cenu vyšší únavy. Vyšší unavitelností je oslaben celkový výkon chlapce. Pro udržení koncentrace pozornosti je potřeba během výuky často měnit činnosti a prokládat je relaxačními prvky. Nedostatky v pravolevé orientaci se objevují jen ojediněle. Matouš bez problémů dodržuje dohodnutá pravidla. Zadané úkoly se snaží plnit svědomitě. Má velmi dobrou slovní zásobu. Projevuje se vliv otce, který tráví se synem mnoho času vyprávěním a předáváním různých zajímavých informací, nejčastěji o přírodě. Logopedickou péči nepotřebuje. Matouš se při své školní práci snaží dosáhnout co nejlepšího výkonu. Jeho matematické znalosti jsou v rámci třídy průměrné. Geometrické tvary rozlišuje správně. Čte bez chyb, ale pomaleji. Bez obtíží se dokáže naučit básničku nazpaměť. Nevyhledává hru se stavebnicemi ani jiné konstrukční činnosti. Nerad vyrábí z rozličných materiálů při pracovních činnostech. Hrubá motorika je na nižší úrovni. Chlapec nezvládá kotoul vpřed ani s dopomocí učitelky. Působí celkově neobratně a pomaleji. Sebeobslužné činnosti zvládá s menšími obtížemi sám, ale pomalu. Zavazování tkaniček nebo různých mašliček a provázků je pro Matouše velmi obtížné. Při stolování mu dělá problémy držení příboru. Matouš nejraději jezdí s rodiči na výlety do přírody.

Kresba je obsahově chudá. Čára je napojovaná a přerušovaná se zvýšeným tlakem na tužku. Linie jsou místy kostrbaté. Obtíže působí napodobování tvarů.

Charakteristika písma :

Matouš píše pravou rukou, která je málo uvolněná. Úchop psacího náčiní je křečovitý se silným přitlakem. Držení tužky je nekorektní s přesahujícím palcem. Matouš si při psaní neopírá ruku o stůl. Důsledkem je kostrbaté a velmi roztřesené nejisté písmo. Problém

činí udržet stejnou velikost písmen. Obtížně umisťuje grafémy na řádky. Často píše nad nebo pod řádek. Písmo je celkově hůře čitelné. Jeho pracovní tempo patří v rámci třídy k průměrnému. Při koncentraci pozornosti se brzy dostaví únava. Grafická činnost by měla být krátkodobá. Často zařazujeme uvolňovací cviky a hravé prvky. Z počátku Matouš nechápal zadání uvolňovacích cviků. Bylo nutné mu zadání individuálně dovysvětlit po malých krocích.

Kazuistika č. 2 : **Petra**

Charakteristika žákyně:

Petra navštěvuje první třídu na Základní škole Jižní předměstí Rokycany. Je jí sedm let a čtyři měsíce. Měla odklad školní docházky. Diagnostikovány v Pedagogicko-psychologické poradně Rokycany byly grafomotorické obtíže a porucha koncentrace pozornosti. Sedí v první lavici u okna se svojí spolužačkou hned u stolu učitelky, aby byla zajištěna průběžná kontrola její práce. Petra je drobné a malé postavy. Celkově působí hubeně. Každé ráno matka doprovází Petru až ke třídě. Dívka je vždy upravená. Dlouhé plavé vlasy nosí svázané. Je vždy ochotná a slušná. Dětem se straní. Mezi spolužáky je neoblíbená. Obtížně s nimi navazuje vztahy. Téměř s dětmi ve třídě nekomunikuje. Patrné jsou výkyvy v koncentraci pozornosti. Hůře se orientuje v prostoru. Čte plynule a bez chyb, ale pomaleji. Vzhledem k svému věku má chudou slovní zásobu. Je nemluvná. V matematice je pracovní tempo také pomalejší. Geometrické tvary určuje správně. Kresebný projev žákyně je pěkný a pečlivý. Zadané úkoly plní dívka svědomitě. Snaží se podávat co nejlepší výkony.

Rodina děvčete je úplná a funkční. Poskytuje dívce dobré sociální zázemí. Matka má středoškolské vzdělání a v současné době pracuje jako prodavačka v obchodním domě. Otec dosáhl středoškolského vzdělání. Pracuje jako programátor u soukromé firmy. Její starší bratr se učí v páté třídě na stejné škole. Čtyřlenná rodina žije v rodinném domě. Od čtyř let děvče navštěvovalo mateřskou školu, kde mělo zpočátku problémy s adaptací. Bylo plačtivé a těžko se ráno loučilo s matkou. Pláč se objevoval i během dne. Asi po měsíci tyto stavy přestaly a loučení s matkou probíhalo v pořádku. Petra má poruchu výslovnosti – rotacismus a rotacismus bohemicus. Je v péči logopeda. Výslovnost hlásky r a ř se zatím nezlepšuje. Po ranním příchodu do třídy se dívka nezapojuje do činnosti s ostatními dětmi. Sedí na svém místě a čeká na začátek vyučování. Problematicky vyjadřuje své myšlenky a názory. Při výuce se nehlásí, je velmi pasivní. Petra je při dobré koncentraci pozornosti schopna napsat diktát na

výbornou. Kontakt s dospělými nevyhledává. Pracovní tempo ve škole je velmi pomalé. V oblibě má pracovní činnosti. S radostí vyrábí z různých pracovních materiálů. Naopak konstrukční činnosti nevyhledává. Dívka je velmi citlivá. Její chování je vzorné. Bez obtíží se naučí básničku nazpaměť. Celkově není příliš obratná. Kotoul vpřed zvládne s dopomocí učitelky. Sebeobslužné činnosti zvládá dobře.

Charakteristika písma :

Petra píše pravou rukou. Úchop je špetkový se silným přitlakem na psací náčiní. Ruka není dostatečně uvolněná. Petra nedodrží správné tvary písmen. Písmena jsou příliš široká a jejich tvary deformované. Písmo je celkově neupravené a hůře čitelné. Obtížně umísťuje písmo na řádek; píše nad řádek i pod řádek.

Kazuistika č. 3: **David**

Charakteristika žáka :

David je žákem prvního ročníku ZŠ Jižní předměstí Rokycany. Je mu sedm let a osm měsíců. Je vysoké štíhlé postavy a má světlé vlasy střižené nakrátko. David chodí ráno do školy upravený a matka ho doprovází k šatně. Do třídy již chodí sám. Chlapec měl odklad školní docházky pro školní nezralost. Rodina je plně funkční. Sociální zázemí je na dobré úrovni. Matka dosáhla základního vzdělání a v současné době je na mateřské dovolené. Otec má středoškolské vzdělání. Pracuje jako dělník u německé automobilové firmy. David má mladšího dvouletého bratra, o kterého matka doma pečuje. Celá rodina bydlí v rodinném domku společně s rodiči otce. Prarodiče se podílejí na výchově Davida a jeho bratra. Chlapec od čtyř let navštěvoval mateřskou školu. Zde neměl žádné vážné obtíže. David vzhledem ke své výšce na začátku školního roku seděl v poslední lavici. Nyní kvůli nutnosti neustálé kontroly sedí ve druhé lavici u okna. Při vyučování je chlapec přiměřeně aktivní. Kontakt s dospělými nevyhledává. Mezi spolužáky má svůj okruh přátel, který upřednostňuje před ostatními. Hoch je spíše samotářský. Kontakty s dětmi příliš nevyhledává. V kolektivu se dokáže podřídít. Přestupky v chování jsou pouze malé, povídá si při hodinách. Nesoustředí se na učení a z toho pak plyne nepochopení zadání úkolů a jejich špatné vypracování. David se snaží dodržovat dohodnutá pravidla. Pokud dává pozor, pochopí zadání úkolů bez problému. Bez obtíží se naučí básničku nazpaměť. Není příliš obratný. Kotoul zvládá s dopomocí učitelky. Davidovo pracovní tempo při školní práci je velmi rychlé. Naopak koncentrace pozornosti je na velmi nízké úrovni. Chlapec se velmi snadno unaví. Kresba je také na

nízké úrovni neodpovídající věku dítěte. Davidovi činí obtíže sebeobslužné činnosti. Nedaří se mu zavázat tkaničku. Obtížně a pomalu se obléká po tělesné výchově.

Chlapec má přiměřenou slovní zásobu. Dokáže vyjádřit svoje myšlenky. Má velmi dobré matematické znalosti. Správně určuje geometrické tvary. Výborně čte. Je nejlepším čtenářem ve třídě. Pracovní činnosti nepatří k jeho oblíbeným předmětům. Ve svém volném čase rád sportuje.

Charakteristika písma :

David píše pravou rukou. Ruka je neuvolněná, křečovitá. Úchop je špetkový se silným přitlakem na psací náčiní. Písmo je celkově neúhledné, nedodržuje stejnou velikost písmen. Tvary písmen často neodpovídají vzoru.

Kazuistika č. 4: **Kryštof**

Charakteristika žáka:

Kryštof navštěvuje první ročník na ZŠ Jižní předměstí Rokycany. Je mu sedm let a sedm měsíců. Postavou je menší a hubený. Vlasy jsou hnědé barvy. Ráno přichází do školy upravený vždy v doprovodu jednoho z rodičů. Matka i otec vodí chlapce až do třídy. Kryštof měl odklad školní docházky pro školní nezralost.

Navštěvoval předškolní kurzy v Pedagogicko-psychologické poradně Rokycany. Rodičům zde byly poskytnuty rady, jak nejlépe své dítě připravit na vstup do základní školy. Kurz byl organizován v deseti setkáních. Děti pracovaly s pracovními listy, jejichž prostřednictvím si rozvíjely soustředění a pozornost. Další součástí kurzu byl rehabilitační program pro rozvoj obratnosti ruky a prstů a pro rozvoj dovednosti kreslit a psát.

