



Diplomová práce

Úchop psací potřeby a jeho možná náprava na počátku školní docházky

Studijní program:

M0113A300008 Učitelství pro 1. stupeň základních škol

Autor práce:

Adéla Votavová

Vedoucí práce:

PhDr. Jana Johnová, Ph.D.
Katedra primárního vzdělávání

Liberec 2024



Zadání diplomové práce

Úchop psací potřeby a jeho možná náprava na počátku školní docházky

<i>Jméno a příjmení:</i>	Adéla Votavová
<i>Osobní číslo:</i>	P19000477
<i>Studijní program:</i>	M0113A300008 Učitelství pro 1. stupeň základních škol
<i>Zadávací katedra:</i>	Katedra primárního vzdělávání
<i>Akademický rok:</i>	2022/2023

Zásady pro vypracování:

CÍL: Analýza fotografií držení psací potřeby žáků 1. a 2. ročníku ZŠ a vyvození pokynů pro nápravu držení psací potřeby na základě rozhovorů s učiteli – elementaristy.

METODY: analýza fotografií, strukturovaný rozhovor

POŽADAVKY:

- Studium odborné literatury,
- fotografování úchopu na počátku, v polovině a na konci 1. ročníku a na počátku 2. ročníku ZŠ,
- realizace strukturovaného rozhovoru s učiteli ZŠ,
- vyhodnocení výsledků,
- formulace pokynů pro správné držení psací potřeby.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování práce:

tištěná/elektronická

Jazyk práce:

čeština

Seznam odborné literatury:

BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ V., 2006. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Vyd. 1. Brno: Computer Press. ISBN 80-251-0977-1.

SVOBODOVÁ, J., 2001. *Metodika rozvoje grafomotoriky a počátečního psaní*. 4. vyd. Praha: Institut pedagogicko – psychologického poradenství.

FASNEROVÁ, M., 2018. *Prvopočáteční čtení a psaní*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0289-1.

SKUTIL, M., 2011. *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-778-7

VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Vývojová psychologie, Dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1

Vedoucí práce:

PhDr. Jana Johnová, Ph.D.

Katedra primárního vzdělávání

Datum zadání práce:

16. listopadu 2022

Předpokládaný termín odevzdání: 1. května 2024

L.S.

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.
děkan

doc. RNDr. Jana Příhonská, Ph.D.
garant studijního programu

V Liberci dne 1. prosince 2022

Prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé diplomové práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé diplomové práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li diplomovou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má diplomová práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

Poděkování

Chtěla bych velice poděkovat paní PhDr. Janě Johnové, Ph.D., za její vedení, vstřícnost při konzultacích a cenné připomínky, které výrazně přispěly ke kvalitě diplomové práce. Dále mé díky patří doc. RNDr. Petrovi Andělovi, CSc., za neocenitelné rady týkající se vyhodnocování fotografií a statistické analýzy.

Ráda bych rovněž poděkovala třídním učitelům, kteří mi poskytli umožnit šetření v jejich třídách, a všem učitelům, kteří se mnou ochotně sdíleli své pohledy na problematiku grafomotoriky.

Neméně důležité je poděkování mé rodině za jejich nepostradatelnou podporu během celého mého studia a povzbuzení během psaní diplomové práce.

Anotace

Diplomová práce se zabývá výukou úchopu psací potřeby u dětí a možnostmi korekce nesprávného držení. Teoretická část práce definuje klíčové pojmy jako je jemná motorika, hrubá motorika a grafomotorika. Dále se zaměřuje na vývoj těchto motorických dovedností u dětí a na jejich přípravu na psaní. Důležitou součástí teoretické části jsou hygienické návyky spojené s psaním a různé metody, které mohou pomoci upevnit správný úchop psací potřeby u dětí.

Praktická část práce se zaměřuje na konkrétní šetření a analýzu fotografií úchopů psacích potřeb u 109 dětí ze tří různých škol. Tato část poskytuje detailní pohled na různorodost úchopů mezi dětmi a analyzuje možné souvislosti mezi držení psacích potřeb a pohodlím při psaní. Součástí jsou také rozhovory s učiteli prvních tříd, kteří dennodenně pracují s dětmi a mají přímý kontakt s jejich psacími návyky a problémy.

Tímto způsobem se diplomová práce snaží přispět k lepšímu porozumění problematice správného úchopu psacích potřeb a poskytnout učitelům i rodičům užitečné informace pro podporu dětí v jejich motorickém a psacím rozvoji.

Klíčová slova: jemná motorika, hrubá motorika, grafomotorika, přípravné období, hygienické návyky, špetkový úchop, úchop psací potřeby, uvolňovací cviky.

Annotation

The thesis addresses the teaching of pencil grip to children and the potential corrections of improper grip. The theoretical part defines key terms such as fine motor skills, gross motor skills, and graphomotor skills. It also focuses on the development of these motor skills in children and their preparation for writing. An integral part of the theoretical section covers hygiene habits related to writing and various methods that can assist in reinforcing correct pencil grip among children.

The practical part of the thesis centers on a specific investigation and analysis of photographs depicting pencil grips among 109 children from three different schools. This section offers a detailed view of the diversity of grips among children and analyzes possible correlations between pencil grip and writing comfort. Additionally, it includes interviews with first-grade teachers, who have daily interaction with children and firsthand experience with their writing habits and challenges.

Through this approach, the thesis endeavors to enhance understanding of the issue of correct pencil grip and provide teachers and parents with useful insights to support children in their motor and writing development.

Keywords: fine motor skills, gross motor skills, graphomotor skills, preparatory period, hygiene habits, tripod grip, pencil grip, relaxation exercises

Obsah

Úvod.....	7
1. Grafomotorika.....	8
1.1. Hrubá motorika, jemná motorika, zrakové vnímání.....	8
1. 1. 1. Hrubá motorika.....	9
1. 1. 2. Jemná motorika.....	10
1. 1. 3. Zrakové vnímání.....	11
1. 2. Vývojová stádia grafomotoriky	12
1. 2. 1. Posouzení vývojové úrovně a úrovně grafomotorických schopností.....	12
1. 2. 2. Vývojová stádia kresby a úchopu PP.....	13
1. 3. Rozvoj grafomotoriky v předškolním věku a na počátku školní docházky.....	15
1. 3. 1. Motivace.....	16
1. 3. 2. Uvolňovací cviky.....	17
1. 3. 3. Grafické prvky.....	20
2. Výuka psaní.....	23
2. 1. Obecné cíle výuky psaní v RVP ZV.....	23
2. 2. Etapy výuky psaní.....	24
2. 2. 1. Přípravné období.....	24
2. 2. 2. Nácvik psaní písmen slov a vět.....	26
2. 2. 3. Opis, přepis, diktát a autodiktát.....	26
2. 3. Psaní leváků.....	27
2. 4. Metody výuky psaní.....	27
2. 4. 1. Analyticko-syntetická metoda.....	27
2. 4. 2. Globální metoda.....	28
2. 4. 3. Genetická metoda.....	28
2. 4. 4. Alternativní přístupy ve vyučování psaní.....	28
3. Příprava žáků na psaní.....	30
3. 1. Hygienické návyky.....	30
3. 2. Správné a chybné způsoby držení psacího náčiní a další faktory ovlivňující jejich účinnost	33
3. 2. 1. Špetkový úchop.....	34
3. 2. 2. Nesprávné úchopy.....	35
3. 3. Metody a techniky k upevnění správného úchopu	38
3. 3. 1. Příprava úchopu.....	39
3. 3. 2. Metoda k získání správného držení.....	40
3. 3. 3. Náprava chybného držení psací potřeby.....	41
4. Cíle a výzkumné otázky.....	44
4. 1. Cíle výzkumu.....	44
4. 2. Výzkumné otázky.....	44
5. Metodologie výzkumného šetření.....	46
5. 1. Výzkumné metody	46
5. 1. 1. Analýza fotografií.....	46
5. 1. 2. Analýza strukturovaného rozhovoru.....	46
5. 2. Charakteristika výzkumných souborů.....	47
5. 3. Průběh šetření.....	50
6. Výsledky šetření	52
6.1. Analýza fotografií.....	52
6.2. Rozhovory s učiteli.....	68
6.3. Diskuze.....	71

Závěr.....	74
Seznam použitých zdrojů.....	76

Seznam obrázků

Obrázek 1: 1. skupina uvolňovacích cviků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 59).....	19
Obrázek 2: 2. skupina uvolňovacích cviků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 60).....	19
Obrázek 3: 3. skupina uvolňovacích cviků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 61).....	20
Obrázek 4: 1. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 63).....	20
Obrázek 5: 2. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 64).....	21
Obrázek 6: 3. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 69).....	21
Obrázek 7: 3. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 73).....	22
Obrázek 8: Grafické elementy (Křivánek, Wildová, 1998, s. 64).....	25
Obrázek 9: Grafické elementy (Křivánek, Wildová, 1998, s. 65).....	26
Obrázek 10: Správné držení - Špetkový úchop (foto vlastní).....	34
Obrázek 11: Nesprávné držení - Nízké držení (foto vlastní).....	35
Obrázek 12: Nesprávné držení - Prohnutý ukazováček (foto vlastní).....	35
Obrázek 13: Nesprávné držení - Vysoké držení (foto vlastní).....	36
Obrázek 14: Nesprávné držení - Palec přes ukazovák (foto vlastní).....	36
Obrázek 15: Nesprávné držení - Dva prsty položené shora palec přes ně (foto vlastní).....	37
Obrázek 16: Nesprávné držení - Dva prsty položené shora s prohnutím (foto vlastní).....	37
Obrázek 17: Nesprávné držení - Dva prsty položené shora (foto vlastní).....	37
Obrázek 18: Nesprávné držení - Palec přes psací potřebu (foto vlastní).....	37
Obrázek 19: Nesprávné držení - Držení v pěsti (foto vlastní).....	37
Obrázek 20: Nesprávné držení - Tužka mezi 2. a 3. prstem (foto vlastní).....	38
Obrázek 21: Nesprávné držení - Tři prsty položené shora (foto vlastní).....	38
Obrázek 22: Nesprávné držení - Držení s vysoko položeným palcem (foto vlastní).....	38

Seznam tabulek

Tabulka 1: Vývoj grafomotoriky.....	14
Tabulka 2: Procentuální rozložení podtypů úchopů v 1. šetření (%).....	61
Tabulka 3: Procentuální rozložení podtypů úchopů ve 2. šetření (%).....	62
Tabulka 4: Procentuální rozložení podtypů úchopů ve 3. šetření (%).....	63
Tabulka 5: Procentuální rozložení podtypů úchopů ve 4. šetření (%).....	63

Seznam grafů

Graf 1: Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby za jednotlivá období.....	53
Graf 2: Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u dívek za jednotlivá období.....	54
Graf 3: Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u chlapců za jednotlivá období.....	55
Graf 4: Počet správného a nesprávného držení psací potřeby za celé období.....	56
Graf 5: Změny zaznamenané mezi 1. a 3. šetřením.....	57
Graf 6: Změny zaznamenané mezi 1. a 4. šetřením.....	58
Graf 7: Některé vyskytující se scénáře v šetření.....	60
Graf 8: Procentuální zastoupení skupin úchopů v 1. období.....	64
Graf 9: Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 2. období.....	65
Graf 10: Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 3. období.....	66
Graf 11: Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 4. období.....	67

Seznam použitých zkratk

RVP ZV	Rámcový vzdělávací program základního vzdělávání
PP	Psací potřeba
MŠ	Mateřská škola
ZŠ	Základní škola

Úvod

Psaní je jednou z základních lidských dovedností. Správný úchop psací potřeby a rozvinuté grafomotorické dovednosti jsou klíčové pro úspěšné zvládnutí psaní. Z vlastní pedagogické praxe vím, že problémy spojené s držením psací potřeby a grafomotorikou jsou běžným jevem.

V současné době žijeme v éře digitálních technologií, které zásadně ovlivňují volný čas dětí. Namísto klasických aktivit jako je malování štětcem nebo hraní deskových her, se děti stále častěji obrací k tabletům a mobilním telefonům. Tento trend může negativně ovlivňovat rozvoj jejich grafomotorických dovedností a správného úchopu psací potřeby.

Psaní však zůstává nenahraditelnou součástí našeho života a kultury a je důležité, abychom se mu nadále věnovali s odpovídající pozorností. Tato práce se zaměřuje na analýzu současného stavu úchopů psací potřeby u dětí a na formulaci praktických doporučení pro pedagogickou praxi. Cílem je přispět k lepšímu porozumění problematice držení psací potřeby a poskytnout učitelům, rodičům a odborníkům ucelený pohled na osvojování správných psacích dovedností v raném věku.

Teoretická část práce se zabývá důležitými aspekty psaní, včetně technik správného úchopu psací potřeby a hygienických návyků, které jsou nezbytné pro kvalitní psaní.

Praktická část práce využívá fotografickou analýzu, která nám umožnila získat konkrétní data o současném stavu držení psací potřeby u dětí ve vybraných školách. Dále jsou zde strukturované rozhovory s pedagogy, na jejichž základě jsou vyvozené doporučení pro nápravu či upevnění správného držení.

Tato diplomová práce je určena především pedagogům mateřských a základních škol, ale i rodičům a dalším, kteří se zajímají o optimální rozvoj psacích dovedností u dětí. Věřím, že výsledky této práce mohou sloužit jako cenný zdroj informací a inspirace pro všechny zainteresované, kteří se podílí na výchově a vzdělávání mladší generace.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Grafomotorika

Pro psaní spojené s pohybovými dovednostmi myšlenkovými procesy a smyslovým vnímáním používáme termín grafomotorika, který vychází z kombinace slov "grafo" a "motorika".

Defektologický slovník (2000, s. 194) zmiňuje, že termín "grafo" pochází z řeckého slova, a lze ho interpretovat jako psaní. Na druhé straně má termín "motorika" svůj původ v latinském slově "motus", což značí pohyb.

V této souvislosti lze chápat motoriku jako celkovou pohybovou schopnost a soubor všech pohybů lidského těla, které odrážejí obecnou hybnost organismu. (Akademický slovník cizích slov, 1995, s. 511)

Podle definice z Pedagogického slovníku (Průcha, 2008, s. 69) lze grafomotoriku chápat jako komplex psychosomatických aktivit, které jedinec provádí při psaní. Psaní překračuje mechanické pohyby ruky a je řízeno psychickými procesy. Například na úrovni psaného projevu lze pozorovat psychické rozpoložení člověka, zda je unavený či nemocný.

1.1. Hrubá motorika, jemná motorika, zrakové vnímání

Doležalová (2016, s. 21) uvádí, že grafomotoriku nelze omezit pouze na jednoduché pohyby ruky během grafické činnosti. Jedná se o komplexní proces. Tuto schopnost lze přesněji chápat jako soubor senzomotorických činností, které jedinec provádí při kreslení a psaní. Je to integrace mnoha dovedností, které zahrnují motorické, senzorní a psychické aspekty a díky nim může jedinec efektivně komunikovat skrze psané slovo či kresbu.

Vývoj grafomotorických dovedností je charakterizován specifickou posloupností a vzájemným propojením mezi hrubou motorikou, jemnou motorikou, motorikou mluvidel a motorikou očních pohybů. Aby bylo dítě schopno kreslit a následně psát, je nezbytné, aby existovala harmonická souhra mezi vizuálním vnímáním a manuálními dovednostmi ruky. Deficity v oblasti pohybového vývoje nebo zrakového vnímání u dítěte, ať už způsobené nedostatečnou zralostí nebo přímo handicapem, se výrazně projevují negativním vlivem na jeho schopnost kresby. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 14)

1. 1. 1. Hrubá motorika

Základní pohyby, které se uplatňují při psaní a kreslení, mají svůj původ v hrubé motorice. V případě, že dítě projevuje obtíže nebo nesnáze při kreslení, je vhodné věnovat pozornost zejména rozvoji hrubé motoriky. Hrubá motorika tvoří základ, ze kterého vychází další pohybové dovednosti. (Bednářová, Šmardová, 2021a, s. 44).

„Tato oblast neuromotoriky zahrnuje pohyby končetin (rukou, nohou) a celého těla. Patří sem např. chůze, lezení, skákání, šplhání, sed, leh, házení, chytání, zaujímání různých poloh, běh, točení, houpání, koulení, nošení atd.“ (Szabová, 1999, s. 61)

Chceme-li lépe porozumět hrubé motorice, je klíčové si uvědomit, že tato schopnost se neomezuje pouze na mechanické pohyby končetin, ale zahrnuje celkovou pohybovou koordinaci celého těla. Jednotlivé aktivity, které do hrubé motoriky spadají, nabízejí širokou škálu pohybových výzev, které mají vliv na různé aspekty dětského vývoje. Chápání a podpora hrubé motoriky jsou klíčové pro celkový rozvoj dítěte, protože tato schopnost má vliv na koordinaci, rovnováhu, sílu a vytrvalost.

