

## „Rusz ręką”

Jest to książeczka, w której proponujemy zabawy prowadzące do integracji i skoordynowania ruchów potrzebnych do nauki pisania. Zabawy zostały dobrane tak, aby dziecko przechodziło od tzw. dużych ruchów do coraz bardziej wyspecjalizowanych.

Nawet bardzo małe dziecko chętnie rysuje i maluje. Początkowe próby graficzne bywają nieudolne i powodują niejednokrotnie nabycie przez dziecko złych nawyków w trzymaniu narzędzia do pisania: kredki, ołówka, długopisu. Od samego początku warto zadbać o to, by dziecko trzymało narzędzie służące do pisania w sposób prawidłowy i ustawiać mu na nim palce w odpowiedni sposób. Dla maluchów polecamy specjalne, pomocne przybory. Dla dziecka w wieku od 1 do 3 roku życia najlepszym przyborem do pisania jest okrągła kredka – kula, ponieważ może chwytać ją całą dłońią. Na plastikowej kuli umieszczone są woskowe kredki w kształcie półkuli. Podczas rysowania dziecko obraca kredką i w ten sposób uzyskuje różne kolory. Ogromną przyjemność sprawia mu rysowanie dwoma kolorami jednocześnie. Kredka daje możliwość uzyskania „rozmachu” w rysowaniu, ponieważ woskowe końcówki zapewniają odpowiedni poślizg. Zwiększa to dynamikę ruchu, dzięki czemu dziecko nie ma tendencji do zwiększania nacisku ręki na kartkę.

Na tym etapie zaleca się również, aby dziecko posługiwało się farbami do malowania palcami.

Malowanie całą dłońią, wykonywanie odcisków stóp i rąk, bezpośredni kontakt palców z farbą i możliwość szybkiego uzyskiwania fantastycznych efektów wizualnych – to wszystko sprawia mu ogromną radość i satysfakcję, zachęcając do częstego powtarzania. Warto malować na dużym arkuszu papieru pakowego na podłodze – daje to możliwość przemieszczania się podczas malowania, a także umożliwia np. wspólne rodzinne malowanie.

Dziecko, które chętnie samodzielnie posługuje się sztuciami podczas jedzenia, jest już gotowe do używania bardziej precyzyjnych narzędzi do pisania. Wprowadź bardzo grube okrągłe kredki świecowe.

Od samego początku ustawiaj palce i dłoń dziecka w sposób prawidłowy,

aby nie powstawały złe nawyki chwytania – zarówno w przypadku używania sztuczków, jak i przyborów do rysowania. Podczas wykonywania prac przy stole zadbaj o postawę dziecka: powinno siedzieć prosto, dosunięte do stołu. Kontrolujcie także sposób trzymania łokcia i głowy. Dobrze, aby malowało i rysowało w różnych pozycjach, bo to pozwala mu na nauczenie się regulowania nacisku na podłoże i pomaga w opanowaniu pracy łokcia. Powinno przy tym mieć do dyspozycji dość dużą powierzchnię do rysowania, aby ćwiczyło wielkie ruchy. Rolę tablicy może spełniać także duży arkusz papieru, który można zainstalować na płycie wiórowej i powiesić na ścianie.

Pierwsze kredki o zwykłym kształcie i średnicy może otrzymać 3 – 4 letnie dziecko. Możesz zaopatrzyć je od początku w specjalnie wymodelowaną nasadkę do pisania, która wymusza prawidłowy sposób ułożenia palców. Bardzo dobre są też grube kredki o trójkątnym kształcie.

Dbaj o to, by zabawy w kreślenie były dla dziecka radosne i ciekawe, bo wtedy z większym zapałem będzie podejmowało próby nauczenia się trudniejszych czynności i częściej będą one kończyły się sukcesem.

Chwal dziecko za podjęcie każdej próby wykonania stawianego przed nim zadania, nawet jeśli wykonało je nieudolnie. Nie popędzaj dziecka, daj mu czas.