Kryštof pochází z funkční úplné rodiny. Sociální zázemí rodiny je na nižší úrovni. Matka je vyučena. Nyní je na mateřské dovolené. Otec je také vyučen. Pracuje jako skladník. Chlapec má mladší dvouletou sestru, o kterou pečuje matka. Rodina bydlí v panelovém domě. Od pěti let hoch navštěvoval mateřskou školu, kde neměl výraznější problémy. Od začátku září sedí chlapec v první lavici uprostřed. Při vyučování je přiměřeně aktivní. Dobře a bez ostychu komunikuje s dospělými. V kolektivu je průbojný, zároveň se dokáže podřídít. V chování se objevují drobné přestupky – při

výuce si povídá se spolužákem a je celkově neklidný. Chlapec má snahu dodržovat stanovená pravidla. Zadání úkolů Kryštof chápe. V některých případech se ujišťuje, zda pochopil úkol správně. Někdy opisuje od souseda, v polovině případů pracuje sám.

Kryštof vyhledává konstrukční činnosti. Rád pracuje se stavebnicemi. Celkově je obratný. Kotoul vpřed zvládá sám bez dopomoci. Má přiměřeně rychlé pracovní tempo. Většinou při výuce dává pozor. Občas je nesoustředěný a unikají mu důležité poznatky. Dobře zvládá sebeobslužné činnosti. Bez obtíží si zavazuje tkaničky. Během vyučování bývá občas více unavený. Kresba je obsahově chudá, neodpovídá chlapcovo věku. Linie jsou kostrbaté a nastavované. Při kresbě postavy nedodržuje proporce. Kryštof má chudou slovní zásobu. Problematicky vyjadřuje své myšlenky. Chlapec dochází na logopedii. Nesprávně vyslovuje hlásky r a ř (rotacismus a rotacismus bohemicus). Hlásky r zatím nebyla vyvozena. Davidovo čtenářské dovednosti jsou podprůměrné. Pomalu a obtížně spojuje slabiky do slov. Matematické znalosti jsou průměrné. Geometrické tvary zná jen některé.

Charakteristika písma:

Kryštof píše levou rukou. Ruka je méně uvolněná, křečovitější. Písmo je neúhledné, písmena často neodpovídají vzoru. Úchop psacího náčiní je hrstičkový se silným přitlakem na psací náčiní. Nedodržuje stejnou velikost písma. Obtížně umisťuje grafémy na řádky.

4.4 Analýza Röszerova testu a uvolňovacích cviků

I. Röszerův prognostický test

Během mého empirického šetření jsem provedla I. Röszerův prognostický test s žáky třídy 1.A a třídy 1.B. Ve třídě 1.A jsem realizovala I. grafomotorický test s 23 žáky. Z toho bylo 11 dívek a 12 chlapců. Ve třídě 1.B tento test vypracovalo 20 žáků. Z toho bylo 13 dívek a 7 chlapců. Šetření se celkem účastnilo 43 dětí. Test jsem uskutečnila 14. září 2012 před začátkem přípravného období na grafickou činnost. Prognostický test zjišťuje grafomotorickou připravenost žáků na psaní. Nejprve jsem dětem předkreslila na tabuli zuby „pilky“ ve dvou řadách, aby žáci viděli, jak obrázek vzniká. Činnost

probíhala bez komentáře. Pouze jsem dětem zadala úkol, aby nakreslily to samé, co jsem nakreslila já. Následovalo množství dotazů, na které jsem neodpovídala. Žáci začali šikmou čarou mírně prohnutou zdola nahoru, museli zvládnout zastavit čáru na požadovaném místě, provést ostrý obrat a pokračovat rovnou kolmou čarou shora dolů a napojit další šikmou mírně prohnutou čáru. Tvar má být napsán jedním tahem a několikrát opakován po celé šířce nelinkovaného papíru formátu A4. „Pilky“ se píšou ve dvou řadách pod sebou. Výkony žáků se výrazně lišily. Podle úrovně dosaženého výkonu jsem práce žáků z obou tříd rozdělila do tří skupin:

1. skupina: Žáci, kteří nemají žádné grafomotorické obtíže

2. skupina: Žáci s mírnými grafomotorickými obtížemi

3. skupina: Žáci se závažnými grafomotorickými obtížemi

Do první skupiny jsem zařadila 23 žáků, kteří Rösgrův test provedli správně (příloha č. 1).

Do druhé skupiny jsem zařadila 16 žáků, u kterých můžeme předpokládat, že se budou potýkat s mírnými grafomotorickými obtížemi (příloha č. 2).

Třetí skupinu představují 4 žáci, u kterých můžeme očekávat, že nebudou v psaní úspěšní. Je nutné tyto děti odborně vyšetřit v pedagogicko-psychologické poradně (příloha č. 3).

Po I. grafomotorickém testu následovalo přípravné období, které trvalo dva měsíce přibližně do poloviny listopadu 2012. Cílem bylo dostatečné uvolnění celé ruky od ramenního kloubu po články prstů, aby byla ruka dobře připravená na vlastní nácvik psaní. Děti pracovaly do pracovních sešitů od Mgr. Evy Procházkové „Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník“.³⁴

Analýza uvolňovacích cviků

Pracovní sešit začíná cviky k uvolnění ruky, zápěstí, zápěstí a jednotlivých článků prstů. Cviky se provádějí v rytmu říkanky „Ťuká, ťuká deště“ (příloha č. 4).

³⁴ Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-7289-369-0.

Uvolnění ramenního kloubu: Následuje cvičení za doprovodu básničky. Děti kreslí nepřerušovanou různě spletenou křivku, napodobují, jak kočka motá nitě. Loket je mírně zvednutý nad podložkou. Žáci mohou cvik provádět ve stoje (příloha č. 5).

Uvolnění zápěstí a záprstí: Žáci krouží nejprve jedním směrem, poté druhým směrem různými barvami přes sebe. Děti napodobují míchání kaše v hrnci volnou rukou a loket mírně přizvedávají nad podložku (příloha č.6).

Uvolnění zápěstí: Žáci při volném pohybu ruky nahoru a dolů napodobují holoubky, jak zobají mák a vyznačují tečky v miskách. Nesmí vznikat místo teček čárky (příloha č.7).

Uvolnění zápěstí a záprstí: Při kreslení ruka lehce klouže po papíru. Děti se nemusí přesně držet první stopy. Kreslí se kroužky kolem předtištěných jablíček. Děti jsou motivovány krátkou básničkou, v jejímž rytmu provádí uvolňovací cvik (příloha č.8).

Uvolnění celé ruky: Žáci kreslí spirálu, která se od středu točí vlevo nebo vpravo. Kroužením a postupným zvětšováním závitnice se uvolňuje celá ruka. Žáci pracují v rytmu krátké říkanky (příloha č.9).

Vlnovka: Nacvičuje se kreslením ležaté osmičky. Žák je motivován jízdou auta, které objíždí značky. Žák kreslí smyčky kolem značek ve tvaru ležaté osmičky plynule a jedním tahem, aniž by se zastavil. Osmičku nakreslíme několikrát po sobě (příloha č. 10).

Nácvik horního oblouku: Zároveň se procvičuje lehký posun ruky ve směru psaní zleva doprava přes celý řádek a zpět. Nácvik probíhá za doprovodu říkadla. Žáci oblouky kreslí několikrát přes sebe. Ruku mírně podpírají, aby se mohla lehce posunovat po papíru. Děti motivujeme skoky žáby nebo pejska (příloha č. 11).

Nácvik dolního oblouku: Stejně jako u horního oblouku se zároveň s dolním obloukem nacvičuje lehký posun ruky ve směru písma. Žáky motivujeme houpáním na houpačce (příloha č. 12).

Nácvik lehkého posunu ruky zleva doprava: Lehký posun ruky nacvičujeme pomocí kreslení vlnovek. Motivujeme kresbou vodičky pro rybku. Žáci kreslí vlny přes sebe i vedle sebe. Nejprve se nacvičují velké vlny, potom teprve vlny malé (příloha č. 13).

Ovály: Posun ruky nacvičujeme spojenými levotočivými ovály (příloha č. 14).

Spojování bodů rovnými čarami: Spojování bodů si žáci nejprve vyzkouší dvakrát nebo třikrát ve vzduchu nad sešitem. Poté spojují všechny dvojice bodů (příloha č. 15).

Psaní vodorovné čáry jedním tahem: Opět nacvičujeme posun ruky zleva doprava. Motivujeme jízdou dopravního prostředku k dopravní značce. Děti pracují v rytmu veršů (příloha č. 16).

Psaní krátkých rovných čar: Motivujeme lezením po žebříku. Žáci dokreslují jednotlivé příčky žebříku (příloha č. 17).

Psaní šikmé prohnuté čáry zdola nahoru s listem lípy: Motivujeme kresbou lipových květů. Žáci nejprve okreslují tvar ve vzduchu nad papírem alespoň dvakrát až třikrát. Potom obtahují předkreslené tvary lipových lístků a nakonec samostatně kreslí listy podle vzoru (příloha č. 18).

Psaní šikmé čáry shora dolů: Děti kreslí déšť. Nacvičují pohyb zápěstí shora dolů (příloha č. 19).

Šikmá čára mírně prohnutá zdola nahoru: Žák píše šikmou mírně prohnutou čárou zdola nahoru. Na vrcholu se musí zastavit, následuje obrat a pokračuje šikmo dolů bez prohnutí. Motivujeme kreslením biče (příloha č. 20).