Je nezbytné mít na zřeteli, že rozvoj hrubé motoriky nejen ovlivňuje samotné pohyby celého těla, ale také představuje klíčový faktor pro rozvoj jemné motoriky. Jemná motorika, zahrnující precizní pohyby malých svalů, následně přispívá k rozvoji grafomotoriky.

Rozvoj grafomotoriky je zvláště důležitý v kontextu schopnosti dítěte psát a kreslit. Harmonická souhra mezi hrubou a jemnou motorikou vytváří pevný základ pro kvalitní provedení pohybů spojených s psaním a kreslením, což má pozitivní vliv na celkový rozvoj dětských dovedností. (Bednářová, Šmardová, 2021b, s. 44).

Jako konkrétní činnosti pro rozvoj hrubé motoriky zmiňují Bednářová a Šmardová (2021, s. 44) například *“...spontánní hry, chůzi, běh, skákání, seskakování, lezení, přelézání, podlézání, chytání, házení, udržování rovnováhy při chůzi přes lavičku, kládu, chůzi po schodech, stoje a skákání na jedné noze.”*

Pokud má dítě obtíže v těchto aktivitách a jeho pohybová zručnost se výrazně liší od ostatních vrstevníků, projevuje nejistotu a plachost, je důležité zajistit mu dostatek pohybu, možnost přirozeného pohybu venku, překonávání překážek a účast ve hrách s ostatními dětmi. (Bednářová a Šmardová, 2021, s. 44)

1. 1. 2. Jemná motorika

Jemná motorika zahrnuje pohyby prstů, což zajišťuje schopnost uchopit předměty, manipulovat s nimi a pracovat s materiály různých tvarů, kvalit a velikostí. Dále patří do této oblasti pohyby tváře, které se projevují skrze mimiku, pohyby jazyka a mluvidel, což spadá pod oblast oromotoriky.

Při rozvíjení jemné motoriky se zaměřujeme především na harmonickou koordinaci subtilních pohybů. Tato schopnost pohybové kontroly nachází své uplatnění v různých uměleckých a pracovních odvětvích, jako například při opravách předmětů, ruční práci nebo při hře na hudební nástroje. Zároveň je však nezbytná i v našem každodenním životě, kde nám umožňuje provádět precizní a efektivní manipulaci s různými objekty a materiály. Tato schopnost se stává klíčovým prvkem pro úspěšné zvládnání různých úkolů, a to nejen ve specializovaných oborech, ale také při běžných denních aktivitách. (Měkota, Cuberek 2007, s. 16)

Pro podporu rozvoje jemné motoriky u dětí je klíčové využívat každodenní činnosti, sebeobslužné aktivity, manipulační hry a tvořivé rukodělné činnosti. Přírozené příležitosti se stávají prostředkem k podněcování této dovednosti. Všechny vybrané aktivity by měly být pro dítě smysluplné a mělo by vnímat užitek spojený s jejich prováděním. Například, když se zabýváme s dítětem navlékáním korálků, může být pro něj prospěšné, pokud následně navlečený řetízek nosí samo nebo jeho maminka. V situaci, kdy korálky ze šňůry ihned odstraníme, ztrácí tato aktivita pro dítě svůj smysl a motivace k dalšímu zapojení do ní klesá. Je tedy důležité, aby aktivity podporující jemnou motoriku dětí byly koncipovány tak, aby nejen rozvíjely tuto dovednost, ale také poskytovaly dítěti pozitivní zážitek a pocit smysluplnosti. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 44).

Aby bylo dítě schopno vykonávat náročné grafomotorické úkony (psaní, kreslení), vyžaduje to přítomnost řady klíčových faktorů. Základním předpokladem je rozvinutá hrubá motorika a harmonická koordinace mezi pohyby těla a smyslovými orgány, což je nezbytné pro efektivní ovládnutí jemné motoriky. Pro dosažení pokroku v jemné motorice přistupujeme k postupnému rozvoji od velkých pohybů ke stále jemnějším a od manipulace s většími objekty k manipulaci s drobnějšími. Vždy bereme v potaz individuální zvláštnosti z hlediska fyzického (nedokončená osifikace) a psychického (nedozrálá CNS) vývoje.

V rámci vhodných cvičení pro podporu jemné motoriky se zaměřujeme na specifické aktivity pro uvolnění dlaní, prstů a špetky, s cílem připravit ruku na adekvátní úchop kreslicího nástroje a později psací potřeby. Postupujeme od uvolňování ramenních kloubů přes uvolňování

loktů až po precizní práci se zápěstím, dlaněmi a prsty. Mezi konkrétní cvičení patří například modelování, malba prsty/dlaní, obtiskování prstů/dlaní, šroubování, kutálení, manipulace s papírem mezi dlaněmi, stříhání, vytváření stínových divadel, solení, cukrování a další. (Doležalová, 2010, s. 38-40)

1. 1. 3. Zrakové vnímání

Při činnostech jako je kreslení a psaní se aktivně zapojuje zrakové vnímání a jeho čtyři klíčové aspekty: zraková analýza, syntéza, diferenciacce a paměť. Zraková analýza zahrnuje schopnost rozkládat celkový obraz na jednotlivé části, což umožňuje detailní vnímání a identifikaci odlišností a podobností. Diferenciacce umožňuje rozpoznat a rozlišit jednotlivé prvky či detaily v rámci vizuálního vjemu. Syntéza následně umožňuje skládání těchto identifikovaných částí zpět do celku, což je klíčové pro porozumění a reprodukci vizuálního podnětu. Zároveň hraje důležitou roli paměť, která umožňuje uchování informací a detailů, aby mohly být později využity při reprodukci nebo modifikaci vlastních výtvorů. Tato komplexní interakce zrakového vnímání při kreslení a psaní je klíčovým faktorem pro kvalitní a efektivní vykonání těchto činností.

Zaměřujeme se na souhru mezi pohybem ruky a oka (například situace, kdy dítě upřeně sleduje hrot tužky, a to mu umožňuje směřovat své psaní). Významným faktorem je také systematické vedení pohybu očí při čtení či psaní, což úzce souvisí s rozvojem schopnosti prostorové a pravolevé orientace. Tato interakce mezi vizuálním vnímáním a manuálním pohybem hraje klíčovou roli v procesu psaní, kde precizní koordinace mezi okem a rukou představuje nezbytný prvek pro efektivní realizaci této dovednosti. (Doležalová, 2010, s. 37)

Doležalová (2010, s. 45) prezentuje efektivní metody cvičení očí, které mají pozitivní vliv na koordinaci mezi okem a ruky. Tyto cviky jsou navrženy tak, aby podporovaly pružnost očních svalů a usměrňovaly pohyb očí při činnostech jako kreslení, psaní a vizuální prohlížení. Zvláštní důraz je kladen na záměrný pohyb očí, který zahrnuje sledování jednoho bodu, který se pohybuje jedním směrem zleva doprava nebo po křivkách. Tento pohyb lze procvičovat za využití loutky z papíru, která je pevně připevněná na špejli. Pro motivaci dětí lze využít různé scénáře, například scénu letu včelky, ptáčka, děti hrající si na honěnou. Pohyb je verbálně popisován nebo doprovázen krátkou básničkou či říkankou. Děti aktivně sledují pohyb loutky, čímž cvičí svaly očí a podporují koordinaci očních pohybů.

1. 2. Vývojová stádia grafomotoriky

V rámci formování grafomotorických dovedností je nezbytné optimalizovat výchovné metody tak, aby byly přizpůsobeny individuálnímu vývoji dětské kresby.

„V předškolním věku je úroveň jemné motoriky, senzomotoriky, grafomotoriky jedním z důležitých kritérií při posuzování způsobilosti k zahájení školní docházky.“ (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 6)

1. 2. 1. Posouzení vývojové úrovně a úrovně grafomotorických schopností

Z hlediska psychologie a pedagogiky je kresba klíčovým prvkem pro analýzu vývoje, diferenciální diagnostiku a diagnostiku osobnosti. Představuje nenásilný prostředek přiblížení se k dítěti, umožňuje navázání kontaktu, uvolnění atmosféry a poskytuje nám hlubší vhled do jeho osobnosti, což usnadňuje terapeutickou intervenci.

Kresba funguje jako bohatý pramen informací týkajících se celkového vývoje jedince, kvality grafomotoriky a jemné motoriky, schopnosti vizuálního a prostorového vnímání a koordinace zraku a ruky.

Analýza dětské kresby je možná jak z perspektivy obsahové, zaměřující se na strukturu obsahu (obsah, bohatost, různorodost), tak i z formálního hlediska, které zahrnuje technické aspekty (vedení čáry, plynulost, jistota, přesnost, návaznost, kreslení podle předlohy). Nelze však vždy očekávat, že provedení a obsah budou v harmonii. Dítě může vykazovat relativně rozvinutý obsah kresby ve srovnání s jeho věkem, ale technické provedení kresby může být nedostatečné. V takovém případě je obsah výraznější než forma.

Pokud dítě projevuje obtíže při kreslení, je užitečné konzultovat s rodiči jejich schopnosti a dovednosti v této oblasti. Někteří rodiče mohou sdělit, že sami mají potíže s kreslením nebo psaním nebo mohou trpět dysgrafií.

Pro hloubkovou analýzu dětské kresby je rovněž důležité zkoumat raný vývoj dítěte, aktuální úroveň hrubé a jemné motoriky a řeči, stejně jako jeho lateralitu (např. jestli je pravák, levák nebo kombinuje ruce při různých manuálních činnostech, včetně kreslení). Další informace, které mohou být relevantní, zahrnují počátek kreslení, motivaci ke kreslení a častost této činnosti. Kromě toho je vhodné zvážit i úroveň zrakového vnímání dítěte v rámci komplexního hodnocení jeho vývoje. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 6, 7)

1. 2. 2. Vývojová stádia kresby a úchopu PP

Touha dětí vyjádřit se prostřednictvím kresby je v období dětství všeobecná, a můžeme pozorovat, že začínají kreslit podobným způsobem a ve stejném sledu událostí. Vývoj dětské kresby lze tedy rozčlenit do určitých fází. Projev zájmu o kreslení ve formě jednoduchého čmárání na papíře se může objevit již v raném věku, pokud má dítě příležitost a je podporováno adekvátním způsobem. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 15a).

Rozvíjení grafomotoriky u dětí není pouze spojeno s pokrokem v oblasti kresby, ale také s rozvojem dovedností v oblasti úchopu předmětů. Z tohoto důvodu jsou dětem prezentovány předměty různých velikostí a tvarů, aby se podporovala a posilovala obratnost jejich ruky. Tímto způsobem se usiluje o celkový vývoj manuálních dovedností, které jsou nejen klíčové pro kresbu, ale také pro další manipulaci s objekty a nástroji. Tento přístup má za cíl podnítit koordinaci a kontrolu pohybů ruky, což je důležité pro následný vývoj jemné motoriky a grafických schopností dítěte. (Doležalová, 2010, s. 27)

První snahy dětí o kreslení můžeme chápat jako formu jakési motorické hry. Dítě začíná tužkou čmárat nejen na papíře, ale také ve vzduchu, přičemž někdy tužka zanechává stopy, a jindy ne. V této fázi se zdá, že pro dítě je důležitější samotný proces kreslení, než předmět kreslení (co se kreslí). První čmárání bývá ve tvaru jemně klenutého oblouku, vznikajícího pohybem paže.

V počáteční fázi dítě kreslí rozlehle celou paží, s centrem pohybu v ramenním kloubu. S postupem času se do procesu zapojuje i loketní a zápěstní kloub, umožňující dítěti střídat úhly při tvoření příčných čar a zkoumat různé směry. To vede k přerušování jednotvárnosti pohybu a vytváření složitějších spletenců čar, které se vzájemně neorganizovaně proplétají. Přesto tento zdánlivý chaos již v sobě nese prvky začínajících forem. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 15b)

Dle informací z webové stránky Grafomotorika.eu lze vývoj grafomotoriky charakterizovat následovně:

Tabulka 1: Vývoj grafomotoriky

Vývojové stádium	Charakteristika
2- 4 měsíce	V tomto období dítě projevuje náhodné uchopování předmětů, kdy se snaží získat a zkoumat okolní svět.
4 - 6 měsíců	Dítě přechází k dlaňovému úchopu, což znamená, že začíná lépe koordinovat své pohyby a může vědomě manipulovat s předměty.
11 - 13 měsíců	V tomto stádiu dítě vyvinulo klíšťkový úchop, kdy používá izolovaně ukazováček spolu s palcem. To je důležitý krok v jemné motorice.
16 - 18 měsíců	Dítě začíná mít první, spíše náhodné, zkušenosti s kreslením. Jeho úchop je dlaňový, s palcem nahoře nebo dole, což odráží rostoucí schopnost koordinovaných pohybů.
18 - 24 měsíců	V tomto období dítě dosahuje schopnosti provádět koordinované pohyby a začíná podnikat první záměrné pokusy o kreslení. Toto období naznačuje pokrok v jemné motorice a schopnostech projevení se skrze výtvarnou činnost.
2 - 3 roky	Tento věk přináší pokrok v koordinaci pohybů při kreslení. Dítě začíná vytvářet jak hranaté, tak kulaté formy, a to v rámci intenzivnějšího kreslení. V tomto období využívá tzv. hrstičkový úchop.
3 - 4,5 roku	Během této fáze se rozvíjí pravidelné a souvislé pohyby při kreslení. Dochází k vylepšení plynulosti těchto pohybů. Dítě začíná držet psací náčiní v prstech. V této fázi může dojít k výskytu nesprávných úchopů. Při fixaci nesprávného úchopu může dojít k patologickému vývoji grafomotoriky, což je důležité sledovat.

4,5 - 5 let	Toto období přináší v kresbě zobrazení hlavonožce jakožto symbolu člověka nebo panáka. Grafické formy začínají získávat smysl, dítě je schopné spojit dva body a nakreslit kříž. V této fázi se vyvíjí špetkový úchop, který je klíčový pro psací dovednosti a tvoří nedílnou součást školní připravenosti. Je vhodné, aby se tento úchop pevněji ustálil nejpozději do pěti let, aby byl připraven pro nástup do školy.
5 - 7 let	Dítě již dosahuje schopnosti kreslit postavy s končetinami a detaily. Taktéž je schopné splnit požadavky na kvalitu a rychlost písemného projevu, které jsou kladené v školním prostředí. Špetkový úchop by měl být v této fázi již stabilní, což poskytuje základ pro plynulý přechod do psaní.
7 - 8 let	V poslední fázi písmo dítěte nabývá plynulosti a začíná se formovat do individuální podoby. Dochází k vyhraňování písma a postupnému rozvíjení vlastního písmenného stylu.

1. 3. Rozvoj grafomotoriky v předškolním věku a na počátku školní docházky

Děti v období předškolního věku prokazují zřetelnou a specifickou predispozici k celkovému rozvoji. Charakterizuje je vysoká míra aktivity, zvědavosti, iniciativy a vnímavosti. V této etapě svého vývoje objevují a zkoumají okolní svět. Projevují zájem a snahu osvojit si dovednosti a znalosti podobné těm, které vykazují dospělí. Snaží se porozumět a ovlivňovat své okolí a projevují touhu naučit se a pochopit vše, co je obklopuje. (Vágnerová, 1996, s. 107, 112)

V mateřské škole dochází k intenzivnímu procesu zrání organismu, kde výchovné působení hraje klíčovou roli při postupné přípravě na rozvoj gramotnostních dovedností. Koncept gramotnosti v tomto kontextu neomezuje svůj význam pouze na psychomotorické schopnosti či formální aspekty písma; naopak, klade důraz na schopnost vyjádření obsahu. V tomto období je nezbytné zaměřit se nejen na zdokonalování senzomotorických dovedností, nýbrž také na podporu rozvoje vyjadřovacích schopností, rozšiřování slovní zásoby, aktivní naslouchání a porozumění verbální komunikaci. Vzájemně s tím souvisí podněcování kognitivních aktivit a zejména motivace k osvojování gramotnostních dovedností. (Doležalová, 2010, s. 16,17)

Do čtyř let není vhodné aktivně usilovat o plnění grafomotorických cvičení (viz 1. 3. 2. Uvolňovací cviky). Místo toho by měl být kladen důraz na vytváření prostoru a příležitostí pro kreslení, tvoření, malování, rozvíjení hrubé motoriky a jemné motoriky. Grafomotorickými cvičeními by se mělo začít nejdříve po třetím roce dítěte, a to pouze v případě projeveného zájmu ze strany dítěte.

