

# GRAFOMOTORIKA



“Grafomotorika pomeni sposobnost in spretnost pisanja, to je oblikovanja črk in drugih pisnih znamenj in je specifični del splošne motorike” (Žerdin, 2003).

Razvoj grafomotorike je odvisen od razvoja fine motorike. Če ima otrok dobro razvito grafomotoriko, bo to vplivalo na oblikovanje potez pri rokopisu, posledično pa bo otrok pri pisanju tudi hitrejši in manj utrujen (Czerniewska, 1992).

## DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA RAZVOJ GRAFOMOTORIKE

### MIŠIČNI TONUS

Mišični tonus oziroma napetost omogoča **pokončno držo in hoteno gibanje** (Križaj Ortar idr., 2000). S starostjo se pri otroku krepi mišični tonus, kar **vpliva na razvoj grafomotorike** in na dozorevanje mišičnega tonusa, potrebnega za pisanje (Marjanovič Umek in Zupančič, 2004). Za primerno napetost mišic pri pisanju in pravilen oprijem pisala je otrok zrel po **šestem letu** (Križaj Ortar idr., 2000).

### STRANSKOST

Vedeti moramo, katera je otrokova **dominantna roka, noga, oko in uho**. Ni nujno, da se prednostna roka, noga, oko in uho nahajajo na isti strani. **Križna stranskost** pomeni, da se ne nahajajo na isti strani, kar pogosto vodi v **razvoj učnih težav** (Dennison, 2002).

### TELESNA SHEMA OZ.

#### ZAVEDANJE LASTNEGA TELESA

Zavedanje telesa se prične takoj po rojstvu. Sprva otrok raziskuje svoje telo, nato prične svoje telo umeščati v prostor. **Neustrezno razvita telesna shema** se lahko povezuje z **grafično nespretnostjo** (Križaj Ortar idr., 2000). Opazimo tudi **težave pri prostorski orientaciji zapisa** (ne vedo, na kateri strani lista naj začnejo pisati, izpuščajo vrstice, črke so neenakomernih velikosti, lahko tudi menjajo vidno podobne črke in jih napačno zapisujejo) (Koselj, 2009).



### KAKO PREVERIMO TELESNO ORIENTACIJO?

Rečemo, naj se prime za desno uho, z desno roko prekrije levo oko ipd.



## DRŽA TELESA, ROKE IN PISALA

Ustrezna drža telesa pri sedenju je pomembna, saj **zmanjšuje napore mišic pri pisanju**. Posameznik mora imeti **ustrezno višino stola in pisalne površine**. **Komolci** morajo sproščeno ležati na mizi, **kolena** in **stopala** morajo biti pod kotom 90 stopinj, **podplati** pa morajo v celoti ležati na tleh. **Oprijem pisala** ne sme biti premočen. Posameznik pisalo drži približno dva centimetra nad konico s palcem in kazalcem, nasloni pa ga na sredinec. Meziniec, zunanji del dlani in del podlahti naj se dotikajo delovne površine (Ropič Kop idr., 1999).

## SPODBUDE IZ OKOLJA

Pomembno vlogo pri otrokovem opismenjevanju imajo starši in učitelji. Starše je zato potrebno naučiti, kako naj pomagajo otroku. Otrokova želja po uporabi pisal je odvisna od tega, če so pisala v njegovi bližini in če bo vedel, da jih uporablja tudi kdo drug (Križaj Ortar idr., 2000).



## KAJ ČE OTROK Z NOGAMI NE DOSEŽE DO TAL?

Noge podložimo in s tem zagotovimo, da podplati v celoti ležijo na tleh.

Czerniewska, P. (1994). Learning about writing. Oxford; Cambridge, [Massachusetts]: Blackwell, 1994.

Dennison, E., P. in G (2007). Telovadba za možgane. Ljubljana: Založba Rokus Klett

Koselj, J. (2009). Vpliv specifičnega treninga na izboljšanje grafomotoričnega vidika pisave. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

Križaj Ortar, M., Magajna, L., Pečjak, S. in Žerdin, T. (2000). Slovenščina v 1. triletju devetletne osnovne šole. Trzin: Izolit.

Marjanovič Umek, L. in Zupančič, M. (2004). Razvojna psihologija. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Ropič Kop, M., Urbančič Jelovšek, M. in Frančeškin, J. (1999). Danes rišem, jutri pišem, Priročnik za učitelje in vzgojitelje v 1. razredu devetletne osnovne šole (1. natis, str. 35). Rokus.

Žerdin, T. (2003). Motnje v razvoju jezika, branja in pisanja. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše. Društvo Bravo.