Nácvik horní kličky: Horní klička je základem písmen e, l, b, h, k, ch, f. Děti kreslí jednoduchou vlašťovku, jak sedí na drátě elektrického vedení. Žáci předkreslené kličky několikrát obtáhnou (příloha č. 21).

Nácvik horního zátrhu: Horní zátrh je základem písmen n, m, v, y. Motivujeme lezením šneka do kopce. Z vrcholu sjede rovně dolů. Žáci opět vyznačené cviky několikrát obtahují (příloha č. 22).

Nácvik dolního zátrhu: Zaměřujeme se na šikmou čáru shora dolů. Dolní zátrh tvoří základ písmen i, e, l, h, d, u, n, m, a. Motivujeme říkankou „Spadla pipka do jamky“ (příloha č. 23).

Nácvik dolní kličky: Dolní klička je základem písmen j a y. Motivujeme kresbou rybičky. Děti dokreslením dolní kličky vytvoří rybičku. Vyznačené tvary děti několikrát obtahují (příloha č. 24).

II. Röszerův prognostický test

Na konci přípravného období v polovině listopadu děti vykonaly II. Röszerův prognostický test. Celkem ho provedlo 43 žáků. Ve třídě 1. A se testu zúčastnilo 23 žáků. Z toho bylo 11 dívek a 12 chlapců. Ve třídě 1. B test vypracovalo 20 žáků. Z toho bylo 13 dívek a 7 chlapců. Druhý prognostický test je totožný s testem prvním. Slouží k ověření účinnosti uvolňovacích kresebných cviků. Výsledky u jednotlivých žáků z obou testů se porovnají. Na základě výsledků se zaměříme na žáky, kteří nedosáhli dobré úrovně. U těchto dětí individuálně zařazujeme potřebné uvolňovací cviky. Důležitá je domácí příprava z oblasti grafomotoriky a nutnost spolupráce s rodiči. Opět jsem žáky podle výkonu rozdělila do tří skupin a sledovala jsem změnu v jejich rozložení:

1. skupina (žáci bez obtíží): Do této skupiny jsem zařadila 29 žáků. Do skupiny ve srovnání s prvním testem šest žáků přibylo.

2. skupina (mírné obtíže): Do této skupiny jsem zařadila 10 žáků. V této skupině naopak šest žáků ubylo.

3. skupina (závažné obtíže): Počet dětí v této skupině zůstal stejný. Představují ji 4 děti.

Závěr:

Z výsledků I. a II. prognostického testu je zřejmé, že složení žáků v jednotlivých skupinách nezůstalo stejné. Šest dětí z druhé skupiny (s mírnými obtížemi) se přeskupilo do skupiny první (bez obtíží). U těchto žáků došlo následkem uvolňovacích

grafomotorických cviků k uvolnění ruky a zlepšení úrovně grafického projevu. Pouze ve třetí skupině žáků (se závažnými obtížemi) zůstal počet i složení dětí bez změny, i když bylo u všech dětí pozorováno mírné zlepšení výkonů. U devíti žáků nedošlo po aplikaci řady uvolňovacích cviků ke zlepšení jejich grafomotorické úrovně. Důvodem může být zatím ještě nedostatečné uvolnění ruky nebo přetrvávající nekorektní úchop psacího náčiní. Příčinu je možné také hledat v psychickém napětí, plynoucím ze strachu z neúspěchu nebo z příliš rychlého pracovního tempa. Pokud žák nestíhá svou školní práci, dostavuje se stres a dochází k zhoršení výkonu v grafomotorickém projevu a následně může dojít k celkovému neúspěchu ve školní činnosti. Podle výsledků prognostického testu můžeme předpokládat, že 67 procent žáků nebude mít žádné grafomotorické obtíže, 23 procent žáků bude mít mírné grafomotorické obtíže a u 9 procent žáků se projeví závažné obtíže, které budou vyžadovat nadstandardní individuální péči ve spolupráci s pedagogicko-psychologickou poradnou.

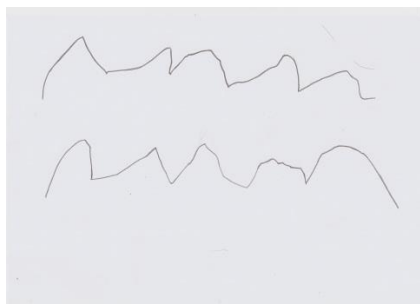
4.4.1 Analýza práce sledovaných žáků s pracovními listy

U dětí ze skupiny se závažnými obtížemi jsem se zaměřila na jejich práci s pracovními listy a provedla analýzu některých z nich. Žáci pracovali do pracovního sešitu *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly*.³⁵

Matouš:

II. prognostický test:

Obrázek č. 27: II. Röszerův prognostický test³⁶

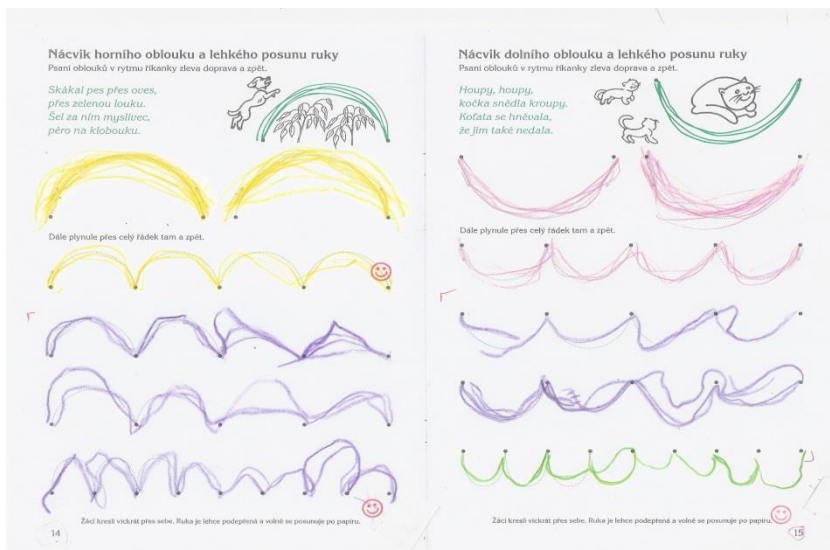


³⁵ Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.

³⁶ Zdroj: Práce žáka třídy 1.A ZŠ Jižní předměstí

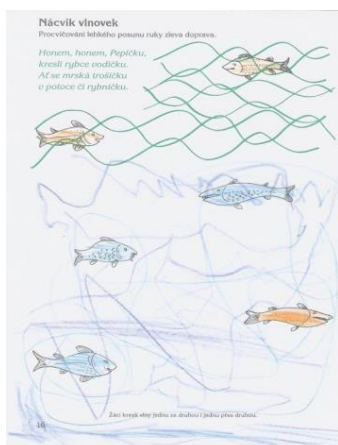
Matouš nezvládá nakreslit tvary „zubů pilky“. Jeho čára je klikatá, místy kostrbatá. Vrcholy „zubů“ nejsou ostré ale zaoblené. Linie je velmi nepravidelná. Neudrží stejný směr a velikost tvarových prvků.

Pracovní list č. 1: Návčik horního oblouku a dolního oblouku a lehkého posunu ruky, s.14,15.



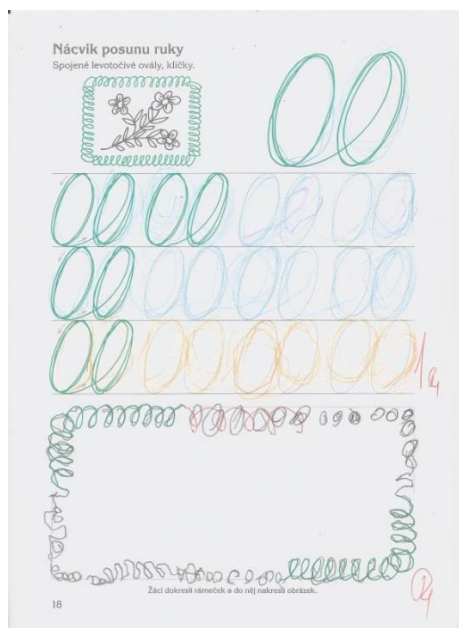
Žák pracoval v napětí. Linie je místy velmi silná, až vyrytá a kostrbatá. Úkolem bylo nakreslit oblouk víckrát přes sebe. Matoušovi se nedařilo obkreslit daný tvar. Je patrný silný přítlak na psací náčiní. Práce působí velmi neúhledně.

Pracovní list č. 2: Návčik vlnovek, s.16.



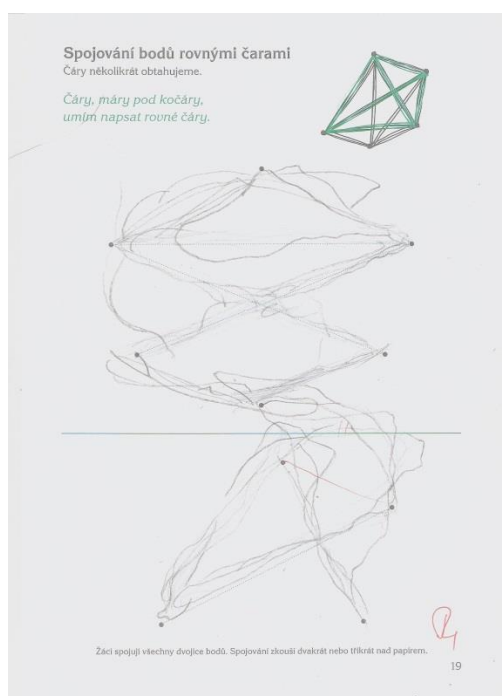
Úkolem bylo kreslit vlny vedle sebe i přes sebe. Procvičuje se lehký posun ruky zleva doprava. Matoušovi se vlny nedařily. Není zachován plynulý směr zleva doprava. Místy jsou vidět ostré obraty a rovné čáry kreslené hustě přes sebe. Střídá se tenká a silná čára.