V rámci rozvoje grafomotoriky je klíčové zajistit, aby grafomotorické aktivity odpovídaly věku dítěte a zároveň mu poskytly přitažlivou motivaci. Na začátku se doporučuje začít s jednoduchými rovnými čarami, postupně rozšiřujícími se o další prvky, jako jsou kruhy apod. Uvolňovací cviky (viz 1. 3. 2. Uvolňovací cviky) jsou efektivním doplňkem při kreslení, poskytující dítěti potřebnou relaxaci.

Pokud ve čtyř letech dítě neprojevuje zájem o psací náčiní, je vhodné poskytnout mu podporu a pravidelně ho motivovat k aktivitám, zejména naší přítomností, pomocí a pozitivní zpětnou vazbou. Nabídkou jednoduchých pracovních listů můžeme podněcovat dětskou zvědavost a podporovat rozvoj grafomotorických dovedností. V průběhu pátého roku života je strategické zahrnout do výuky grafomotorická cvičení.

Dítě před vstupem do školy, jehož vývoj probíhá bez problémů, bude sám aktivně vyhledávat psací činnosti, včetně kreslení. Naopak tam, kde se dítě vyhýbá činnostem spojeným s grafomotorikou, může dojít k opožděnému vývoji těchto dovedností. Bez náležité podpory se potíže mohou prohlubovat, a proto je nezbytné včas poskytnout odbornou pomoc, pravidelné uvolňovací cvičení a podporu rozvoje pracovních návyků. V případě potřeby je rovněž vhodné poskytnout kompenzační pomůcky a speciální podmínky, aby dítě mohlo úspěšně zvládnout psací dovednosti ve školním věku. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 42)

1. 3. 1. Motivace

V předškolním věku vykazuje výrazná část dětí zájem o kreslení, nicméně tato aktivita není univerzální, a ne všechny děti ji považují za přitažlivou.

Důležité je systematicky podněcovat a podporovat děti v oblasti kreslení, a to nejen výrazným uznáním při dosažení konečného výsledku, ale i skrze oceňování drobných úspěchů v průběhu tvorby. Tento přístup nabývá zvláštní relevance u dětí, jejichž grafomotorické schopnosti nevykazují srovnatelný pokrok s jejich vrstevníky. Namísto negativního hodnocení výkonů je vhodné zdůrazňovat a ocenit snahu a iniciativu dítěte při kreslení. Vyhýbáme se negativní kritice a

zaměřujeme se na pozitivní prvky, které nás zaujaly, i když mohou být považovány za méně zdařilé. Tímto způsobem vytváříme podporující prostředí, které motivuje dítě k dalšímu rozvoji svých uměleckých dovedností a posiluje jeho sebedůvěru.

Motivace dítěte k tomuto koníčku může být závislá též na adekvátním nastavení obtížnosti úkolu. Pokud je úkol příliš jednoduchý a neposkytuje dítěti nové poznatky, dochází k mechanickému plnění nebo k jeho odmítání. Naopak příliš vysoké nároky mohou dítě odrazovat a posilovat jeho pocit selhání. V případě odchylek ve vývoji, kdy je opoždění dočasné, může dítě taktéž ztrácet motivaci k činnosti.

Zásadní je postupovat od nejjednodušších prvků, věnovat dostatek času, podporovat rozvoj grafomotorické obratnosti a umožnit dítěti zažít pocit úspěchu. V průběhu kreslení by měla panovat hravá a uvolněná atmosféra.

Výsledky dětské tvorby je vhodné archivovat do speciálního portfolia, které slouží nejen dítěti, ale také rodičům a případně odborníkům. Tato forma archivace je pro dítě motivující, vnímá ji jako hru a představuje podnět k další tvořivosti. Zpětný pohled do archivu ukazuje na významný pokrok a práci, kterou dítě vložilo do svých výtvorů. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 42, 43)

Motivace dětí by měla být aktivním prvkem průběhu celé pedagogické činnosti. Zvláště efektivním prostředkem k dosažení této motivace je využití pohádkových příběhů, jejichž obsah organicky předurčuje aktivity, do nichž se děti přirozeně a nevynuceně zapojují. Kromě toho jsou pro děti atraktivní také činnosti z běžného života, které odrážejí jejich vlastní zkušenosti.

V procesu motivace sehrává klíčovou roli hodnocení. Převážně využíváme pozitivního hodnocení a povzbuzování, což napomáhá uspokojování potřeby dítěte být přijímáno a pocítit úspěch. Tato zpětná vazba má významný vliv na rozvoj sebevědomí a sebehodnocení dítěte. Dosažení úspěchu vytváří pro dítě pozitivní vztah k výchovnému zařízení, pedagogovi a dalším osobám, které jsou součástí vzdělávání, což má dalekosáhlé důsledky pro jeho celkový pohled na vzdělávací prostředí. (Doležalová, 2010, s. 24)

1. 3. 2. Uvolňovací cviky

V období přípravy na vstup do první třídy, tedy v mateřských školách, a později v přípravném období v 1. třídě, se běžně uplatňují uvolňovací cvičení. Cílem relaxačních cvičení je dosažení uvolnění ruky před psaním a zlepšení koordinace mezi rukou a okem. Tyto cviky se zaměřují na postupné uvolnění a zlepšení souhry pohybů od ramenního kloubu, po loketní kloub.

Nedostatečné uvolnění během těchto cvičení může vést k nesprávnému nebo nedostatečnému posunu paže při psaní, což způsobuje nepravidelné linky a nestabilní sklon písma. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 58)

V úvodu praktických cvičení je vhodné využívat náčiní s co největší měkkostí, díky tomu lze minimalizovat přítlak PP na psací plochu a umožnit žákovi postupné seznámení se správným psáním. Paralelně s tím dochází k postupné změně velikosti psací plochy, začínajíc od největších formátů a postupně se přesouvajíc k rozměru přibližně A4. Takový postup napomáhá optimálnímu vývoji písíciých dovedností, neboť zdůrazňuje důležitost plynulosti pohybů a postupného uvolňování ruky (od ramene, přes loket po zápěstí a prsty).

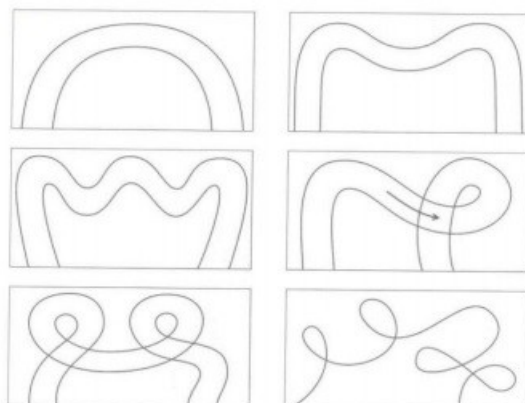
V pedagogické praxi se obvykle uplatňují uvolňovací cvičení, jež jsou zpočátku realizovány například pohyby jedním prstem v prostoru, následně "malováním" houbou na tabuli, křídou nebo štětcem na papír velkého formátu. Postupně se pak tyto cvičení integrují do písanek, kdy žák využívá pastelky, voskovky a nakonec tužku. Tyto písanky mají obvykle formát A4 a jsou obohaceny o motivující obrázky a rytmické říkanky, jež slouží k podněcování žáků a zakládání pevných základů pro budoucí rytmické psaní. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 64)

S postupujícím rozvojem grafomotorické obratnosti dochází ke změnám v náročnosti provádění cvičení. Autorky (Bednářová, Šmardová) pro ilustraci rozčlenily rozcvičovací grafické aktivity do tří kategorií podle jejich obtížnosti. Pro optimální rozvoj v předškolním věku jsou doporučeny cviky zařazené do I. a II. skupiny, pro školní věk doporučují cviky rozšířit o cviky ze III. skupiny.

1. skupina uvolňovacích cviků

V této kategorii se nacházejí nejméně náročné cviky, připomínající "závodní dráhy" (viz Obrázek1). Definované hranice dráhy slouží k usměrňování dětské ruky při pohybu po čáře. Pro motivaci dětí lze využít různé motivy, například závodní jízdu aut po závodní dráze nebo běh po trati. Případné vnímání rychlosti napomáhá uvolnění ruky, rozvoji sledování čáry a kontinuálnímu kreslení bez přerušení. Tyto cviky postupně získávají na náročnosti prostřednictvím různých prvků, jako jsou kličky, záhyby či zužování dráhy. Cílem je dosáhnout udržování stopy podél vyznačené trasy, plynulost pohybu a přiměřený tlak na podložku. Pohyby směřujeme vždy zleva doprava. Postupným opakováním projíždění dráhy se dosahuje plynulosti. Ještě před použitím psací potřeby můžeme s dětmi "jízdu" po dráze trénovat například vedením prstu po dráze, můžeme využít dráhu

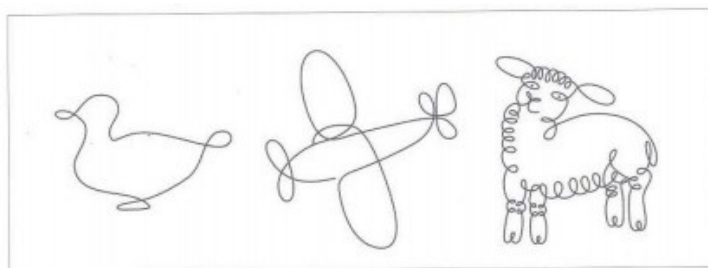
na velkém formátu, po které dítě přejíždí autíčkem nebo je možné vtisknout provázek do fólie v určitém tvaru a nechat dítě jet prstem po linii provázku.



Obrázek 1: 1. skupina uvolňovacích cviků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 59)

2. skupina uvolňovacích cviků

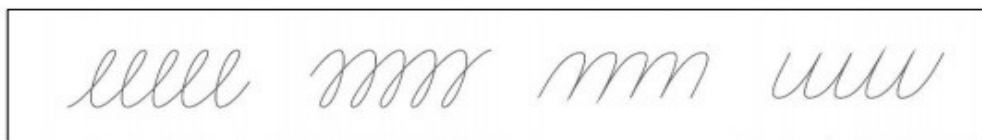
Tato skupina zahrnuje náročnější cviky zaměřené na koordinaci. Jedná se o obtahovací aktivity (viz Obrázek 2), zaměřené na jednotážnost pohybu ruky. Při cvičení usilujeme o dosažení plynulého a nepřerušovaného pohybu tužky po psací podložce. Přesnost čáry není klíčovým faktorem, jsou předpokládány jisté odchylky od vzoru. Opakované obtahování je hlavní součástí cvičení. Do této kategorie lze zařadit také kreslení kruhů, které slouží jako uvolňující cvik přispívající k procvičení a uvolnění kloubů nezbytných pro kreslení a psaní. Velké kruhy podporují uvolnění ramenního kloubu, střední kruhy pracují s loktem a malé kruhy se zaměřují pohyb na zápěstí.



Obrázek 2: 2. skupina uvolňovacích cviků (Bernářová, Šmardová, 2021, s. 60)

3. skupina uvolňovacích cviků

Prvky této skupiny (viz Obrázek 3) vyžadují již existující dovednosti a ovládnutí grafomotorických prvků, které tvoří písmo. Každý z těchto prvků se stane uvolňovacím cvičením až ve chvíli, kdy je jeho vykreslování dobře ovládnuto a automatizováno. Předpokládá se také, že je již osvojen plynulý pohyb po papíru, horizontální pohyb ruky zleva doprava a vertikální pohyb. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 58 - 61)



Obrázek 3: 3. skupina uvolňovacích cviků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 61)

1. 3. 3. Grafické prvky

Pro podporu rozvoje grafomotorických schopností je výhodné soustředit se na procvičování psaní různých grafických prvků. Autorky rozdělily tyto prvky do čtyř skupin odpovídajících věkovému rozpětí dítěte. Je vhodné začít s prvky, které dítě již zvládá, postupně je prohlubovat a přecházet k náročnějším. Při zavádění nových prvků je užitečné využít podpůrné metody, jako jsou verbální pokyny a instrukce, například formou básniček. K podpoře může sloužit vizuální navigace, jako jsou označené body nebo čáry či hmatová podpora.

Zvyšování obtížnosti prvků je úzce spojeno s postupným zmenšováním psací plochy, postupným redukováním instrukcí, úpravou tvarů nebo velikostí a zvýšením hustoty čar.

1. skupina prvků

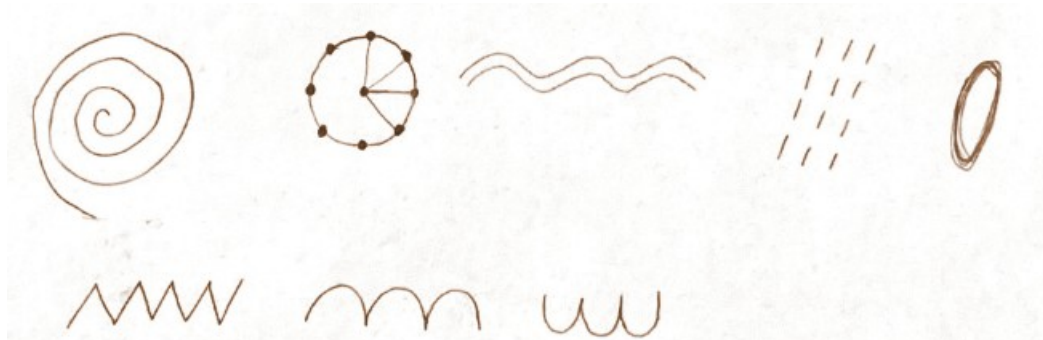
Tyto prvky jsou typické pro věkové rozmezí 3 až 4,5 let. V této fázi se dítě učí koordinovat pohyb při kreslení čar. Obvykle jsou mu směr čar veden. Mezi tyto prvky patří přímá či šikmá čára, kruh, tečky, oblouky. Opakované obtahování těchto tvarů pomáhá automatizovat pohyb.



Obrázek 4: 1. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 63)

2. skupina prvků

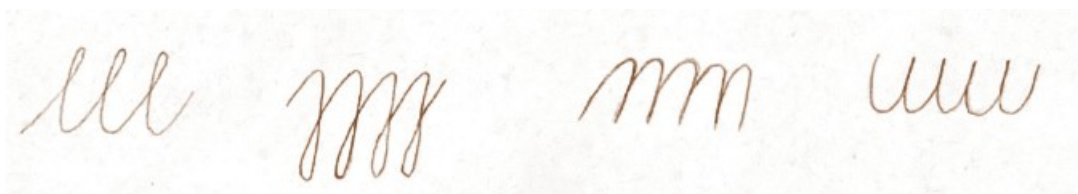
Tato skupina prvků je typická pro věk 4 až 5,5 let. Pro prvky druhé skupiny je potřeba rozvinutější rozpětí pohybů, koordinace a schopnost udržet konzistentní vzdálenost. Například při kreslení spirály musí dítě udržovat rovnoměrnou vzdálenost mezi jednotlivými čarami. Při kreslení vlnovky je nutné zvládnout nejen horní a dolní oblouk, ale také horizontální vedení čáry zleva doprava současně s pohybem nahoru a dolů. Tento pohyb se později stává základem psacích dovedností. Dalšími typickými prvky jsou elipsy, "zuby" a spojené oblouky.



Obrázek 5: 2. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 64)

3. skupina prvků

Tato skupina prvků je typická pro věkové rozmezí 5 až 6,5 let. Tyto prvky vyžadují podobnou koordinaci ruky a rozsah pohybů ve vertikálním a horizontálním směru, jako je zapotřebí při psaní. Jsou sem zahrnuty především smyčky a oblouky s návratným tahem. U některých dětí, které se následně potýkají s obtížemi při psaní, můžeme pozorovat nedostatečné zvládnutí těchto prvků i ve školním věku.