Zachowuj jego prace. Oglądajcie je systematycznie, a dziecko samo zauważy postępy.

Dobrze, aby podczas ćwiczeń graficznych dziecko słuchało wyciszającej emocje muzyki. Rozmawiajcie o tym, co rysuje – odwołujcie się do jego wyobraźni i przyjemnych wspomnień.

Fundamentalne znaczenie dla zdobycia powyższych umiejętności ma codzienna, twórcza i aktywna zabawa, podczas której dziecko uczy się podejmować i wykonywać z powodzeniem coraz to nowe zadania ćwiczące jego sprawność manualną. Ta książeczka pokazuje, jak robić to skutecznie.



## Popisy „akrobatyczne”

### Co należy zrobić

1. Zachęć dziecko, by starało się utrzymać równowagę, przenosząc różne przedmioty z jednej części domu lub ogrodu do drugiej. Dziecko może próbować utrzymać piórko, książkę lub pudełko kart na dłoni. Zaproponuj dziecku, by spacerowało szybkim krokiem z książką na głowie lub leżało na plecach z nogą uniesioną w górę i starało się utrzymać różnorodne przedmioty na stopie.
2. Połóż drewnianą deskę na ścieżce albo trawniku. Powinna mieć około 25 cm szerokości i 2 m długości. Bawcie się w chodzenie po desce, później możesz użyć do tego celu liny rozłożonej na ziemi.

### Jak to pomaga dziecku w uczeniu się

- Świetnie uczy utrzymywania właściwej postawy oraz równowagę.
- Kształtuje koordynację całego ciała oraz koordynację wzrokowo-ruchową; wzmacnia pewność siebie.
- Wpływa na prawidłową postawę ciała i harmonię ruchów.



**Inteligencja:**  
ruchowa,  
wzrastająca –  
przestrzenna

### Wskazówka

Dziecko może uczyć się utrzymania równowagi na innych długich i cienkich przedmiotach (np. miotła) albo z piłkami w dłoniach. Wcześniej powiedz dziecku, jak zachować bezpieczeństwo.

### I jeszcze jedno!

Żonglowanie również wspomaga koordynację ruchową. Rozpocznijcie od dwóch miękkich piłek i stopniowo zwiększajcie trudność zadania. Próbuje też żonglować chustami.



## Palcem po piasku

### Co należy zrobić

Wysyp na tacę kaszę mannę albo wylej kisiel, rozmaż budyń czy bitą śmietaną. Poprowadź palec wskazujący dziecka, pomagając mu kreślić różne szlaczki i kształty: kółka, kwadraty, trójkąty, linie proste, fale i łuki. Naucz je „wymazywać” w magiczny sposób rysunki po ich wykonaniu poprzez delikatne pocieranie powierzchni ręką. Mówcie przy tym: „Szast, prast i zniknęło!”. Stopniowo możesz do zabawy włączać rysowanie liter i cyfr. Jeżeli dziecko ma rozluźnioną, „plastyczną” rękę, pozwól mu kreślić samodzielnie. Wykorzystaj jako wzory litery i cyfry zrobione wcześniej (zob. nr 13). Ustawiaj zawsze przed dzieckiem tylko jedną literkę.

### Jak to pomaga dziecku w uczeniu się

Dziecko nabiera płynności ruchów przy kreśleniu.



Inteligencja:  
ruchowa,  
wizualno –  
przestrzenna

### Wskazówka

Na spacerze możecie rysować palcem lub patykiem po piasku oraz kredą po chodniku. Takie zabawy można z powodzeniem stosować u dzieci w wieku szkolnym z trudnościami w pisaniu.

### I jeszcze jedno!

Grubym flamastrem narysuj na kartce papieru duże szlaczki i poproś, by dziecko wodziło palcem po śladzie od strony lewej do prawej.