Pracovní list č. 3: Návčik posunu ruky, s.18.



Spojují se levotočivé ovály, kličky. Matoušovi se nedaří dodržovat vzorový tvar. Ovály zmenšuje a nedaří se ani jejich napojení. Čára je kostrbatá. Dokreslit dolní rámeček složený ze spojených levotočivých kliček chlapec nezvládl. Místa jsou patrné nespojené oválky a klikatá čára. Nedaří se kličky zatočit a napojit další tvar.

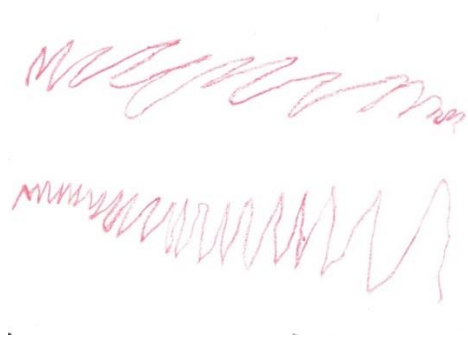
Pracovní list č. 4: Spojování bodů rovnými čarami, s.19.



Úkolem bylo spojit všechny dvojice bodů a čáry několikrát obtáhnout. Nejprve si žáci spoje vyzkoušeli dvakrát až třikrát ve vzduchu nad papírem. Matouš body spojoval křivou a různě kostřbatou čarou, na jejíchž koncích se obtížně třefoval do předkreslených bodů. V těchto místech není čára spojená. Linie jsou napojované a velmi nepřesné. U dolního obrázku Matouš dokonce kreslil mimo vyznačenou plochu. Tvar obrazce je deformovaný. Provedení působí velmi nedbale, bez snahy o podání kvalitního výkonu.

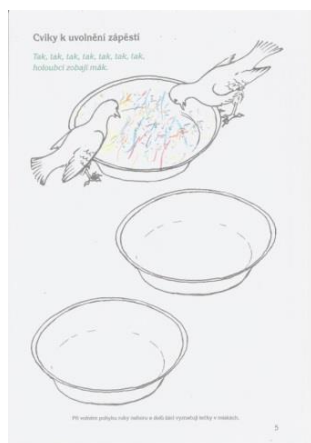
Petra:

Obrázek č. 28: II. Röszerův test³⁷



Z testu je patrné, že Petra nezvládá zastavit ruku na požadovaném místě a provést ostrý obrat se změnou směru, což vypovídá o neuvolněnosti ruky. Některé vrcholy zubů nejsou špičaté, ale zaoblené. Velikost tahů se postupně zvětšuje. V průběhu práce dívka mění sklon písma.

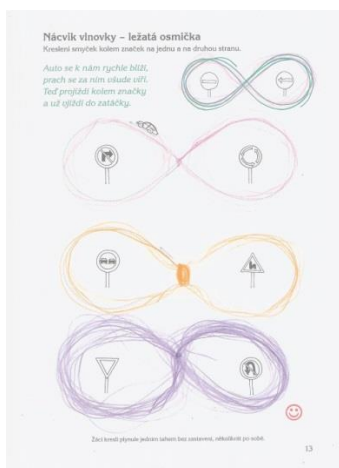
Pracovní list č. 1: Cviky k uvolnění zápěstí, s.5.



³⁷ Zdroj: Práce žákyně třídy 1.A ZŠ Jižní předměstí

Žáci volně pohybují rukou v zápěstí nahoru a dolů a kreslí tečky v misce. Petra nakreslila místo teček čárky, což svědčí o neuvolněné křečovité ruce.

Pracovní list č. 2: Návčik vlnovky – ležatá osmička, s.13.



Žáci kreslí smyčky kolem značek na obě strany. Osmička se kreslí jedním tahem bez zastavení a několikrát se obtahuje. Petra některé čáry napojuje. U velké osmičky nahoře začala kreslit kolem značek kruhy. U prostřední velké osmičky vlnovku uprostřed nekřížila.

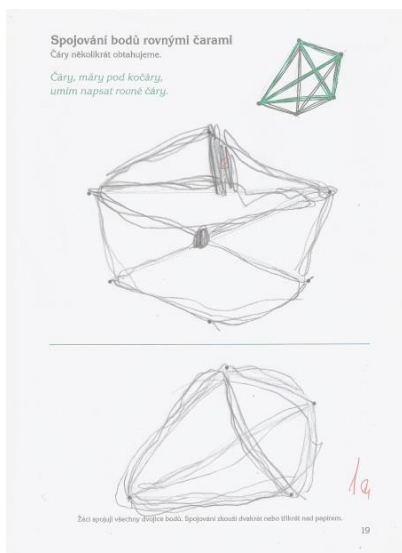
Pracovní list č. 3: Návčik vlnovek, s.16.



Slouží k návčiku lehkého posunu ruky ve směru písma zleva doprava. Petře se nedařilo lehce posunovat rukou. Musela nejprve paži nadzvednout, následně posunout po papíře

a nakonec napojit linii co nejpřesněji. Kresba připomíná horní oblouky s ostrým obratem. Vlnky měly být kresleny vedle sebe i přes sebe. Dívka tvary několikrát obtahovala.

Pracovní list č. 4: Spojování bodů rovnými čarami, s.19.



Žáci spojují rovnou čárou všechny dvojice bodů a několikrát spoje obtahují. Pro Petru je problém trefit se do předkreslených bodů. Vedla čáry na místo, kde žádný bod nebyl. Několikrát silně obtahovala krátkou čáru uvnitř horního obrazce. Tahy jsou velmi nepřesné.

David:

Obrázek č.29: II. Röszerův test³⁸



³⁸ Zdroj: Práce žáka třídy 1.B ZŠ Jižní předměstí

David nebyl spokojený se svým původním výkonem. Proto kresbu odstranil. U nové kresby se chlapec snažil lépe soustředit a podařily se mu nakreslit ostré vrcholy „zubů pilky“. David zvládl zastavit ruku na potřebném místě, provedl změnu směru s ostrým obratem a pokračoval rovnou čarou kolmo dolů, kde bez přerušení linie napojil další „zub“. Hlavním problémem chlapce je neschopnost koncentrovat pozornost po dobu nutnou k vypracování úkolu.

Pracovní list č.1: Návčik horního oblouku a lehkého posunu ruky, s.14.



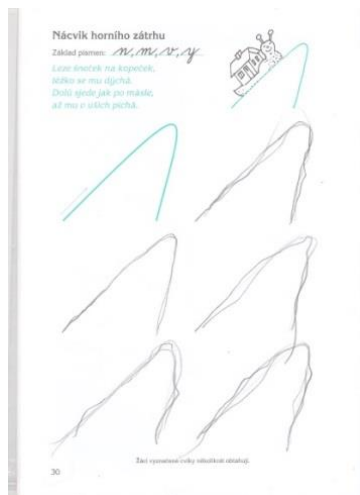
Žáci píšou oblouky v rytmu básničky zleva doprava a zpět. Lépe se chlapci dařily velké oblouky. Při zmenšování oblouků se zhoršovala kvalita jejich provedení. David obtížně napodoboval tvar a velikost předtištěného oblouku.

Pracovní list č.2: Šikmá čára mírně prohnutá zdola nahoru, s.26.



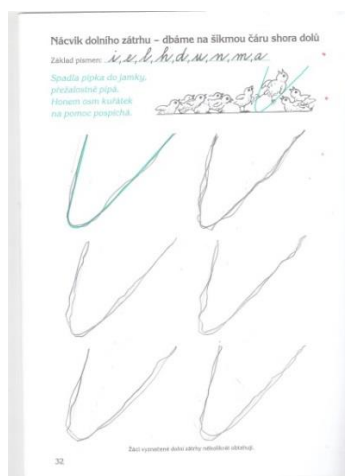
Žáci se musí na vrcholu zastavit, provést ostrý obrat a pokračovat rovně šikmo dolů. Děti vzorový tvar několikrát obtahují. Davidovi činí obtíže obtáhnout rovnou čáru na předkresleném tvaru. Často linii napojuje a některé kratší části čáry několikrát obtahuje. Čára by měla být provedena jedním tahem a tužka by neměla být zvednuta z papíru. Davidovo čáry jsou však na vrcholu rozpojené.

Pracovní list č. 3: Nácvik horního zátřhu, č.30.



Horní zátřh se několikrát obtahuje. Davidovi činí obtíže přesné obtažení předlohy. Jeho linie je kostrbatá a velmi silná, což vypovídá o křečovitě neuvolněné ruce a o silném přitlaku na tužku.

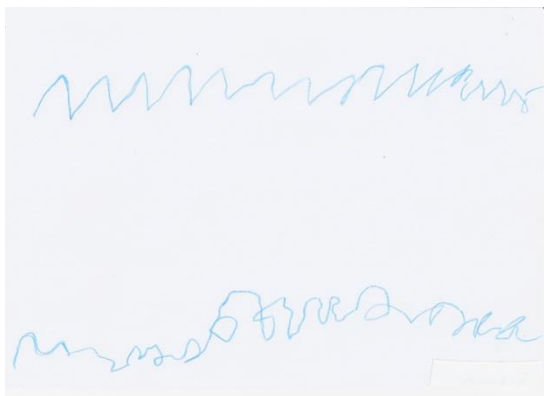
Pracovní list č. 4: Nácvik dolního zátřhu, s.32.