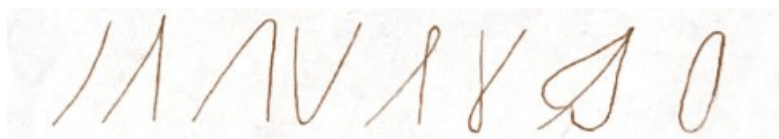


Obrázek 6: 3. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 69)

4. skupina prvků

Prvky obsažené v této skupině představují základní prvky písma. Obvykle není nutné, aby dítě tyto prvky zvládalo před vstupem do předškolního věku. Pro psaní prvků IV. skupiny je klíčové ovládnutí prvků z předchozích skupin. Mezi prvky této skupiny patří stoupající šikmá čára s

mírným zakřivením, ostrý obrat, horní a dolní zátrh, smyčky a srdcovky. Detailnější popis grafických prvků písma je obsažen v příslušné kapitole 2. 2. 1. Přípravné období. (Benářová, Šmardová, 2021, s. 62 - 74)



Obrázek 7: 3. skupina grafických prvků (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 73)

2. Výuka psaní

Písmo představuje určitou podobu komunikace mezi lidmi. Ve vzdělávání je psaní klíčovou složkou výuky na základní škole.

Vnitřní faktory, které ovlivňují psaní, zahrnují individuální úroveň poznávacích funkcí, smyslů a motoriky každého jednotlivce. Na druhé straně vnější faktory zahrnují prostředí, ve kterém jedinec psaní vykonává, a také přístup učitele k výuce psaní a jeho metodický postup. Tato rozdělení interních a externích faktorů pomáhají lépe porozumět komplexnosti procesu psaní a identifikovat klíčové aspekty, které ovlivňují kvalitu a efektivitu výuky psaní na primární škole. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 63)

2. 1. Obecné cíle výuky psaní v RVP ZV

Křivánek a Wildová (1998, s. 63) zdůrazňují, že primárním záměrem výuky psaní v prvním ročníku je systematické osvojení dovednosti psát latinkou s důrazem na čitelnost a adekvátní rychlost. Tento cíl předpokládá aktivní rozvoj správných písářských dovedností a formování návyků, které jsou klíčové pro kvalitní psaní. Učební proces v oblasti psaní by měl od samého počátku systematicky podporovat pozitivní vztah žáků k písemnému vyjadřování. V souladu s tímto cílem by měly být vybírány metody a formy práce.

Obsah vzdělávacího oboru Český jazyk a literatura, jak je definován v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání (RVP ZV), je strukturován prostřednictvím očekávaných výstupů a výukových témat. Centrálním cílem je rozvoj dovedností žáků v používání mateřského jazyka v jeho obou formách, a to jak v mluvené, tak i v písemné podobě. (Mlčáková, 2009, s. 52)

RVP ZV (2023), specifikuje očekávané výstupy na konci 3. třídy (1. období) a na konci 5. třídy (2. období). Pro účely této diplomové práce se zaměřujeme na analýzu očekávaných výstupů v oboru Český jazyk a literatura, dovednosti psaní pro 1. období.

Rámcový vzdělávací program ve výuce psaní se zaměřuje na rozvoj základních dovedností žáků v oblasti psaní, zahrnujících techniku psaní, pěstování hygienických návyků a schopnost vytvářet souvislé texty. Hlavním cílem je, aby žáci získali schopnost jasně a srozumitelně formulovat své myšlenky a sdělení v písemné formě. Program klade důraz na systematický nácvik

psaní písmen, slov a vět, a zároveň podporuje kreativitu a schopnost vyjadřování vlastních myšlenek.

Obsah vzdělávání zahrnuje různé typy písemných projevů, od jednoduchých popisů a vyprávění až po složitější texty, jako jsou dopisy a zprávy. Důležitou součástí je také rozvoj gramatických a stylistických znalostí, které jsou nezbytné pro správnou a efektivní komunikaci.

Program se zaměřuje na zlepšení rukopisu a osvojování si pravidel českého pravopisu. Učitelé jsou vedeni k využívání různých metod a technik výuky, které podporují aktivní zapojení žáků a jejich motivaci k psaní. Celkově program směřuje k tomu, aby žáci byli schopni používat psaní jako nástroj pro učení, komunikaci a osobní vyjádření. (RVP ZV, <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/>)

2. 2. Etapy výuky psaní

Jak již bylo dříve naznačeno, příprava na výuku psaní začíná v období předškolního věku dítěte. Během této fáze se prostřednictvím her a zábavných aktivit systematicky rozvíjí jemná i hrubá motorika, což vytváří pevný základ pro následné psaní. Děti jsou aktivně zapojeny do činností, jež podporují rozvoj grafomotoriky a zároveň systematicky utvářejí pracovní dovednosti a hygienické návyky. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 63)

2. 2. 1. Přípravné období

Výuka prvopočátečního psaní započíná v prvním roce školní docházky, tzv. přípravným obdobím. Hlavním cílem tohoto období je připravit žáka na samotné psaní. Mimo rozvoje jemné a hrubé motoriky je toto období charakterizováno systematickým využíváním přípravných a uvolňovacích cvičení. Tyto aktivity mají za úkol důkladně procvičit a uvolnit ruku žáka a zároveň záměrně posílit jeho grafomotorické dovednosti. Cílem je, aby žák dosáhl dostatečné zručnosti a pohybové svobody, která mu usnadní překonat počáteční obtíže spojené s procesem psaní. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 63)

Uvolnění ruky

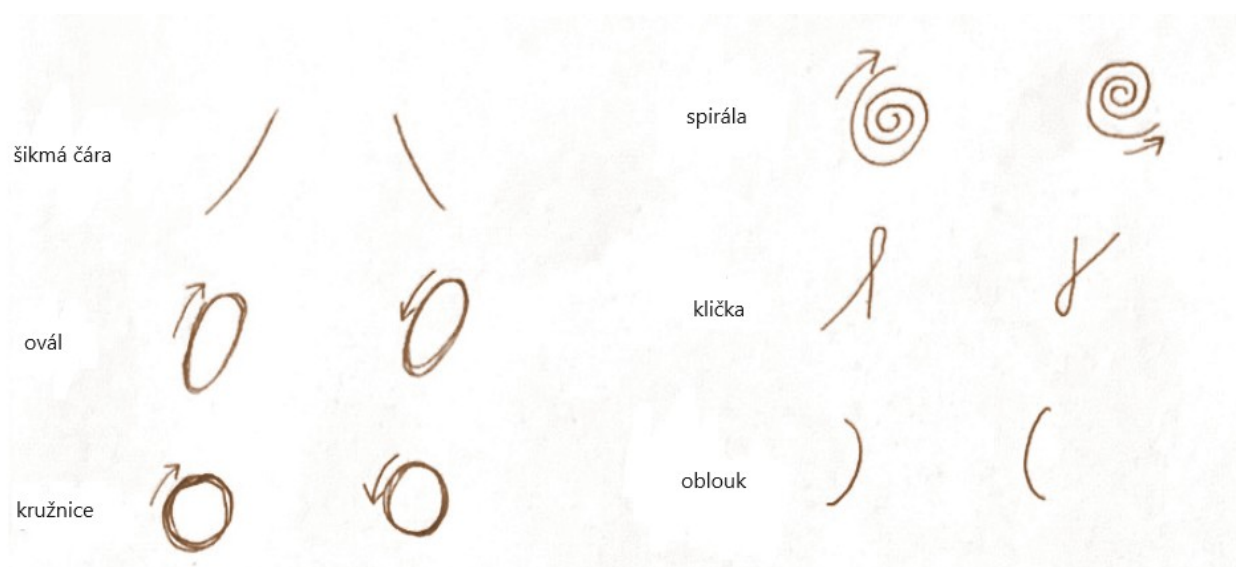
Uvolněná ruka během psaní má výrazný vliv na grafický projev dítěte a často ovlivňuje jeho zájem o kreslení. Přílišný tlak psacího náčiní při kreslení může rychle vyvolat únavu a bolest v ruce, což způsobuje neschopnost plynule vést čáry, narušuje grafický projev a brání plynulosti pohybu ruky.

Důležité je, aby děti byly schopny uvědomit si a ovlivňovat svalové napětí a uvolnění. Motivačním prvkem pro tento trénink může být panáček hadráček. Při výcviku uvolnění a napětí lze využít loutku hadráčka, kde děti mohou pozorovat volné pohyby končetin (spouštění rukou dolů apod.). Učíme děti postupnému uvolnění pomocí pokynů, jako například "gumové ruce", a začleňujeme tuto techniku do psaní nebo kreslení. Pokud zaznameneáme nadměrný tlak během psaní, přerušíme činnost a pomůžeme dítěti uvolnit ruku. Přitom zajišťujeme, aby se cítilo bezpečně, což je klíčové pro dosažení požadovaného uvolnění. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 55)

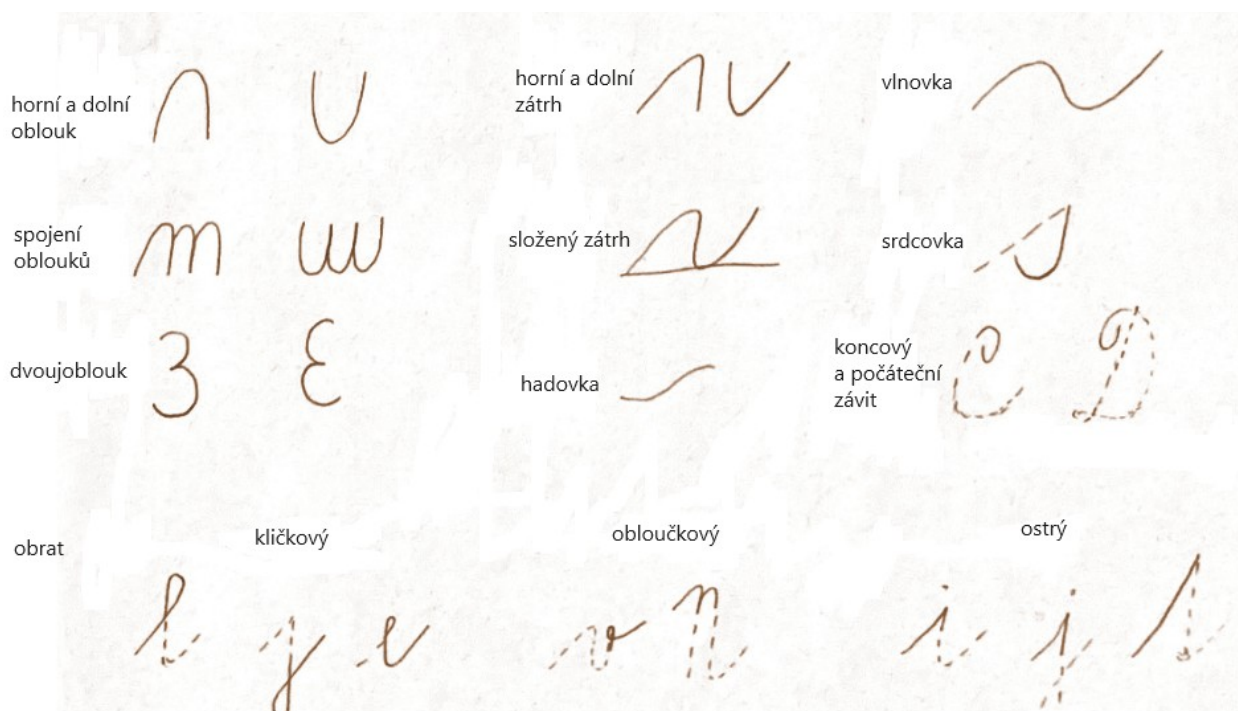
Uvolňovací cvičení v psané grafické jsou jedním z hlavních prostředků k uvolnění ruky. Podrobněji se jim věnuji v kapitole 1. 3. 2. Uvolňovací cviky.

Grafické elementy

Základní grafické prvky (viz Obrázek 9, 10) se začínají rozvíjet v přípravném období prostřednictvím různých uvolňovacích cvičení. Grafické elementy vychází z prvků jednotlivých písmen. Následně jsou děti seznámeny s těmito prvky v prvních stránkách písemky. Pedagog může udržovat zájem žáků k dalšímu psaní prostřednictvím vhodné motivace pro vyvození nového písmene. Zdůrazňuje konkrétní souvislosti mezi procvičovaným prvkem a písmenem, které se budou žáci učit psát v budoucnu. Tímto způsobem žáci nepocítují, že se učí něco zcela nového, protože budou rozvíjet své dovednosti na již existujících znalostech. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 64)



Obrázek 8: Grafické elementy (Křivánek, Wildová, 1998, s. 64)



Obrázek 9: Grafické elementy (Křivánek, Wildová, 1998, s. 65)

2. 2. 2. Nácvič psaní písmen slov a vět

Psaní písmen je klíčovým momentem v počáteční fázi výuky psaní. Žák by měl mít písmeno pevně zakotveno ve čtení. Nácvič nového písmene zahrnuje všechny smysly: sluch pro identifikaci hlásek, zrak pro motivující obrázky a opakování pohybů. Žáci psaní písmene opakují s učitelem, který jim popisuje psací pohyb. Vhodné je využít i například psaní do písku či modelování. Praktikují psaní na různých podložkách s liniaturou a opěrnými body pro orientaci. Vždy by měla proběhnout společná kontrola chyby, které si žáci opravují sami. Před psaním do písanek je nutné uvolnit svalstvo ruky a připomenout hygienické návyky. Učitel sleduje a podporuje žáky během psaní. Po zvládnutí tvarů několika písmen se přechází k psaní slabik a krátkých slov. Psaní vět je začleněno do plánu až po tréninku velkých písmen. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 66, 67)

2. 2. 3. Opis, přepis, diktát a autodiktát

V rámci výuky psaní se věnuje pozornost různým metodám, které podporují rozvoj psacích dovedností žáků. Opis je relativně jednoduchý. Žáci napodobují psací styl vzoru. Přepis je další fází, kde se reprodukuje vzor v tiskacím písmu psacím písmem. Diktát, náročnější činnost, začíná s

krátkými úseky a postupně přechází ke slovům nejprve bez gramatických obtíží. Autodiktát je nejnáročnější. Vyžaduje nejen reprodukci slyšeného slova, ale i formulaci vlastního písemného sdělení. Diktát a autodiktát jsou dále rozvíjeny ve 2. a vyšších ročnících s cílem posilovat dovednosti psaní. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 68, 69)

2. 3. Psaní leváků

Na počátku výuky psaní je nezbytné, aby učitel zachoval individuální postoj k žákům píšícím levou rukou. Již v přípravném období je nutné poskytnout dostatek příležitostí pro optimální rozvoj jemné motoriky a grafomotoriky levé ruky, a současně podporovat vytváření hygienických návyků při psaní pro leváky. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 69)

Pro jedince píšící levou rukou představuje upevnění směru psaní zvláštní výzvu. Pro leváky je nutné postupně osvojovat směr psaní zleva doprava, adaptovat se na tuto specifiku a následně automatizovat proces psaní v daném směru.

Hlavním rozdílem mezi leváky a praváky je pouze naklonění psací podložky. Při psaní se vždy naklání papír podle dominantní ruky, což u leváků znamená, že levý horní roh papíru směřuje nahoru. Toto naklonění papíru umožňuje levákům optimální postavení ruky při psaní, zlepšuje jejich pohled na vykonávanou činnost a zamezuje přehnanému ohýbání a vykrucování ruky v zápěstí. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 56, 57)

2. 4. Metody výuky psaní

V dnešní pedagogické praxi při výuce základních dovedností čtení a psaní se často uplatňují tři hlavní přístupy. Mezi nimi dominuje analyticko-syntetická metoda, která je nejčastěji používaná, při níž je uplatňována především výuka jednotažného písma. Méně častá je metoda genetická, kde se děti učí hůlkové písmo. Dále metoda globální, kde dochází ke kombinaci jednotažného a hůlkového písma. V inovativních školách jsou využívány další alternativní přístupy.

2. 4. 1. Analyticko-syntetická metoda

Základem uvedené pedagogické metody je založení na mluveném projevu žáka jako výchozím bodu. Věta je chápána jako základní jednotka, sestávající z jednotlivých slov, přičemž každé slovo se skládá ze slabik ty pak tvoří písmena. Analyticko-syntetický přístup zahrnuje dekonstrukci celku na jednotlivé složky a následnou syntézu těchto prvků zpět do větších celků. V

rámci této pedagogické metody dochází k současnému rozvoji dovedností čtení a psaní, jelikož žák paralelně pracuje s oběma těmito dovednostmi. (Fasnerová, 2018, s. 104)

Během školního roku je výuka psaní strukturována do tří fází s různými cíli. V prvním období, nazývaném uvolňovací cviky, se důraz klade na rozvoj motoriky a prostorové koordinace. Následuje druhá fáze, kde se žáci učí psát grafémy a slabiky. Poslední etapa se zaměřuje na procvičování psaní textů s cílem dosáhnout plynulého a smysluplného psaní. Délka jednotlivých fází se přizpůsobuje potřebám a schopnostem žáků. (Fasnerová, 2018, s. 115 - 121)

2. 4. 2. Globální metoda

Globální metoda výuky čtení u nás zaznamenala obnovený po Sametové revoluci. Nicméně v současnosti je její používání omezené kvůli nedostatku materiálů. Tento přístup zdůrazňuje rozpoznávání celých slov, bez detailního seznámení se s jednotlivými písmeny. Výuka je rozdělena do pěti fází, zahrnujících přípravu, zapamatování obrazů slov, analýzu, syntézu a zdokonalení čtecích dovedností.