Důraz klademe na šikmou čáru shora dolů. Předkreslené zátrhy žáci několikrát obkreslují. Chlapecovo linie je kostrbatá a vybočuje z předkresleného vzoru. V důsledku silného přitlaku na psací náčiní je písmo roztřesené.

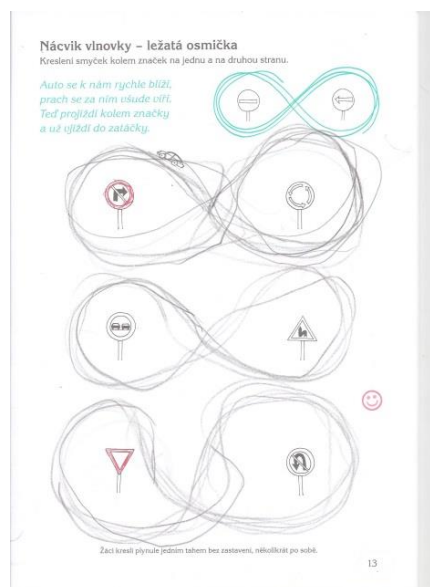
Kryštof:

Obrázek č. 30: II. Röszerův test³⁹



V horní řadě se lépe dařilo nakreslit „zuby pily“. Kryštof se snažil podat dobrý výkon. Na kresbu „zubů“ v dolní řadě se již chlapec nedokázal soustředit. Vznikla klikatá, velmi nepravidelná čára se smyčkami.

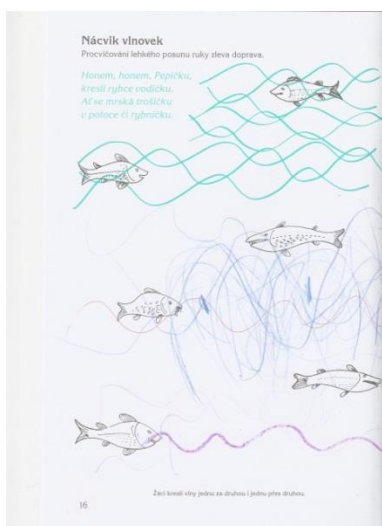
Pracovní list č. 1: Návčik vlnovky – ležatá osmička, s. 13.



³⁹ Zdroj: Práce žáka třídy 1.B ZŠ Jižní předměstí

Kryštof měl kreslit smyčky kolem značek na levou a pravou stranu. Linie je silná s velkým přitlakem na tužku. Tvar je deformovaný, chlapci se nedaří napodobit předtištěný vzor. Místy je tah po zastavení ruky přerušen.

Pracovní list č. 2: Návčik vlnovek. Procvičování lehkého posunu ruky zleva doprava, s.16.



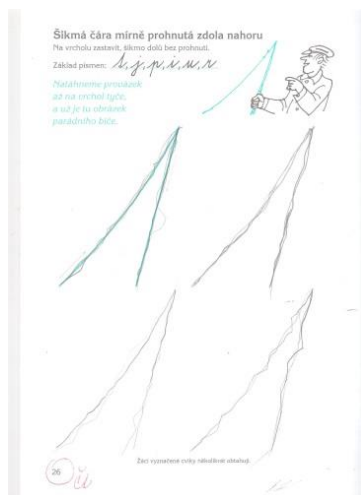
Při kresbě vlnovky musí žáci lehce posunovat ruku ve směru písma. Při neuvolněné křečovité ruce tento plynulý posun žák nezvládá. Dochází k zastavení ruky, jejímu nadzvednutí a posunutí. Linie je přerušena a žák je nucen čáru napojovat. Kryštofovo vlnovky připomínají čmáranici. Linie jsou neorganizované, nedaří se napodobit vzor. Místy se objevují smyčky. Čára je silná, kreslená s nedostatečně uvolněnými svalovými skupinami ruky.

Pracovní list č. 3: Spojování bodů rovnými čarami, s.19.



Žáci spojují všechny body navzájem a tyto spoje několikrát obtahují. Kryštofovo čára je silná, několikrát velmi nepřesně obtahovaná. Kryštof se problematicky strefuje do předtištěných bodů.

Pracovní list č. 4: Šikmá čára mírně prohnutá zdola nahoru, s.26.



Cvik začíná šikmou mírně prohnutou čárou zdola nahoru, na vrcholu se musí ruka zastavit, následuje ostrý obrat a pokračuje se šikmo dolů bez prohnutí. Kryštofovo linie se „vlní“, občas se objeví „ostrý zlom“ čáry. Velký přítlak způsobuje silnou a roztřesenou linii.

4.5 Zhodnocení výsledků a návrhy pro praxi

Zhodnocení výsledků

U všech čtyř sledovaných žáků došlo po přípravném období, kdy žáci prošli systematickou řadou uvolňovacích cviků, k zlepšení grafomotorických dovedností v různé míře. Aplikace série uvolňovacích grafomotorických cvičení se ukazuje jako účinná.

Matouš (kazuistika č.1) si již při grafické činnosti opírá ruku o stůl, písmo je nyní jistější a méně roztřesené. Nedaří se korekce nesprávného úchopu s přesahujícím palcem. Chlapec lépe umísťuje grafémy na řádky. Stále se nedaří udržet stejnou velikost písmen. Přetrvává obtížná koncentrace pozornosti na daný úkol.

Petra (kazuistika č.2) se zlepšila výrazněji. K práci přistupovala velmi svědomitě. Zmenšil se přítlak na psací náčiní. Ukazováček nadále zůstává při psaní mírně prohnutý. Podařilo se zúžit šířku písmen a zároveň zlepšit jejich tvar. Přesněji umísťuje grafémy na řádek. Dívka zrychlila své pracovní tempo. Nyní pracuje stejně rychle jako průměrní žáci ve třídě.

Částečné zlepšení je pozorováno i u Davida (kazuistika č.3). Ruka je uvolněnější. Lépe dodržuje správné tvary písmen. Grafický projev působí celkově úhledněji. Na psaní se již dokáže soustředit delší dobu.

Kryštof (kazuistika č.4) se velmi rychle při psaní unavil. Nyní vydrží pracovat a soustředit se po delší časový úsek. Stále je nutné často zařazovat relaxační a hravé prvky v průběhu grafické činnosti. Došlo k odstranění hstičkového úchopu. U nově utvořeného špetkového úchopu zatím přetrvává silný přítlak na tužku. Nedaří se dodržovat stejný směr a velikost písma.

V rámci empirického šetření byly vysloveny předpoklady, které se naplnily takto:

- 1) U Matouše došlo k částečnému uvolnění ruky a mírnému zlepšení kvality písemného projevu. Chlapec se nadále obtížně soustředí na práci.
- 2) U Petry se podařilo zrychlit pracovní tempo při psaní. Zároveň se zlepšila koncentrace pozornosti.
- 3) U Davida došlo k lepšímu dodržování kresebných tvarů a částečně se zlepšila úprava při grafomotorickém projevu.
- 4) U Kryštofa došlo k částečnému uvolnění všech svalových skupin ruky. Podařila se korekce úchopu psacího náčiní. Nedaří se dodržovat stejnou velikost písma.

Návrhy pro praxi

Nedostatky v oblasti grafomotoriky jsou podle individuality žáků rozdílné. J. Hřebejková (1984) uvádí, že většina grafomotorických obtíží pramení z nedostatečně uvolněných svalových skupin ruky nebo z nesprávného úchopu psacího náčiní. Je nutné posilovat všechny svalové skupiny od ramene až po články prstů. Obtíže se napravují častějším zařazováním uvolňovacích cviků, kdy děti kreslí vstoje na větší formát papíru

(arch balicího papíru) tupou pastelkou. Na arch se předkreslí větší tvarové prvky, které děti obtahují nebo kreslí prvek bez šablony pomocí tvarové paměti. Pokud je úchop psacího náčiní nekorektní, zařazuje se cvičení na rozvoj jemné motoriky nebo se použije trojúhelníkový program. Dítěti se do ruky vkládá tužka s tvarovanou násadkou, která zabezpečí korektní úchop psacího náčiní. Obtíže ve sklonu písma většinou pramení z vnějších příčin – nesprávně nastavené výšky lavice, nesprávného naklonění sešitu, chybného držení těla při psaní nebo nevhodného psacího náčiní. Tyto příčiny můžeme snadno odstranit, aby došlo k nápravě sklonu písma. Obtížněji se odstraňují příčiny vnitřní, pramenící z osobnosti žáka. Zde je třeba péče odborníků - speciálního pedagoga, psychologa, lékaře, nebo psychiatra. Zároveň je vyžadována zvýšená péče a kvalitní a pravidelná domácí příprava ze strany rodičů. Pokud rodiče při nápravě dostatečně nespoupracují, obtíže se odstranit nepodaří. Důležitost spolupráce s rodiči zdůrazňuje PaedDr. Yveta Heyrovská (2004) ve svém programu pro nápravu grafomotorických obtíží „Nebojte se psaní“. Rodičům je hned na počátku vysvětlena celá problematika, aby došlo ze strany rodičů k jejímu správnému pochopení. Tím se zvyšuje pravděpodobnost, že náprava obtíží bude úspěšná. Rodiče by měli znát povahu obtíží jejich dítěte, aby mohly co nejpřesněji zacílit úsilí dítěte při domácí přípravě. Y. Heyrovská při nápravě využívá prvky arteterapie, vychází z tvarů abecedy.

Míra zlepšení v oblasti grafomotorických dovedností závisí mimo jiné na svědomitosti žáků při plnění zadaných úkolů, na pravidelnosti a kvalitě domácí přípravy a v neposlední řadě na motivovanosti dítěte dosáhnout co nejlepších výsledků.

Závěr

Cílem mé diplomové práce bylo sledovat vývoj úrovně v oblasti grafomotoriky u vybraných žáků a sledovat vliv metodické řady uvolňovacích cviků na zmírnění grafomotorických obtíží. Zaměřila jsem se na zlepšení úchopu psacího náčiní, dostatečné uvolnění ruky v rameni, lokti, zápěstí a jednotlivých článků prstů. Sledovala jsem posun v kvalitě kresebného projevu – tvary jednotlivých prvků, směr, přítlak, úhlednost... Na základě zjištěných výsledků potvrzují, že systematická řada uvolňovacích cviků aplikovaných ve správném pořadí má pozitivní vliv na úroveň grafomotorických dovedností a zároveň zmírňuje grafomotorické obtíže. Významnou

roli hraje vlastní úsilí žáka o podání dobrého výkonu a také závažnost obtíží u jednotlivých dětí. Stanovené cíle byly naplněny.

V přípravném období se rozvíjí nejen grafomotorické dovednosti, ale také dochází k rozvoji soustředěnosti, trpělivosti, svědomitosti, prostorové orientace. V důsledku uvolňovacích cviků nastává celková relaxace dítěte, uvolňuje se napětí a dostavuje se pozitivní prožitek ze školní práce. Významnou roli při nápravě grafomotorických obtíží sehrává učitel. Jeho přístup musí být velmi citlivý. Pedagog musí včas odkrýt problémy u žáka, co nejpřesněji je diagnostikovat a okamžitě zahájit nápravu. Podle závažnosti nedostatků je dítě odesláno na odborné vyšetření do pedagogicko-psychologické poradny. Obtíže mohou pramenit i z únavy, proto nezařazujeme psaní po tělesné námaze. Během výuky dostatečně střídáme činnosti, aby nedošlo k jednostrannému přetížení. Před samotným grafickým projevem zařazujeme dostatek uvolňovacích cviků. Náprava grafomotorických nedostatků vyžaduje trpělivé sledování a případné okamžité opravování chyb žáka, aby nedošlo k jejich fixaci. Preferováno je ocenění správně napsaných tvarů před upozorňováním na chyby. Velmi důležitý je vzor učitele. Pokud učitel dodržuje správné tvary písmen a dbá na úhlednost, je pravděpodobné, že i žáci budou psát správně a úhledně.

Psaní má zásadní význam pro rozvoj našeho myšlení. Je zde nutná souhra mozkových center a motoriky. Nesmí být opomenuta nutnost radostného prožitku ze psaní, který je základem pro rozvoj grafomotorických dovedností. Grafomotorika je ve škole klíčová. Při grafomotorických nedostacích můžeme předpokládat, že se vyskytnou obtíže při dalším vzdělávání, dostaví se prožitky neúspěchu a je ohrožena celá osobnost dítěte. Dbáme na přiměřenost, aby nedošlo k přetěžování. Nácvik psaní v jednotlivých vyučovacích hodinách by měl trvat kratší dobu, protože u šestiletých není ukončena osifikace kostí. K žákům přistupujeme individuálně podle jejich schopností a možností. Kromě jemné motoriky a grafomotoriky rozvíjíme sluchové vnímání, zrakové vnímání a orientaci v prostoru.

Resumé

Cílem diplomové práce je sledování vývoje úrovně v oblasti grafomotoriky u žáků s grafomotorickými obtížemi a navrnutí způsobů nápravy těchto obtíží.

Předložená práce v teoretické části popisuje význam výuky psaní, psychologické a pedagogické aspekty psaní a předpoklady pro grafickou činnost. Seznamuje s vývojem dítěte v oblasti hrubé motoriky, jemné motoriky a grafomotoriky. Závěr této části je věnován vlastnímu procesu výuky psaní.

Praktická část práce je zaměřena na kvalitativní empirické šetření provedené u žáků prvního ročníku ZŠ s grafomotorickými obtížemi a na analýzu žákovských grafických prací. Zabývá se vlivem uvolňovacích cviků na uvolnění ruky při psaní. V závěru práce jsou navrženy možnosti nápravy grafomotorických obtíží u sledovaných žáků.

Summary

The aim of this thesis is to monitor the development in the field of graphomotorics with focus on pupils with graphomotoric difficulties, and to propose ways to correct these problems.

The theoretical part of the submitted thesis describes the importance of teaching writing, psychological and didactic aspects of writing, and prerequisites for graphic activity. It presents the development of child's motor skills, i.e. fine and gross motor skills, and graphomotor skills. The last chapter of the theoretical part is devoted to the proces of teaching writing.

The practical part of the thesis focuses on qualitative emprical research among first year students of primary schools who have graphomotoric difficulties and on analysing graphic works of these students. The effects of relaxation excercises on the dominant hand during writing are also mentioned. The conclusion offers possible means of correction of the graphomotoric diffculties.

Seznam použité literatury:

- BEDNÁŘOVÁ, J., ŠMARDOVÁ, V.: *Rozvoj grafomotoriky*. 1. vyd. Brno: Computer Press, a.s., 2006. 80 s. ISBN 80-251-0977-1.
- DOLEŽALOVÁ, J. *Rozvoj grafomotoriky v projektech*. 1. vyd. Praha: Portál, 2010. 166 s. ISBN 978-80-7367693-3
- FABIÁNKOVÁ, B.; HAVEL, J.; NOVOTNÁ, M: *Výuka čtení a psaní na 1. stupni základní školy*. Brno: Paido, 1999. 81 s. ISBN 80-85931-64-8
- HEYROVSKÁ, Y., HRBKOVÁ, H., MAŠKOVÁ, I. *Nebojte se psaní – náprava grafomotorických obtíží u dětí předškolního a školního věku*, Praha: DYS-centrum, 2004
- HŘEBEJKOVÁ, J. a kol.: *Metodická příručka k vyučování českému jazyku a literatuře v 1. ročníku ZŠ*. Praha: SPN, 1984. 160 s. ISBN 80-04-25019-X
- JUCOVIČOVÁ, D., ŽÁČKOVÁ, H.: *Reedukace specifických poruch učení u dětí*. Praha: Portál, 2008. 176 s. ISBN 978-80-7367-474-8.
- LIPNICKÁ, M.: *Rozvoj grafomotoriky a podpora psaní: preventivní program, který napomáhá předcházet vzniku dysgrafie*. Praha: Portál, 2007. 62 s. ISBN 978- 80-7367-244-7
- MLČÁKOVÁ, R.: *Grafomotorika a počáteční psaní*, Praha: Grada Publishing, a.s., 2009. 223 s. ISBN: 978-80-247-2630-4
- OVEČKOVÁ, V.: *Grafomotorická cvičení*. Brno: Computer Press, 2010. 60 s. ISBN 978-80-251-1763-7.
- PENC, V.: *Metodika psaní*. Praha: SPN, 1961. 91 s.
- PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.
- SPÁČILOVÁ, H., ŠUBOVÁ, L.: *Příprava žáka na psaní. Rozvíjení grafomotoriky a zrakového vnímání*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2004. 87 s. ISBN 80-244-0761-2
- ŠIMÍČKOVÁ, H.: *Aspekty prvopočátečního čtení, psaní a rozvoje logického myšlení ve světě bezprostředního okolí dítěte předškolního a raného školního věku*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě – Pedagogická fakulta, 2008. 76 s. ISBN: 978-80-7368-570-6
- ŠIMKOVÁ, I.: *Výuka prvopočátečního psaní*. České Budějovice: Vlastimil Johanus, 2012. 140 s. ISBN 978-80-87510-11-7
- TYMICOVÁ, H.: *Nauč mě číst a psát*. Praha: SPN, 1985. 144 s.

VALÍŠOVÁ, A. a kol.: *Pedagogika pro učitele*. Vyd.1. Praha: Grada, 2007. 402 s. ISBN 978-80-247-1734-0.

WAGNEROVÁ, J.: *Didaktika psaní*. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, 1994. 114 s. ISBN 80-7043-134-2

ZELINKOVÁ, O.: *Poruchy učení*. Praha: Portál, 2003. 263 s. ISBN 80-7178-800-7.