Proces výuky obvykle trvá 6 až 18 měsíců. I když se někteří žáci mohou učit déle, většina se úspěšně naučí číst a psát. Globální metoda je osvědčená zejména ve speciálních třídách a zdůrazňuje respektování individuálních potřeb a schopností žáků. (Fasnerová, 2018, s. 136, 137)

2. 4. 3. Genetická metoda

Genetická metoda, stejně jako metoda globální, začala získávat v naší zemi význam až po roce 1989. Proces nácviku prvopočátečního psaní a čtení je rozdělen do tří etap. V první, průpravné, se děti učí čtení motivujícím způsobem přes pohádky a básničky a paralelně rozvíjejí grafomotorické dovednosti. Ve druhé etapě se seznamují s velkými a malými tiskacími písmeny a učí se základní čtenářské dovednosti. V poslední etapě začínají psát jednotlivá písmena podle předlohy jednotažného lineárního písma. Opakování a motivace jsou v této fázi klíčové. (Fasnerová, 2018, s. 138 - 140)

2. 4. 4. Alternativní přístupy ve vyučování psaní

V rámci výuky základního čtení a psaní se stále častěji využívají alternativní metody. V této fázi je klíčové, aby učitel pečlivě vybral vhodný přístup, který nejlépe odpovídá potřebám a individuálním specifikům žáka. Cílem je zajistit, aby začínající čtenáři a písaři zachovali pozitivní motivaci pro další rozvoj svých dovedností ve vzdělávání. (Fasnerová, 2018, s. 147)

Metoda Dobrého startu byla vyvinuta pro rehabilitaci tělesně postižených dětí a později adaptována pro běžné děti k rozvoji psaní skrze hru. Zaměřuje se na vizuální, sluchovou a pohybovou složku dětí, integruje opticko-akusticko-motorický přístup pro efektivní rozvoj psacích dovedností.

Pedagogický koncept **Marie Montessori** podporuje přirozený vývoj dětí a respektuje jejich individuální učební schopnosti. Kladoucí důraz na senzomotorické aktivity, jako je manipulace s materiály a cvičení pohybů ruky, pomáhá propojit motorické dovednosti s vizuálním vnímáním písmen. Děti jsou podporovány v rozvoji smyslů, což jim umožňuje aktivně poznávat písmena a jejich tvary.

Ve **Waldorfské škole** se klade důraz na nenásilný a postupný přístup k výuce čtení a psaní. Cílem je získání základních dovedností prostřednictvím individuálního rozvoje. Děti čtou pouze to, co samy napsaly, a při psaní se učí rytmizaci pohybů, což podporuje jejich individuální rozvoj. Tento přístup je vhodný i pro děti s grafomotorickými potížemi. (Fasnerová, 2018, s. 147 - 157)

3. Příprava žáků na psaní

V procesu psaní se u žáka projevuje řada interních faktorů, jako je vnitřní motivace jedince či individuální zvláštnosti, a externích faktorů, jako je prostředí či hygienické a pracovní zvyklosti. Ve výuce psaní, zejména v počáteční fázi, je klíčové klást důraz na vytváření a upevnění správných hygienických návyků, které mají významný vliv na úspěšnost psaní jednotlivých žáků. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 70)

3. 1. Hygienické návyky

Podle Bednářové a Šmardové (2021, s. 48) lze pracovní návyky spojené s psaním rozdělit do několika klíčových aspektů. Těmito aspekty jsou výběr vhodných kreslicích a psacích potřeb, optimální sezení, správný úchop PP a vhodné postavení ruky během psaní. Tento detailní přístup k vývoji pracovních návyků je klíčový pro podporu efektivní a pohodlné psací činnosti, což má vliv na celkovou psací výkonnost jedince.

Křivánek a Wildová (1998, s. 71) rozšiřují koncept hygienických návyků o další faktory, jako je osvětlení pracovního místa, doba trvání psaní, naklonění papíru a podmínky spojené s emocionálním stavem žáka, včetně jeho nadšení při práci a pozitivní nálady ve třídě. Tyto aspekty jsou rovněž klíčové pro podporu efektivního psaní.

Postavení těla při psaní

Pozice těla při kreslení má vliv na flexibilitu kloubů, jejich relaxaci a souhru. To má významný dopad na duševní i tělesný komfort během procesu kreslení či psaní. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 49a)

Při psaní je vhodné, aby žák seděl v pohodlné a pevné pozici. Jeho hmotnost by měla být rovnoměrně rozložena na sedáku židle a nohy by měly spočívat na podlaze. Paže by měly ležet na psací desce a ruka, která píše, by měla mít dostatek prostoru pro nepřerušovaný pohyb. Ramena by měla být vyrovnaná a neměla by odchýlit z vodorovné roviny. Hlava by měla být mírně skloněná a oči by měly být od psací plochy vzdáleny přibližně 25 - 30 cm. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 70)

Při sezení by mělo dítě mít vhodné parametry přizpůsobené jeho postavě. Je nepřiměřené využívat nábytek určený pro dospělé populaci bez adaptace na potřeby dětí. Jak již bylo naznačeno výše, důležité je, aby chodidla dítěte spočívala na zemi. Hmotnost těla by měla rovnoměrně spočívat na celé ploše sedáku židle, což zajišťuje stabilitu těla. Úhel mezi kolena a židli

by měl být přibližně pravý, stejně jako úhel mezi lokty a deskou stolu. Tělo by mělo být lehce skloněno vpřed, aniž by se hrudník opíral o stůl. Dodržováním těchto zásad nejenže vytváříme vhodné podmínky pro psací činnost dítěte, ale také podporujeme správný tělesný vývoj a preventivně tak předcházíme vzniku ortopedických problémů. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 49b)

Správné držení psací potřeby

Odborníci specializující se na psací metodiku jednoznačně preferují špetkový způsob úchopu psacího náčiní. Tento způsob držení umožňuje optimální koordinaci jemných svalů ruky a prstů, což vede k přesnějším pohybům a uvolnění ruky a prstů během psaní. Tato tradiční metoda držení, ověřená po mnoho generací, má zásadní vliv na celkovou pohotovost při psaní. Nesprávný úchop psacích nástrojů může vést k únavě, bolestem a snížení motivace k psaní. Důkladná pozornost k správnému úchopu psacího náčiní je tedy nezbytná od počátku, kdy dítě začíná s kreslením. I když je dlaňový úchop u batolat fyziologický, postupně by měl kolem třetího roku života přejít na špetkový úchop, zejména pokud dítě rádo a často kreslí. Nepříznivé účinky nevhodného úchopu je obtížné později korigovat a mohou negativně ovlivnit grafomotorické dovednosti dítěte. Správný způsob držení psacího náčiní platí jak pro praváky, tak pro leváky. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 50)

Naklonění papíru

Při psaní může natočení psací podložky hrát klíčovou roli v písarských schopnostech jednotlivce. Praváci obvykle natočí pravý horní roh papíru doleva nahoru, zatímco leváci orientují levý horní roh doprava nahoru. Přestože toto pravidlo nemusí vyhovovat všem, je důležité individuálně sledovat, jaká pozice papíru vyhovuje každému jednotlivci nejlépe. Různí jedinci mohou preferovat odlišné úhly nebo orientace psací plochy, což může mít vliv na jejich psací dovednosti a celkovou pohodu při psaní. Proto je důležité respektovat individuální preference a potřeby žáků při manipulaci s psací plochou. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 71)

Osvětlení psací plochy

Pro úspěšné psaní je i osvětlení, které dopadá na psací plochu. U praváků by mělo světlo ideálně dopadat zleva a u leváků zprava. Důležité je zajistit, aby intenzita a ostrost světla nezpůsobovaly únavu nebo nepohodlí učitelů ani žákům a neohrožovaly jejich zrak. Je třeba dbát na to, aby prostředí, ve kterém žáci pracují, bylo dostatečně osvětleno a aby osvětlení bylo vhodně umístěno pro optimální podmínky psaní a čtení. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 71)

Doba trvání psaní

Důležitým aspektem je i časové okno, ve kterém se žák věnuje psaní. Je klíčové, aby psaní probíhalo v době, kdy je žák odpočatý a dostatečně soustředěný na aktivní zapojení všech faktorů nezbytných pro efektivní psaní. Je vhodné začlenit psaní do ranních hodin ve škole, zatímco pro domácí přípravu je optimální čas obvykle mezi 15:00 a 17:00 hodinou. Délka samotného psaní by na začátku neměla přesáhnout 10 minut. Během psaní by měl žák provádět individuální cvičení zaměřená na uvolnění a protažení ruky, aby udržel flexibilitu a snížil riziko únavy. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 71)

Pozitivní atmosféra

Pro efektivní psaní je podstatná veselá nálada a příjemné prostředí. Učitel by měl žáky povzbuzovat, komunikovat s nimi laskavě, a nikoli vzbouzet napětí či strach. Tímto způsobem udrží žáky motivované a zapojené do vlastního rozvoje psacích dovedností, který je pro každého jednotlivce individuální. Učitel by měl podporovat žáky ve všech fázích učení a zdokonalování psaní, ať už jde o trénink nebo odstraňování potíží a neúspěchů.

Je důležité, aby hygienické návyky byly stejně důkladně vychovávány i v rodinném prostředí. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 71)

3. 2. Správné a chybné způsoby držení psacího náčiní a další faktory ovlivňující jejich účinnost

Jak již víme, získání dovednosti psaní a správného úchopu vyžaduje přijetí specifických hygienických zvyklostí. Efektivita a úspěšnost psaní je ovlivněna zejména těmito návyky. Od samého začátku výuky se učitel zaměřuje na vytváření hygienických návyků a učí děti správnému úchopu. Způsob, jakým držíme psací nástroj, může také ovlivnit výběr pomůcek pro psaní nebo postavení ruky během psaní. V další části této kapitoly se budu detailněji věnovat těmto konceptům.

Pozice ruky během psaní a kreslení

Správné držení psací potřeby velmi výrazně ovlivňuje i postavení ruky při psaní. V optimálním postavení při psaní je ruka uvolněná, přičemž pohyb pera po papíře vychází z ramene a lokte. Horní konec tužky směřuje do oblasti mezi ramenem a loktem, což vytváří úhel přibližně 45 stupňů mezi koncem tužky a ramenem. Tento úhel minimalizuje nadměrné ohýbání ruky v zápěstí, což je zvláště důležité, protože levákům často hrozí tendence k nadměrnému ohýbání v této oblasti. Nedostatečné dodržování správného postavení ruky může způsobit zvýšenou únavu, bolesti v paži a sníženou motivaci k psaní. Správná poloha ruky při psaní může být podpořena vhodným nakloněním pracovního listu. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 54)

Výběr psací potřeby

Výběr vhodné PP má značný vliv na celkovou kvalitu psaní či kreslení. Tvar PP přímo ovlivňuje správný úchop, kvalita materiálu tuhy má vliv na tlak, který je vyvíjen při psaní. Při výběru PP je důležité klást důraz na měkké tuhy a pastelky, které umožňují snadnější vedení stopy bez nutnosti přílišného tlaku. Naopak tvrdé tuhy vyžadují nadměrný tlak, který může negativně ovlivnit grafický výkon, včetně úhlednosti kresby, rychlosti vedení čar a úsilí, které je nutné vyvinout. Kuličkové propisovací tužky jsou považovány za nevhodné, protože vyžadují zvýšený tlak, který může vést k nedostatečné kontrole a únavě ruky. Při volbě psacího náčiní je tedy důležité zohlednit jeho tvar tak, aby podporoval správné držení a manipulaci. Široké křídly, fixy nebo tužky s nevhodným tvarem rovněž mohou ztěžovat špetkové držení a manipulaci. Ideální je volba psacího náčiní běžného objemu, které odpovídá rozměrům dětských prstů. Běžně využíváme tzv. trojhranný program, který využívá psací náčiní s trojúhelníkovým průřezem, což umožňuje lepší oporu prstů při psaní. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 48)

3. 2. 1. Špetkový úchop

Bednářová, Šmardová (2021, s. 50) popisují správný úchop následovně: *“Tužka leží na posledním článku prostředníku, seshora ji přidržuje bříško palce a ukazováku. Ruka a prsty jsou uvolněny, nesvírají tužku křečovitě, ukazovák není prohnutý. Prsty jsou vzdáleny od hrotu tužky přibližně 3 - 4 cm. Tužka přesahuje kožní řasu mezi palcem a ukazovákem. Malíček a prsteníček jsou volně pokrčeny v dlani.”*

V rámci doporučení autorek (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 50, 51) je uvedeno, že podpora vytvoření špetkového úchopu psacího náčiní u dětí může být dosažena prostřednictvím cvičení zacílených na jemnou motoriku, jako jsou manipulace s korálky, malými předměty nebo provádění činností jako je například solení. V případě, že se dítěti nedaří vytvořit a zafixovat tento správný úchop, je možné zvážit využití tzv. "trojúhelníkového programu". Další alternativou je použití speciálních násadek na tužky, které stabilizují a fixují správnou polohu prstů při psaní. Mimo jiné zmiňují trvalou podporu a kontrolu ze strany rodičů nebo učitelů. Tyto přístupy představují účinné prostředky k podpoře rozvoje správného držení psacího náčiní u dětí a přispívají k optimálnímu vývoji grafomotorických dovedností již v raném věku.



Obrázek 10: Správné držení - Špetkový úchop
(foto vlastní)

3. 2. 2. Nesprávné úchopy

Nesprávný úchop výrazně ovlivňuje produktivitu psaní a celkový komfort písaře. Nesprávný úchop může vést ke ztrátě kontroly nad perem nebo tužkou, což vede k nečitelnému a neúhlednému písmu. Může také způsobit únavu nebo bolest v ruce a zápěstí, protože nevhodný úchop přetěžuje svaly a klouby. Je nezbytné, abychom si uvědomovali význam správného držení a aktivně vyhledávali případné nedostatky. Je důležité být pozorní k tomu, jak držíme PP, tak předcházíme případným komplikacím a zajišťujeme optimální výkon a pohodu.

Podkládání 3. prstem:

Prohnutý ukazováček

Pokud dojde ke křečovitosti ruky, není dosaženo uvolnění prstů a dlaně, dochází k výraznému tlaku na psací náčiní, přestože je špetkový úchop správně vyvinut. Prsty zůstávají sevřené, jsou napjaté a pohyb je omezen. To způsobuje, že palec a ukazováček příliš pevně drží pero, což má za následek prohnutí ukazováčku. Pero může být drženo příliš nízko, téměř u hrotu.

Nízké držení

Palec i ukazováček drží příliš křečovitě – velký tlak na pero, z toho důvodu se také ukazováček prohýbá, pero je drženo příliš nízko – blízko hrotu. Křečovitý úchop způsobuje rychlou únavu a bolesti v ruce.



Obrázek 11: Nesprávné držení - Nízké držení (foto vlastní)



Obrázek 12: Nesprávné držení - Prohnutý ukazováček (foto vlastní)

Vysoké držení

Palec i ukazováček drží příliš křečovitě – velký tlak na pero, z toho důvodu se také ukazováček prohýbá, pero je drženo příliš vysoko. Vlivem křečovitého úchopu dochází k rychlé únavě a bolestem ruky.

Palec přes ukazovák

PP je mezi palcem a ukazováčkem, ale palec tužku nepodpírá, nýbrž je položený přes ukazováček, na který vyvíjí tlak. Dochází k napětí, tím se zvyšuje únava a po chvíli dochází k bolesti v ruce.



Obrázek 13: Nesprávné držení - Vysoké držení (foto vlastní)



Obrázek 14: Nesprávné držení - Palec přes ukazovák (foto vlastní)

Podkládání 4. prstem:

Dva prsty položené shora

Palec drží, prsteníček podpírá a prostředníček s ukazováčkem jsou položeny shora. Dochází ke snížené pohyblivosti a napětí v ruce.

Dva prsty položené shora s prohnutím

Palec drží, prsteníček podpírá a prostředníček s ukazováčkem jsou položeny shora. Navíc dochází k propnutí pouze ukazováčku nebo obou shora položených prstů. Tlak vyvíjený při tomto úchopu PP způsobuje namáhání určitých svalů a šlach, což vyvolává brzkou únavu a nepohodlí v ruce.

Dva prsty položené shora palec přes ně

Palec drží, prsteníček podpírá a prostředníček s ukazováčkem jsou položeny shora. Navíc je přes ně položený palec, který na ně vyvíjí tlak. Při tomto úchopu se vyskytuje snížená pohyblivost ruky, která se projevuje pohybem celé paže než pohybem v zápěstí.



Obrázek 15: Nesprávné držení - Dva prsty položené shora palec přes ně (foto vlastní)



Obrázek 16: Nesprávné držení - Dva prsty položené shora s prohnutím (foto vlastní)



Obrázek 17: Nesprávné držení - Dva prsty položené shora (foto vlastní)

Nestandardní postavení:

Držení v pěsti

Nesprávný způsob držení pera, známý jako pěstičkový úchop, je charakterizován položením palce přes pero a ostatními prsty, které jsou pevně sevřené do pěsti. Tento způsob držení omezuje pohyb prstů a může vést k nedostatečnému řízení a obtížím při psaní.

Palec přes psací potřebu

Prostředníček a ukazováček podpírají tužku, palec vystupuje přes psací náčiní. Tento úchop způsobuje napětí v předloktí a tak zvyšuje únavu písáře.



Obrázek 19: Nesprávné držení - Držení v pěsti (foto vlastní)



Obrázek 18: Nesprávné držení - Palec přes psací potřebu (foto vlastní)

Tužka mezi 2. a 3. prstem

Mezi ukazováčkem a prostředníčkem spočívá tužka, přičemž palec může být umístěn na tužce nebo přes ni. Občasně se může stát, že palec a ukazováček se propojí svými vrcholy nad tužkou. Tento typ úchopu brání individuálnímu pohybu prstů a umožňuje tužce sklouzávat mezi nimi.

Tři prsty položené shora - podpěra malíčkem

Palec drží, malíček podpírá a prostředníček, ukazováček a prsteníček jsou položeny shora. V ruce se projevuje omezená pohyblivost a zvýšené napětí.

Držení s vysoko položeným palcem

Ukazováček zaujímá správnou pozici. Palec je položen výše, takže nepodpírá tužku proti ukazováčku. Křečovitě držení snižuje pohyblivost při psaní a rychlou únavu ruky.



Obrázek 20: Nesprávné držení - Tužka mezi 2. a 3. prstem (foto vlastní)



Obrázek 21: Nesprávné držení - Tři prsty položené shora (foto vlastní)



Obrázek 22: Nesprávné držení - Držení s vysoko položeným palcem (foto vlastní)

3. 3. Metody a techniky k upevnění správného úchopu

Tyto metody nácviku probíhají zejména v přípravném období. Jak jsem již naznačila v předchozích oddílech při podpoře grafomotorického vývoje a následného učení špetkového úchopu, je klíčové nejprve se zaměřit na rozvoj hrubé a jemné motoriky. Postupujeme systematicky od uvolňování ramenních kloubů, přes uvolnění loktů až k práci se zápěstím, pokračujeme cvičením dlaní a prstů a pracujeme na zlepšení špetky. Prioritou je připravit ruku na správný úchop PP, dosáhnout určité zručnosti a vědomého ovládnutí jemných pohybů ruky. Cvičení špetky je klíčové

pro správnou polohu prstů při držení psacího nástroje. Motivace dětí k provádění těchto cvičení by měla být prostřednictvím témat blízkých jejich zájmům a pomocí interaktivních prvků, jako jsou vyprávění příběhů nebo říkanky. (Doležalová, 2010, s. 38)

3. 3. 1. Příprava úchopu

Trénink dlaní

- Tvorba s modelínou, hlinou a těstem: manipulace, formování, hnětení, vytváření různých tvarů a povrchových úprav, experimentování s různými materiály
- Malování pomocí celé dlaně, otisky.
- Aktivity s pískem: zkoumání otisků, sypaní, solení, stavění z písku, kreslení do písku.
- Manipulace se sypkým materiálem nebo drobnými předměty.
- Práce s vodou: nabírání, manipulace.
- Aktivity zahrnující pohyb: práce s míčkem, házení, poznávání objektů hmatem.
- Rytmické aktivity: hra na ruce, hra na tělo doprovázené písněmi či básničkami.

Trénink prstů

- Manipulace s různými materiály: modelování drobnějších objektů z modelíny, ruční míchání různých sypkých materiálů, drcení těsta nebo hlíny, manipulace s malými objekty.
- Kreativní aktivity: Navlékání korálek, skládání mozaiky, třídění a řazení materiálů (např. podle motivu pohádky Popelka), prstové loutky, experimentování s různými hudebními nástroji.
- Manipulace s kolíčkem: věšení prádla nebo tvoření dlouhého hada z kolíčků.
- Stříhání a manipulace s papírem: Postupné zdokonalování dovedností stříhání - od stříhání ve vzduchu až po stříhání podle jedné čáry, lepení papíru, skládání a trhání papíru.

Trénink špetky

- Cvičení s těstem nebo modelínou: "uždibování" těsta nebo modelíny na malé kousky, tvarování špiček.

- Používání špetky: aktivity se soli, cukru nebo semínky (hra na pekaře, cukráře...), sypání písku na obrázek s klovatinou.
- Manipulace s drobnými předměty: protahování provázku otvorem, sbírání drobných předmětů a jejich třídění, šroubování uzávěru lahve, navlékání korálek na nit, vytváření mandal z kamínků nebo podobných materiálů.

3. 3. 2. Metoda k získání správného držení

- **Pojmenování prstů a jejich pozice při držení:** Prvním krokem v procesu výuky je, aby děti osvojily pojmenování jednotlivých prstů. Současně se také zaměřují na cvičení správného úchopu. Jednou z metod, jak toto provádět, je spojit cvičení s říkankou: *“Vezmi palec, ukazovák, zob, zob a máš tu zobák. Do zobáčku tužku dáme, prostředníčkem podpíráme.”*

- **Básničky a říkanky:** V pedagogické praxi je učitel schopen efektivně využívat širokou škálu básniček a říkanek jako prostředků k podpoře správného držení psacího náčiní. Tyto básničky a říkanky mohou být speciálně zaměřeny na podporu správného úchopu tužky či na cvičení pohybů prstů. V obou případech je jejich aplikace vhodným nástrojem jak pro upevnění správných postupů, tak i pro kontrolu jejich dodržování. (Doležalová, 2010, s. 42)

- **Slovní instrukce:** Autorka Doležalová (2010, s. 42) doporučuje určitý metodický postup ke správnému úchopu: *“Tužku uložíme do postýlky. Nejprve utvoříme postýlku. Palec a ukazováček jsou od sebe široce rozevřené, zbývající prsty jsou lehce ohnuté. Do dolíčku (do ohbí mezi palcem a ukazováčkem) a zároveň na ohnutý prostředníček položíme tužku. Vznikla nám postýlka a v ní leží tužka. Nyní dáme tužce polštářek (palec přiklopíme k tužce zleva) a peřinkou přikryjeme (ukazováček přiklopíme na tužku). Potom opakujeme a děti postupně dívají prsty na požadované polohy se slovy: postýlka - polštářek - peřinka.*

- **Nápodoba:** Mimo slovního návodu učitelka systematicky demonstruje správný způsob úchopu dětem. Děti následně opakují a drží tužku podle instrukcí.

- **Kontrola:** Děti neustále kontrolujeme, zda drží PP správně. Pro kontrolu kvality úchopu může být využito zdvihnutí ukazováčku - tužka by neměla vyklouznout. Opět je možné využít básničku jako prostředek kontroly (např: *“Ťuk, ťuk na vrátka, to je krátká pohádka.”*).

- **Trojhranný program:** Efektivním prostředkem pro trénink správného úchopu jsou tužky s trojúhelníkovým průřezem nebo nástavce, které lze nasadit na běžnou tužku. Tento tzv. trojúhelníkový program bez většího nátlaku podporuje správnou polohu prstů při psaní.

3. 3. 3. Náprava chybného držení psací potřeby

Zásady pro nápravu chybného držení:

- **Včasné identifikování a snaha o korekci:** Školní docházka klade vysoké nároky na grafomotorické dovednosti dítěte. Děti tráví psaním často i několik hodin denně. Mnoho dospělých si však neuvědomuje, kolik času děti věnují psaní, a nezapívají se tím, jaký vliv má tento čas na děti. Děti potřebují psychickou podporu, vhodné pracovní podmínky a návyky, a případně i prostředky pro kompenzaci a zmírnění obtíží. Způsob, jakým děti drží psací nástroj, často vychází z jejich předchozích zkušeností a zvyků. Pokud se dítě naučí a upevní špatné návyky, je obtížné tyto návyky později změnit. Čím je dítě starší, tím obtížněji lze změnit jeho způsob držení psacího nástroje. Proto je velmi důležité věnovat zvláštní pozornost správnému úchopu psacího nástroje zejména v předškolním věku a v první třídě. (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 76 - 77)

- **Trpělivost** - Při výuce psaní a při korekci chyb je nezbytné, aby učitel projevoval velkou trpělivost. Děti musí zůstat motivované a psaní by jim mělo přinášet radost.

- **Básničky, říkanky, didaktické hry:** Žáky motivujeme a zapojujeme do výuky prostřednictvím různých didaktických her, říkadel, básniček a písniček. Učitel vytváří prostředí, ve kterém si žáci uvědomují, že budou psát, a tak se na tuto činnost těší. Pro podporu správné motivace, přípravu před psaním a prevenci nežádoucích hygienických návyků můžeme využít například následující básničku. (Fasnerová, 2016, s. 131)

„Pozor žáci prvňáci, co teď máme na práci? Lavice si uklidíme, sešit mírně nakloníme a rovně se posadíme. Pravá, levá z rukou stříška schová se tam pampeliška. A co s hlavou? Jak ji dám? Hlavu pěkně narovnáám.“

- **Individuální přístup a zapojení rodiny do procesu nápravy:** Ve každé třídě se objeví žáci, kteří budou mít obtíže s učením psaní. Učitel by měl přistupovat k těmto žákům individuálně a hledat účinné a zároveň zajímavé způsoby, jak jim pomoci. Poté, co identifikuje konkrétní problém, by měl učitel společně s rodiči stanovit plán nápravy a začít s jeho realizací. Informovanost rodičů je klíčová, protože by měli podporovat nápravný

proces i doma. Nápravné aktivity by měly být rozloženy do krátkých, ale pravidelných intervalů. Během nápravy učitel žáky povzbuzuje, motivuje a podporuje jejich zájem o celý proces. (Křivánek, Wildová, 1998, s. 76)

- **Dodržování hygienických návyků:** Často se stává, že děti mají problémy se správným nastavením ruky během psaní, což může vést k vykroucení zápěstí. Toto nejen ovlivňuje čitelnost psaní, ale také může ovlivnit pohodlí a rychlost psaní. Vykroucené zápěstí brání dostatečnému prokrvení ruky a může způsobit nepříjemné napětí. Proto je důležité, aby děti věděly, jak správně držet PP a jak udržet ruku v pohodlné a přirozené poloze během psaní. Zvláště je důležité vysvětlit, že hrot tužky by měl směřovat k rameni, což pomáhá udržet ruku v optimální poloze. Tento koncept je třeba procvičovat pomocí speciálních cvičení zaměřených na uvolnění a posílení svalů ruky a paže, aby se děti naučily správnému postavení ruky při psaní.

- **Uvolňování ruky:** Další častou výzvou je nadměrný tlak vyvíjený na podložku. Tento tlak může být důsledkem nedostatečného uvolnění ruky nebo nevhodného typu psací potřeby. Při nadměrném tlaku může dojít k poklesu rychlosti a čitelnosti psaní a zvýšení únavy ruky. Pro dosažení optimálního uvolnění můžeme využít motivace jako "hadráček" nebo "gumové ruce". Tyto metody zahrnují úplné přerušování psaní, odložení psacího náčiní a uvolnění ruky. Poté žáci s instrukcemi učitele opět uchopí psací potřebu a pokračují ve psaní.

- **Speciální pomůcky a cvičení:** Pokud se vyskytne nesprávný úchop psacího náčiní, je důležité zaměřit se na průpravné cvičení a trénink správného úchopu. To zahrnuje jak verbální, tak vizuální příklady a instrukce. Pro podporu tohoto procesu lze využít speciálních pomůcek a materiálů. (Bednářová, Šmardová, 2021a, s. 77 - 79)

Můžeme využít speciální adaptér ve tvaru kuličky, který je připojený k fixě a slouží k tréninku správného držení psacího náčiní. Při použití adaptéru se fix, tak jako při špetkovém úchopu, drží pouze třemi prsty - prostředníček, ukazováček a palec. Prostředník zajišťuje podporu fixu, palec ho stabilizuje a ukazováček je lehce položen na něj. Tento speciální nástroj je zejména vhodný pro předškoláky nebo prvňáčky, kteří potřebují podporu při správném držení. Alternativně lze při psaní využít malou kuličku zmačkaného papíru, kterou děti drží v dlaních mezi prsteníčkem a malíčkem, což je efektivní metoda, která jim umožňuje mít volné právě tři prsty k úchopu psacího náčiní.

(Johnová, <https://www.jak-spravne-psat.cz/s-vyukou-spravneho-psani-pomuze-nacvikovy-adapter-p-28/>)

- **Přiměřenost:** Dbáme na dodržování pravidla přiměřenosti, což znamená, že nedáváme dětem příliš dlouhé texty, které by je mohly přetížit. Je důležité umožnit a podporovat uvolnění ruky před, během i po psaní. Dětem poskytujeme pravidelné přestávky (např. tělovýchovné chvilky), během nichž mohou provést uvolňovací cvičení nebo si odpočinout od psaní, což jim pomáhá udržovat koncentraci a pohodu během celé výuky. Je nutné poskytnout dětem dostatečné prostředky a příležitosti k procvičování a zdokonalování správného držení psacího náčiní. (Bednářová, Šmardová, 2021b, s. 77 - 79)

PRAKTICKÁ ČÁST

4. Cíle a výzkumné otázky

Správné držení psací potřeby je klíčovým návykem, který je významný pro úspěšný vzdělávací proces. Jeho osvojení má zásadní význam pro děti na začátku jejich školního vzdělávání. Každé dítě má svou vlastní úroveň dovedností v této oblasti, přičemž některé již přicházejí do školy s dobře zvládnutými návyky, zatímco jiné mohou mít v držení psací potřeby nedostatky. Je nezbytné, aby učitelé věnovali pečlivou pozornost správnému rozvoji držení psací potřeby od samotného počátku vzdělávání a setrvali v této podpoře až do doby, kdy je správné držení pevně zafixováno. Součástí této práce je analýza držení psací potřeby a jeho vývoje během 1. třídy a v 2. ročníku. Kromě toho se zaměřuje na získání doporučení od zkušených elementaristů, která mohou pomoci v případě, že dítě má potíže se správným držením psací potřeby nebo při formování vhodných návyků psaní.

4. 1. Cíle výzkumu

Praktická část byla provedena s následujícími cíli:

1. Identifikace úchopů PP na základě analýzy fotografií,
2. zhodnocení změn v držení PP u žáků na počátku školní docházky,
3. formulace doporučení pro nápravu a podporu optimálního držení PP na základě analýzy a rozhovorů s učiteli elementaristy.

4. 2. Výzkumné otázky

Pro dosažení stanovených cílů budou zkoumány následující výzkumné otázky.

Výzkumná otázka k cíli č. 1

1. Jaké typy držení psací potřeby převládají u žáků 1. a 2. ročníku základní školy?

Výzkumná otázka k cíli č. 2

2. Jak se mění držení psací potřeby žáků během prvního školního roku a na počátku 2. třídy?

Výzkumné otázky k cíli č. 3

3. Jaké jsou zkušenosti a pozorování učitelů elementaristů ohledně držení psací potřeby jejich žáků?

4. Jaká jsou doporučení a osvědčené postupy pro nápravu chybného držení PP a podporu rozvoje správných psacích návyků u žáků na počátku jejich školního vzdělávání?

5. Metodologie výzkumného šetření

Tato kapitola představuje metody, které jsme využili v rámci kvalitativního výzkumu diplomové práce, především analýzu fotografií a strukturované rozhovory. Účelem těchto metod bylo splnit stanovené cíle práce. Zároveň je zde klíčová charakterizace respondentů, na nichž byl výzkum prováděn, neboť poskytuje kontext pro interpretaci získaných dat.