Internetové zdroje:

<http://www.grafomotorika.eu/uchopy-psaciho-nacini/>

SIMONIDESOVÁ, Martina. *Grafomotorický vývoj* (online). 2012-07-02 - (cit. 2013-06-10). Dostupné z: <<http://www.grafomotorika.eu/grafomotorika/>>

Seznam příloh:

Příloha č.1: Ukázka správně provedeného Röszerova prognostického testu

Příloha č.2: Ukázka Röszerova grafomotorického testu žáka s mírnými grafomotorickými obtížemi

Příloha č.3: Ukázka Röszerova grafomotorického testu žáka se závažnými grafomotorickými obtížemi

Příloha č.4: Cviky k uvolnění celé ruky

Příloha č.5: Cviky na uvolnění ramenního kloubu

Příloha č.6: Cviky k uvolnění ruky a zápěstí

Příloha č.7: : Cviky k uvolnění zápěstí

Příloha č.8: Cviky k uvolnění zápěstí a záprstí

Příloha č.9: Cviky na uvolnění celé ruky

Příloha č.10: Návčik vlnovky

Příloha č.11: Návčik horního oblouku

Příloha č.12: Návčik dolního oblouku

Příloha č.13: Návčik oválu

Příloha č.14: Spojování bodů rovnými čarami

Příloha č.15: Psaní vodorovné čáry jedním tahem

Příloha č.16: Psaní krátkých rovných čar

Příloha č.17: Psaní šikmé prohnuté čáry zdola nahoru s listem lípy

Příloha č.18: Psaní šikmé čáry shora dolů

Příloha č.19: Šikmá čára mírně prohnutá shora dolů

Příloha č.20: Šikmá čára mírně prohnutá zdola nahoru

Příloha č.21: Návčik horní kličky

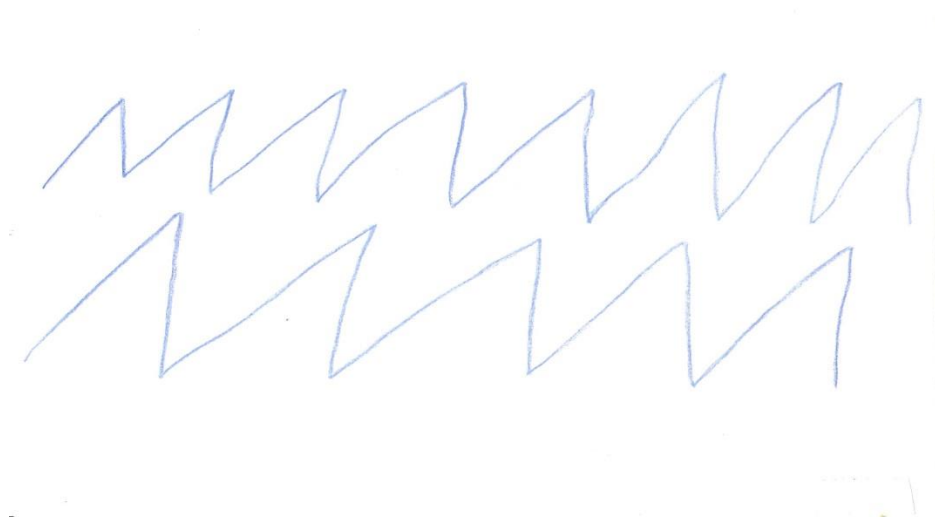
Příloha č.22: Návčik horního zátrhu

Příloha č.23: Návčik dolního zátrhu

Příloha č.24: Návčik dolní kličky

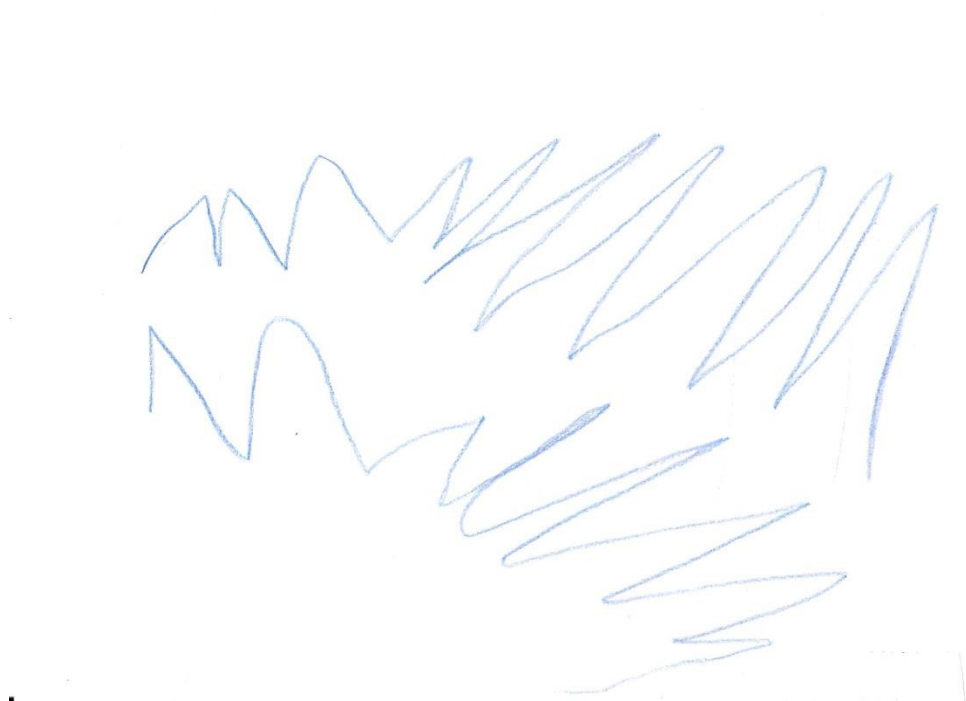
Příloha č. 1 : Ukázka správně provedeného Röszerova prognostického testu

Zdroj: Práce žákyně třídy 1.A ze ZŠ Jižní předměstí Rokycany



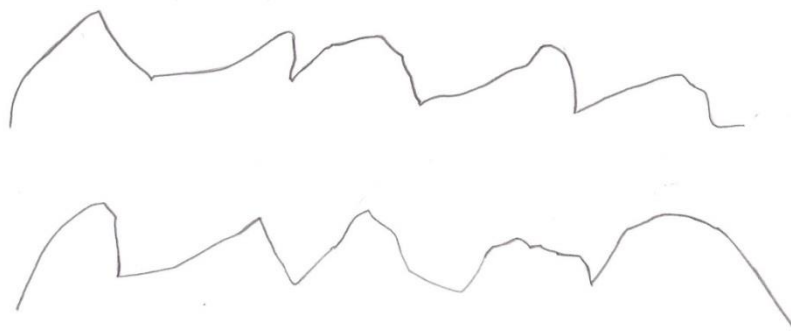
Příloha č.2: Ukázka Röszerova grafomotorického testu žáka s mírnými grafomotorickými obtížemi

Zdroj: Práce žáka třídy 1.B ze ZŠ Jižní předměstí Rokycany



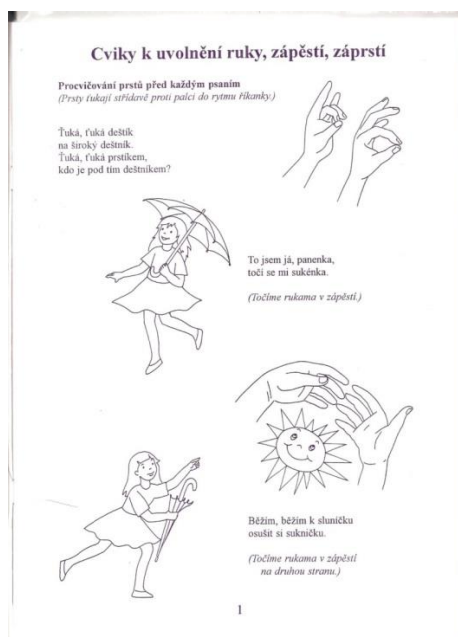
Příloha č.3 : Ukázka Röszerova grafomotorického testu žáka se závažnými grafomotorickými obtížemi

Zdroj: Práce žáka třídy 1.A ZŠ Jižní předměstí Rokycany



Příloha č.4: Cviky k uvolnění celé ruky

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha .5: Cviky na uvolnění ramenního kloubu

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



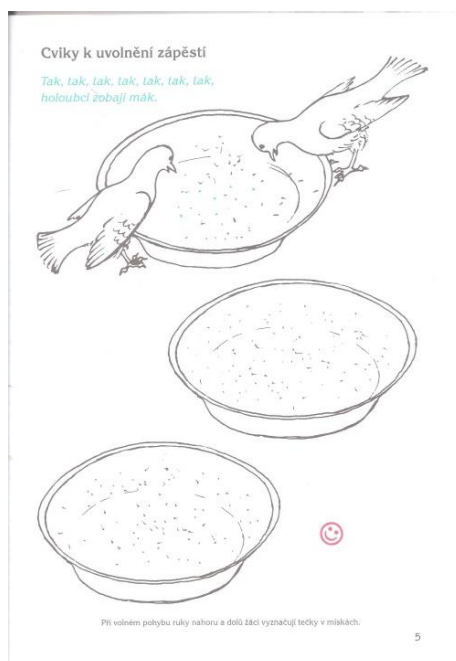
Příloha č.6: Cviky k uvolnění ruky a zápěstí

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



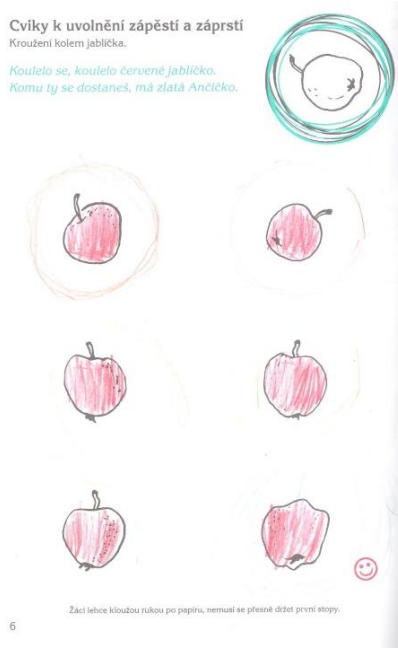
Příloha č.7: Cviky k uvolnění zápěstí

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



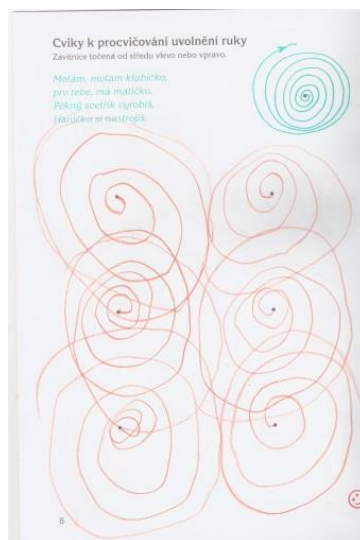
Příloha č.8: Cviky k uvolnění zápěstí a záprstí

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



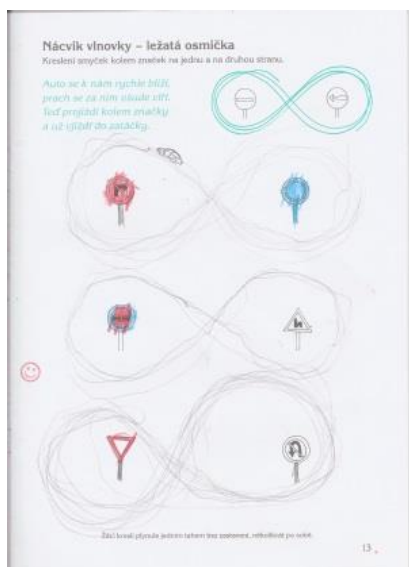
Příloha č.9: Cviky na uvolnění celé ruky

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



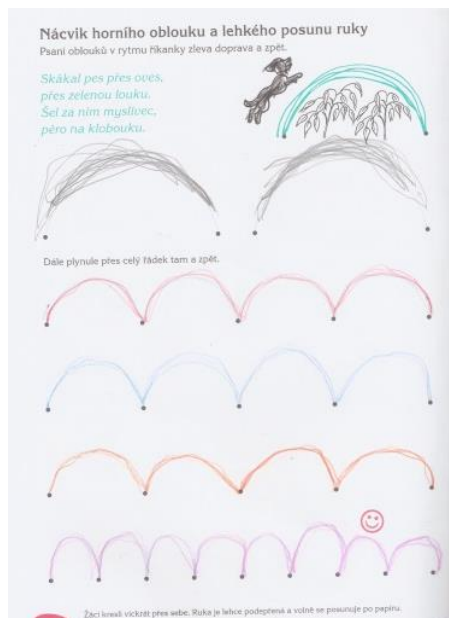
Příloha č.10: Návčik vlnovky – ležatá osmička

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



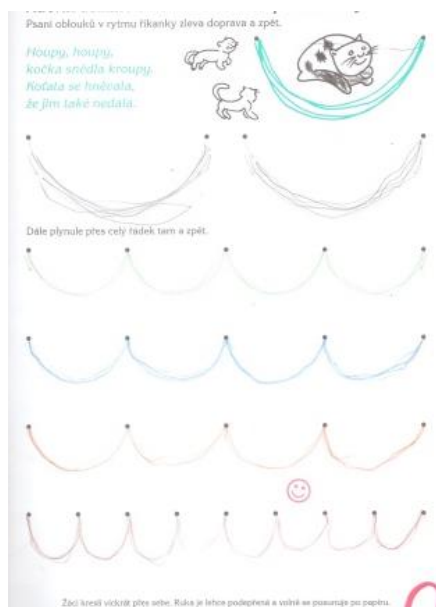
Příloha č.11: Návčik horního oblouku

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



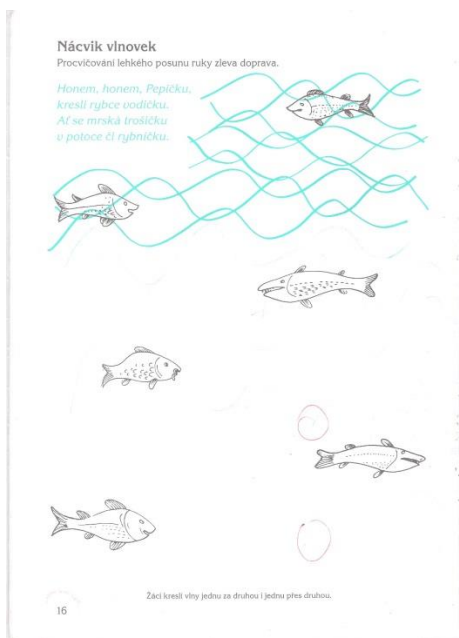
Příloha č. 12: Návčik dolního oblouku

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha č.13: Návčik vlnovky

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



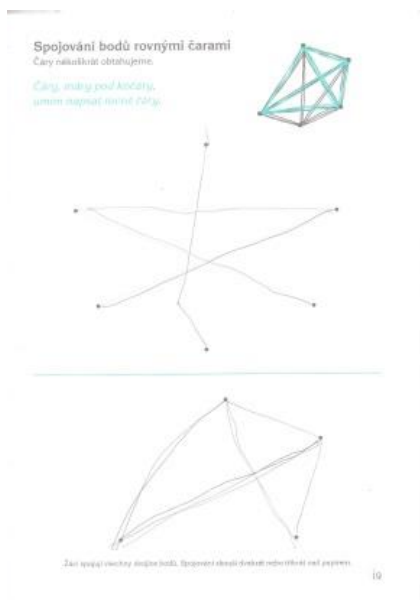
Příloha č.14: Návčik oválu

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



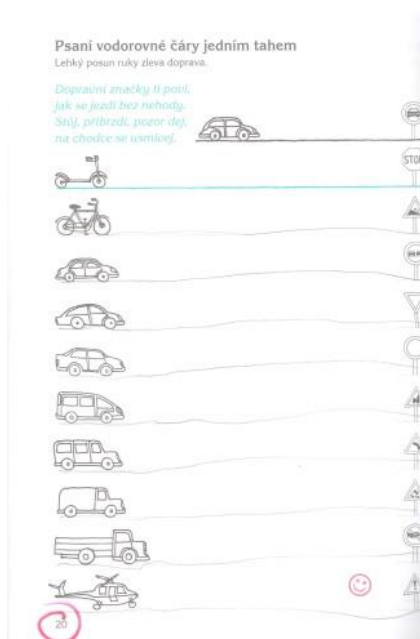
Příloha č. 15: Spojování bodů rovnými čarami

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



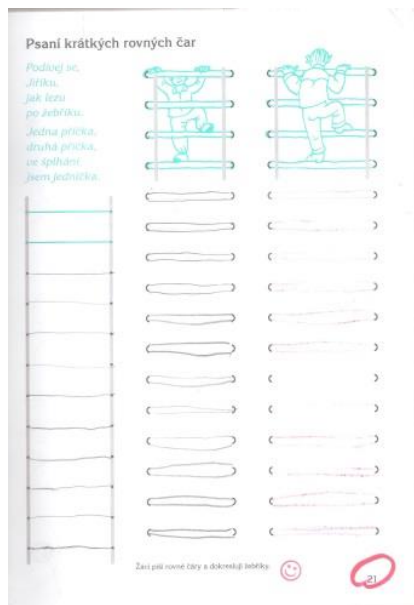
Příloha č.16: Psaní vodorovné čáry jedním tahem

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník*. vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



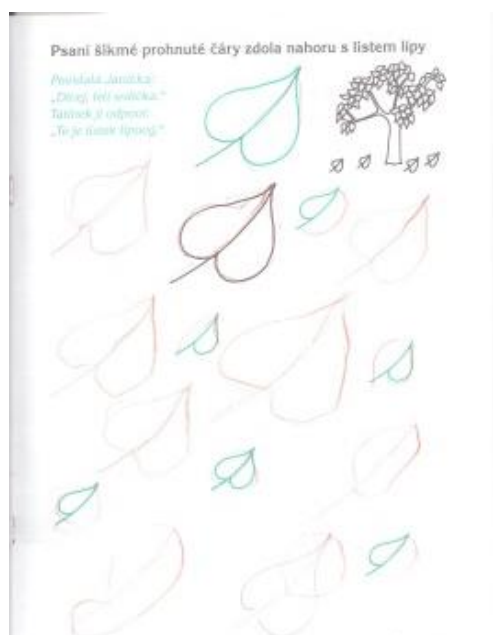
Příloha č.17: Psaní krátkých rovných čar

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha č.18: Psaní šikmé prohnuté čáry zdola nahoru s listem lípy

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha č.19: Psaní šikmé čáry shora dolů

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha č.20: Šikmá čára mírně prohnutá zdola nahoru

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



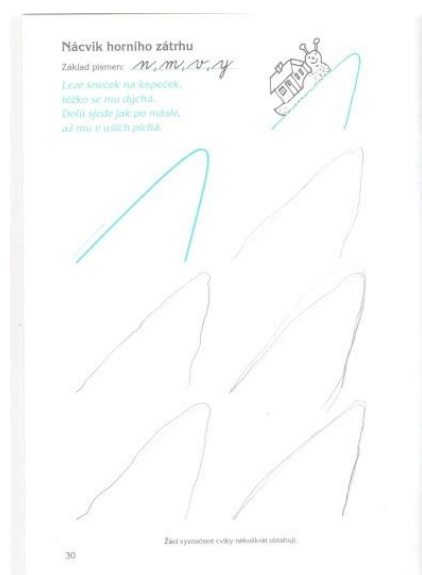
Příloha č.21: Návčik horní kličky

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha . 22: Návčik horního zátřhu

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha č.23: Návčik dolního zátrhu

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.



Příloha č.24: Návčik dolní kličky

Zdroj: PROCHÁZKOVÁ, E.: *Moje první psaní, uvolňovací cviky s říkadly pro 1. ročník.* vyd. Brno: Nová škola., 2012. 44 s. ISBN 978-80-72\89-369-0.