5. 1. Výzkumné metody

Pro provedení praktické části jsme se opírali o metody analýzy fotografií a strukturovaného rozhovoru.

5. 1. 1. Analýza fotografií

Analýza fotografií, často označovaná jako obsahová analýza, je metodou umožňující objektivní a systematické kvantitativní hodnocení obsahu obrazového materiálu. Tato metoda se vyznačuje několika významnými přednostmi. Předně, eliminuje vliv chyb a zkreslení na shromažďovaná data, což zajišťuje vysokou míru objektivity. Důležitým aspektem je také minimalizace subjektivního vlivu výzkumníka, což umožňuje nestranné zhodnocení informací obsažených v analyzovaných fotografiích. Kromě toho je tato metoda užitečná při identifikaci událostí a jevů z časově vzdálených období, což umožňuje analýzu a porovnávání vývoje v průběhu času.(Skutil, 2011, s. 97)

5. 1. 2. Analýza strukturovaného rozhovoru

Skutil (2011, s. 90-91) zařazuje strukturovaný rozhovor mezi různé typy interview. Jedná se o formu rozhovoru, kde jsou předem sestavené otázky. Strukturovaný rozhovor funguje jako dotazník realizovaný ústní formou, přičemž nelze změnit pořadí otázek. Tento druh interview je obecně považován za nejjednodušší z hlediska časové náročnosti a vyhodnocování, avšak vyžaduje pečlivou přípravu.

Diplomová práce zahrnuje strukturovaný rozhovor, který obsahuje 10 otázek zaměřených na získání informací o tom, jak se vyučující zabývají výukou správného úchopu u začínajících školáků. Bylo osloveno 15 učitelů základních škol, s nimiž byl tento rozhovor proveden. Otázky jsou formulovány jasně a stručně, aby byly pro učitele snadno pochopitelné

Strukturovaný rozhovor zahrnuje následující otázky:

1. Jaká je délka Vaší praxe?
2. Kolikrát jste měl/a 1. třídu?
3. Jaký máte pohled na současný stav držení psací potřeby?
4. Na jaké úrovni rozvoje grafomotoriky se děti na počátku školní docházky nachází?
5. Jaká vidíte pozitiva a negativa úrovně grafomotoriky u dětí na počátku školní docházky?
6. Jaké problémy v úchopu tužky se vyskytují nejčastěji?
7. Z dlouhodobého pohledu dochází u žáků ke zlepšení nebo ke zhoršení grafomotorické úrovně?
8. Jaké využíváte metody a postupy k upevnování správného držení?
9. Jaká je podle Vás úspěšnost nápravy?
10. Pokračujete s nápravou i ve vyšších ročnících?

5. 2. Charakteristika výzkumných souborů

V této kapitole se zaměříme na charakteristiku souboru šetření, který byl proveden v rámci výzkumu zabývajícího se úchopem u dětí v začátcích jejich školní docházky. Pro získání detailních informací a porozumění vývoji úchopu byly navštíveny třídy ve třech různých školách, a to jak ve venkovském, tak v maloměstském prostředí. Každá ze škol poskytla specifické prostředí a podmínky, které ovlivňují výuku a vývoj úchopu u dětí. V rámci této kapitoly detailněji rozebereme strukturu a charakteristiky šetření, včetně počtu žáků v jednotlivých třídách, jejich věkového rozpětí a praxe třídních učitelů.

Škola A:

Škola A má kapacitu 260 dětí. Je členěná na dvě budovy s menším sportovním areálem a hřištěm. Obec, ve které se škola nachází, má 2 400 obyvatel. První třída je pouze jedna a vede ji paní učitelka, která se na této škole specializuje pouze na výuku prvních tříd.

- **Třída A**

Třída A se skládá z celkem 22 žáků, z nichž 9 jsou chlapci a 13 dívky. Tento poměr může ovlivňovat dynamiku ve třídě a interakce mezi žáky. Věk žáků při první návštěvě školy se pohyboval od 73 do 88 měsíců, což odpovídá věku 6 až 7 let.

Třídní učitel má 31 let praxe v pedagogické činnosti, což naznačuje jeho hlubokou zkušenost a odbornou způsobilost. Za svou kariéru vedl již 12 prvních tříd, což svědčí o jeho rozsáhlé zkušenosti v práci s žáky na počátku jejich školní docházky.

Škola B:

Škola B je situována v menším městě s populací 2 960 obyvatel. Má kapacitu až 310 žáků. Na prvním stupni jsou dvě paralelní 1. třídy, ve kterých třídní učitelky navzájem spolupracují.

- **Třída B**

Třída B se skládá z 21 žáků, z toho 8 chlapců a 13 dívek. Věk žáků při první návštěvě školy byl v rozmezí od 70 do 88 měsíců, což odpovídá věku od 5 let a 10 měsíců do 7 let a 4 měsíců.

Třídní učitel této třídy má 33 let pedagogické praxe a během své kariéry vedl již 12 prvních tříd. Tento bohatý soubor zkušeností je cenný pro efektivní řízení třídy a přizpůsobení výukových metod tak, aby vyhovovaly různorodým potřebám žáků.

- **Třída C:**

Třída C zahrnuje celkem 21 žáků, z toho 7 chlapců a 14 dívek. Věk žáků při první návštěvě školy se pohyboval od 70 do 95 měsíců, což odpovídá věku od 5 let a 10 měsíců do 7 let a 11 měsíců.

Třídní učitel má 4 roky praxe a vedl dosud jednu první třídu. I přes relativně krátkou dobu praxe má učitel příležitost přinést do výuky nové a inovativní přístupy.

Učitelé tříd B a C spolu úzce spolupracují, což umožňuje sdílení zkušeností a osvědčených postupů. Tato spolupráce je důležitá pro zajištění konzistentního a kvalitního vzdělávacího prostředí pro všechny žáky.

Škola C:

Škola C je plně organizovaná s maximální kapacitou 450 žáků. Nachází se ve městě se 6 500 obyvateli. Škola má paralelní 1. třídy. Ve třídě E došlo ke změně třídního učitele v průběhu šetření.

- **Třída D:**

Třída D se skládá z 23 žáků, z toho 12 chlapců a 11 dívek. Věk žáků při první návštěvě školy byl v rozmezí od 74 do 94 měsíců, což odpovídá věku od 6 let a 2 měsíců do 7 let a 10 měsíců.

Třídní učitel má 9 let praxe v pedagogické činnosti a během své kariéry vedl již 3 první třídy. Tato zkušenost mu umožňuje efektivně řídit třídu a přizpůsobit výukové metody potřebám jednotlivých žáků.

- **Třída E:**

Třída E má celkem 22 žáků, z toho 12 chlapců a 10 dívek. Tento rozložení může ovlivnit dynamiku ve třídě a interakce mezi žáky. Věk žáků při jejich první návštěvě školy se pohyboval od 81 do 102 měsíců, což odpovídá věku od 6 let a 9 měsíců do 8 let a 6 měsíců. Tento široký věkový rozptyl může mít dopad na školní připravenost a individuální vzdělávací potřeby žáků.

Třídní učitel měl 3 roky praxe a vedl dosud jednu první třídu. Současně kombinovaně studoval učitelství pro 1. stupeň, což mohlo ovlivnit jeho dostupnost a zaměření na vzdělávací proces. Od 2. třídy došlo ke změně třídního učitele, protože původní učitel přešel na jinou školu.

Třída E tak prošla významnou změnou v pedagogickém vedení, což mohlo mít vliv na kontinuitu výuky a adaptaci žáků na nové podmínky.

Strukturované rozhovory jsem vedla s učiteli pocházejícími z různých školních prostředí, které zahrnovaly jak venkovské, tak městské školy. Tyto učitele rovněž charakterizuje rozmanitá délka jejich pedagogické praxe, od těch, kteří mají bohaté zkušenosti, až po ty, kteří začínají svou kariéru.

5. 3. Průběh šetření

Všechny mé návštěvy pečlivě předcházely domluvy s třídními učiteli, kde jsme diskutovali o cílech vetření a potřebných krocích, jako například termíny šetření, dodržení GDPR apod.

První focení proběhlo na začátku školního roku v září 2022/2023, přičemž jsem se snažila zachytit děti během prvního týdne školy. Cílem bylo získat přehled o jejich schopnostech v držení psacích potřeb, tak jak přišly z mateřské školy.

Druhé focení se konalo v pololetí školního, které přibližně odpovídá konci přípravného období. V této fázi by měly děti již mít svůj úchop zafixovaný.

Třetí focení proběhlo na konci školního roku.

Poslední čtvrté focení bylo uskutečněno na začátku školního roku 2023/2024, kdy žáci vstupovali do druhé třídy. Účelem bylo zaznamenat jejich úchop v prvních týdnech nového školního roku a zhodnotit případné změny ve srovnání s předchozím školním rokem.

V rámci výzkumného šetření jsem měla možnost fotografovat děti během jakéhokoliv psaní či kreslení. Cílem bylo zachytit jejich přirozený úchop psacích potřeb, jakým jsou zvyklí. Při tomto procesu jsem se snažila po domluvě minimalizovat jakékoli připomínky správného úchopu nebo jiných hygienických návyků ze strany paní učitelek.

Během prvního setkání mě paní učitelky představily dětem. Od učitelek jsem obdržela seznam žáků spolu s jejich daty narození. Každé dítě jsem označila písmenem podle pohlaví (D pro dívku, CH pro chlapce) a číslem, které odpovídalo jejich pořadí v abecedě. Toto rozdělení umožnilo jednoduchou identifikaci. Osobní údaje žáků byly použity pouze pro účely záznamu a orientace v datech.

Proces fotografování dětí byl relativně snadný a trval přibližně 20 minut. Klíčové bylo zajistit, aby byla ruka zachycena z vhodného úhlu, což umožnilo jasně vidět, jakým způsobem dítě drží psací potřebu. Pro vyhodnocování dat bylo klíčové, aby byla na snímku přítomna identifikační cedulka obsahující písmeno a číslo (např. 7D, 14CH ...).

Někdy se stalo, že některé dítě nebylo přítomno při fotografování například z důvodu nemoci. V takovém případě jsem se snažila navštívit třídu znovu do 14 dnů a dokončit focení chybějících žáků. Pokud některé děti opustily třídu z jiných důvodů, jako je propadnutí nebo stěhování, jejich fotografie nebyly dále analyzovány a nebyly zahrnuty do výzkumu.

V průběhu následujících měsíců jsem systematicky prováděla strukturované rozhovory s učiteli základních škol. Cílem těchto rozhovorů bylo získat informace o průběhu výuky a potenciálních metodách, které se využívají k napomáhání správného držení psacích potřeb u dětí na začátku jejich školní docházky. Každý rozhovor probíhal individuálně s pedagogem, přičemž byl pečlivě zaznamenán po předchozím souhlasu a následně přepsán pro další analýzu. Záznamy byly smazány z důvodu zachování anonymity a důvěrnosti informací.

Veškerý výzkum byl prováděn s důrazem na zachování anonymity účastníků. Každému dítěti bylo přiděleno odpovídající písmeno a číslo, čímž byla zajištěna ochrana jejich skutečné identity. Fotografie dětí byly pořizovány tak, aby nebyla vidět jejich tvář. Žádná skutečná jména dětí ani další citlivé informace nebyly v dokumentaci použity. Stejně tak nebyly zveřejněny pravé jména pedagogů ani názvy škol, které byly zapojeny do výzkumu. Všechny vyhodnocené výsledky byly využity výhradně pro účely této výzkumné práce a zůstaly anonymní.

6. Výsledky šetření

Šetření se zaměřilo na správné držení psací potřeby u dětí v prvním ročníku základní školy a na začátku druhého ročníku. V prvním období bylo procento správného držení nejnižší, což je přirozené vzhledem k rozdílným dovednostem dětí při příchodu do školy. Ve druhém období došlo ke zlepšení díky efektivním pedagogickým intervencím. Třetí a čtvrté období vykazaly stabilizaci úrovně správného držení. Celkově většina dětí vykazovala konzistentní úroveň úchopu, přičemž u menší části došlo k výraznějším změnám. Tyto výsledky zdůrazňují potřebu pokračující podpory správného držení psací potřeby prostřednictvím cílených pedagogických aktivit.

6.1. Analýza fotografií

Analýza fotografií úchopů byla provedena s důrazem na pečlivé pozorování a detailní vyhodnocení každého snímku. Tento přístup umožňuje získat přesnější a spolehlivější výsledky, které jsou nezbytné pro následnou interpretaci. Každý úchop byl pečlivě zaznamenán a klasifikován podle předem stanovených kritérií, což zajistilo konzistenci a objektivitu hodnocení.

V následující části práce se budeme věnovat prezentaci a interpretaci získaných dat prostřednictvím grafů a tabulek. Tato vizuální znázornění poskytují jasný a přehledný pohled na výsledky výzkumu a usnadňují pochopení klíčových trendů a vzorců.

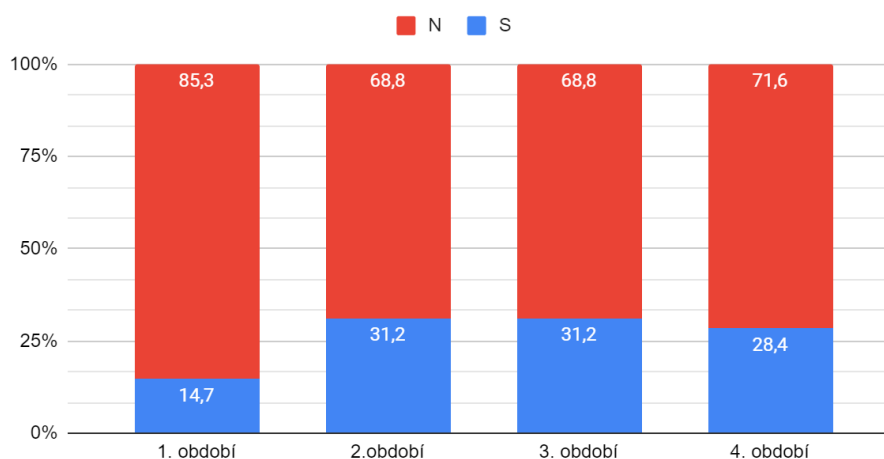
Výzkum zahrnoval 109 žáků (61 dívek a 48 chlapců) z různých škol, což zajišťuje reprezentativní vzorek pro naše šetření. Tento počet respondentů umožňuje statisticky významné závěry a poskytuje základ pro analýzu.

Cílem této analýzy je identifikovat rozdíly v úchopech mezi jednotlivými dětmi a skupinami, a poskytnout tak hlubší vhled do studovaného jevu. Zaměřujeme se na rozpoznání nejen správných a nesprávných úchopů, ale také na pochopení faktorů, které mohou ovlivňovat vývoj a změny v úchopech. Na základě těchto poznatků budeme schopni formulovat doporučení pro pedagogickou praxi, která mohou napomoci k nápravě nesprávných úchopů a podpoře správného držení psací potřeby již od počátku školní docházky.

Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby za jednotlivá období

V tomto grafu můžeme sledovat četnost správného držení (S) a nesprávného držení (N) během celého šetření všech vybraných žáků. Graf je rozdělen do čtyř období, která ilustrují vývoj úchopu žáků v různých fázích školní docházky. První období představuje počátek 1. třídy, kde je vidět, s jakou dovedností v oblasti úchopu děti přicházely z mateřské školy či rodinného prostředí. Druhé období je po konci přípravného období, kdy by mělo docházet k fixování správného úchopu. Třetí období zahrnuje konec 1. třídy, kde se hodnotí pokroky dětí po prvním roce školní docházky. Čtvrté období se vztahuje k počátku 2. třídy, kde můžeme sledovat, jak se úchop vyvinul po prázdninách.

Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby za jednotlivá období



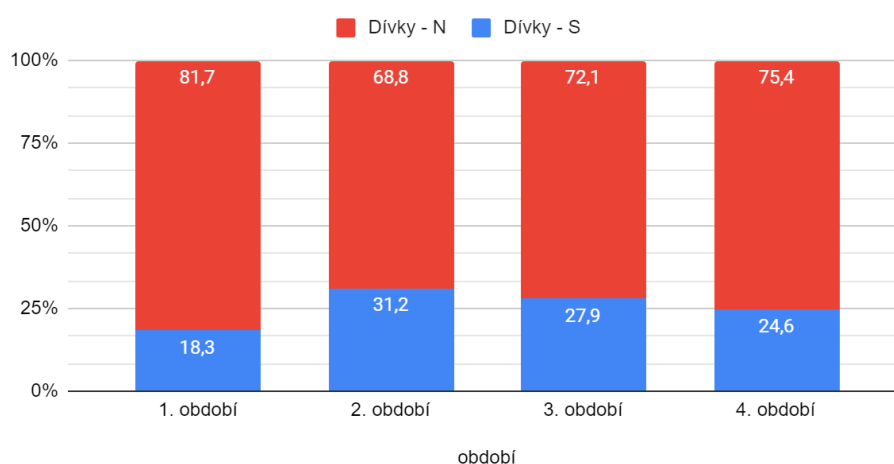
Graf 1: Četnost správného a nesprávného držení za jednotlivá období (%)

V prvním období pochopitelně zastává nejnižší procento správného držení, což je očekávané vzhledem k tomu, že děti přicházejí do školy s různými dovednostmi úchopu. Ve druhém období došlo k výraznému zlepšení, což naznačuje efektivitu přípravného období a intervencí zaměřených na fixování správného úchopu. Oproti tomu ve třetím období nedošlo k žádnému zlepšení, což může naznačovat, že po počátečním nárůstu správného držení se úroveň stabilizovala. Ve čtvrtém období je změna téměř zanedbatelná, nedošlo k výraznému zhoršení ani zlepšení, což ukazuje na určitou stabilitu v dovednosti úchopu po prázdninách.

Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u dívek za jednotlivá období

Tento graf nám interpretuje četnost správného držení (S) a nesprávného držení (N) v průběhu celého šetření u dívek, kterých bylo celkem 61. Graf poskytuje přehled o vývoji úchopu dívek ve čtyřech klíčových obdobích školní docházky: počátek 1. třídy, konec přípravného období, konec 1. třídy a počátek 2. třídy.

Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u dívek v jednotlivých obdobích (%)



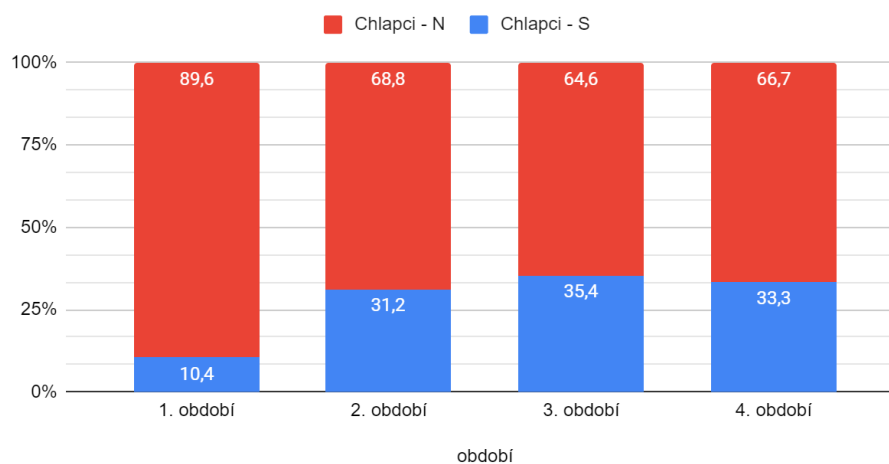
Graf 2: Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u dívek v jednotlivých obdobích (%)

Šetření v 1. období ukazuje, že dívky měly výrazně lepší vybavenost v oblasti správného držení psací potřeby než chlapci. Ve druhém období nastal významný pokrok, který představuje jakýsi vrchol v dosaženém zlepšení. Nicméně v následujících obdobích dochází k postupnému poklesu správného držení

Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u chlapců za jednotlivá období

Tento graf zobrazuje četnost správného držení (S) a nesprávného držení (N) v průběhu celého šetření u chlapců, kterých bylo celkem 48.

Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u chlapců v jednotlivých obdobích (%)



Graf 3: Četnost správného a nesprávného držení psací potřeby u chlapců za jednotlivá období (%)

Jak již bylo zmíněno, v prvním období vykázaly dívky výrazně lepší výsledky v správném držení psací potřeby než chlapci. Avšak v druhém a třetím období docházelo u chlapců k významnému zlepšení. Na začátku druhé třídy, ve čtvrtém období, bylo pozorováno, že chlapci dosahovali vyšších procent v správném úchopu než dívky. Mezi prvním a čtvrtým obdobím došlo ke zvýšení počtu úspěšnosti u chlapců o přibližně 23 %. U dívek bylo zlepšení mezi prvním a čtvrtým obdobím pouze 6 %. Tato data ukazují na rozdíly v rozvoji úchopu mezi oběma pohlavími během sledovaných období.

Četnost správného držení psací potřeby v průběhu šetření

Tento graf nám zobrazuje celkový počet výskytů správného držení psací potřeby u všech 109 zúčastněných dětí během všech sledovaných období. (0 = žádné správné držení, 1 = jedno správné držení, 2 = dvě správná držení, 3 = tři správná držení, 4 = čtyři správná držení za všechna období)



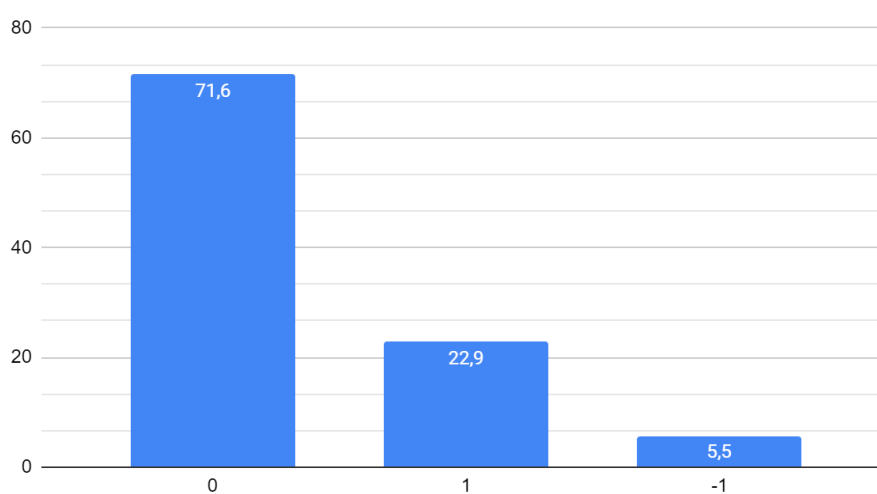
Graf 4: Počet správného držení psací potřeby za celé období (%)

Graf ukazuje, že během celého šetření mělo 50,5 % žáků neustále nesprávný úchop psací potřeby. U 15,6 % dětí byl zaznamenán správný úchop pouze jednou, stejně jako u dalších 15,6 % dětí, které měly správný úchop dvakrát. U 12,8 % dětí byl zaznamenán správný úchop dokonce třikrát. Pouze 5,5 % dětí, což odpovídá 6 dětem ze 109, mělo správný úchop po celou dobu sledovaného období ve všech čtyřech obdobích. Tento fakt naznačuje, že tato malá skupina dětí přišla do 1. třídy s již správným úchopem psací potřeby a tento úchop si úspěšně udržela i nadále.

Změny zaznamenané mezi 1. a 3. šetřením

Graf prezentuje procentuální změny v úchopu psací potřeby mezi prvním a třetím obdobím sledovaného šetření. Výsledky jsou rozděleny do tří kategorií: zhoršení (-1), beze změn (0) a zlepšení (1). První kategorie, označená jako zhoršení (-1), indikuje, že mezi prvním a třetím obdobím došlo ke snížení kvality úchopu u zkoumaných dětí. Beze změn (0) označuje skupinu dětí, které si mezi prvním a třetím obdobím udržely stabilní úroveň úchopu, se kterou do školního prostředí přišly. Nedošlo tedy ani ke zlepšení ani ke zhoršení. Naopak, stav zlepšení (1) ukazuje na skupinu dětí, které mezi prvním a třetím obdobím projevily pozitivní změnu ve svém úchopu.

Změny zaznamenané mezi 1. a 3. šetřením (%)

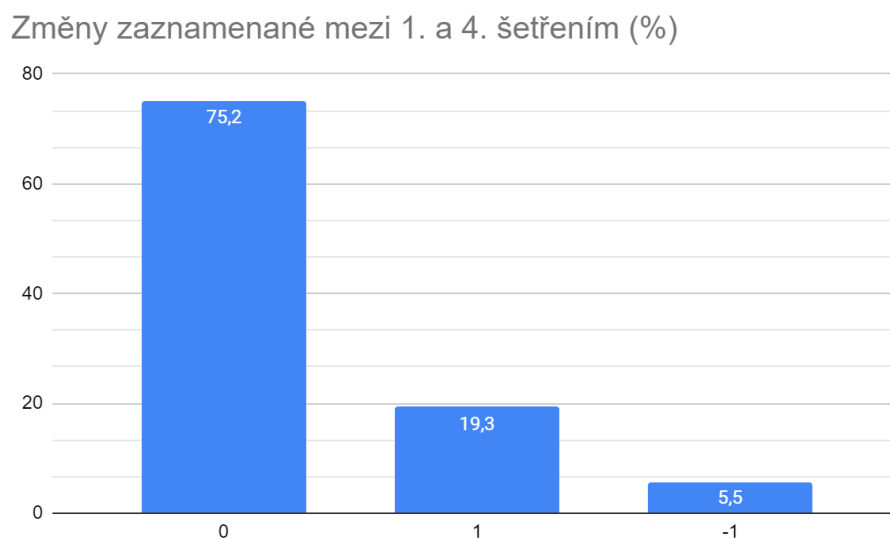


Graf 5: Změny zaznamenané mezi 1. a 3. šetřením (%)

Z analýzy grafu je patrné, že většina dětí (71,6 %) udržela stejnou úroveň úchopu psací potřeby na konci 1. třídy jako na začátku školního roku. Zlepšení úchopu bylo pozorováno u 25 dětí, což představuje téměř 23 % zkoumané skupiny. Tento fakt naznačuje úspěšnost pedagogických intervencí a vzdělávacích programů zaměřených na podporu správného držení psací potřeby během školního roku. Naopak bylo zaznamenáno zhoršení úchopu u 6 dětí. Tento jev může být způsoben různými faktory, které budou detailněji diskutovány v další části práce (kap. 7. 3. Diskuze).

Změny zaznamenané mezi 1. a 4. šetřením

Tento graf interpretuje změny zaznamenané mezi prvním a čtvrtým obdobím šetření, tedy mezi počátkem školní docházky a počátkem 2. třídy u všech dětí, které se zúčastnily šetření. Graf poskytuje přehled o vývoji úchopu psací potřeby během tohoto období a umožňuje sledovat, jak se úroveň správného držení měnila během prvního roku školní docházky a po letních prázdninách.



Graf 6: Změny zaznamenané mezi 1. a 4. obdobím (%)

Výsledky grafu mezi 1. a 4. obdobím jsou podobné jako výsledky porovnání mezi 1. a 3. obdobím. Nicméně ve 4. období je zaznamenáno poměrně vyšší procento stavu beze změn (0), což znamená, že větší počet dětí udržel svou původní úroveň úchopu od začátku 1. třídy do začátku 2. třídy. Naopak, procento dětí, které vykázaly zlepšení (1), je ve 4. období nižší ve srovnání s výsledky mezi 1. a 3. obdobím.

Některé vyskytující se scénáře v šetření

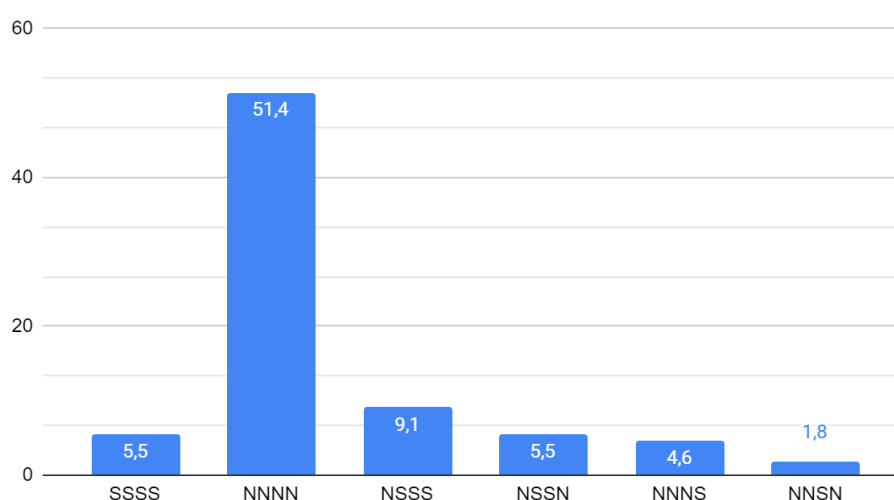
Tento graf ilustruje různé scénáře úchopu psací potřeby, které se vyskytly u všech 109 dětí v průběhu šetření. Každý scénář představuje kombinaci správného (S) a nesprávného (N) úchopu v jednotlivých obdobích.

Ideální scénář SSSS znamená, že žák měl ve všech čtyřech šetřeních správný úchop psací potřeby. Tento scénář ukazuje na děti, které přišly do školy již se správným úchopem a tento úchop si udržely po celý sledovaný rok. Oproti tomu scénář NNNN označuje děti, které měly ve všech čtyřech šetřeních nesprávný úchop. Tento scénář poukazuje na děti, které nezačaly školní docházku se správným úchopem a nedokázaly jej zlepšit ani během sledovaného období.

Další scénáře zahrnují různé kombinace správného a nesprávného úchopu. Scénář NSSS naznačuje, že žák měl na počátku školní docházky nesprávný úchop, ale později došlo k fixaci správného úchopu, který si udržel po zbytek šetření. Scénář NSSN ukazuje, že žák měl na počátku 1. třídy a na počátku 2. třídy nesprávný úchop, avšak ve 2. a 3. období (po přípravném období a na konci 1. třídy) měl úchop správný. Překvapivý scénář NNNS naznačuje, že žák měl ve všech obdobích nesprávný úchop až na 4. období, tedy počátek 2. třídy, kde byl úchop správný. Scénář NNSN značí, že správný úchop byl zaznamenán pouze ve 3. období (na konci 1. třídy), zatímco v předchozích obdobích i v posledním období byl úchop nesprávný.

Tyto scénáře poskytují podrobný přehled o různých trajektoriích vývoje úchopu psací potřeby u dětí během sledovaného období a umožňují identifikovat specifické vzorce, které mohou být relevantní pro další pedagogické intervence a strategie podpory správného úchopu.

Některé vyskytující se scénáře v šetření (%)



Graf 7: Některé vyskytující se scénáře v šetření (%)

V analýze grafu je patrné, že nejčastějším scénářem v rámci šetření bylo zjištění, že žádné z dětí neprojevilo správný úchop psací potřeby. Tento výsledek se týkal většiny sledovaných dětí, což naznačuje významný problém v oblasti vývoje správného držení psací potřeby během raného školního věku.

Dále bylo zjištěno, že 5,5 % dětí přišlo do základní školy již s vyvinutým správným úchopem, který byl schopno udržet po celou dobu školní docházky. Tento fakt ukazuje na pozitivní vliv předškolní přípravy a podpory ze strany rodiny či mateřské školy na správný vývoj grafomotoriky dětí. Další významný scénář představoval případ, kdy žáci vstupovali do školy s nesprávným úchopem, ale během školního vzdělávání se jim podařilo vyvinout správný úchop. Tento jev naznačuje možnost efektivní nápravy a změny chování s pomocí pedagogických intervencí a podpory ze strany školního prostředí.

Ostatní scénáře vykazovaly marginální zastoupení vzhledem k celkovému počtu sledovaných dětí, což naznačuje, že tyto situace nebyly výrazně rozšířené ani zaznamenávány jako významný problém v rámci zkoumaného vzorku.

Procentuální rozložení podtypů úchopů v 1. šetření

Tato tabulka znázorňuje procentuální rozložení podtypů úchopů v 1. šetření, tedy na počátku 1. třídy. Správný úchop (S) a podtypy nesprávných úchopů, jsou podrobně popsány v kapitole 3. 2. 1. „Špetkový“ úchop a v kapitole 3. 2. 2. „Nesprávné úchopy“. Jednotlivé podtypy nesprávných úchopů jsou označeny malými písmeny. Do vyhodnocení podtypů úchopů byly zahrnuty všechny děti.

Skupina, kde žák podkládá psací potřebu 3. prstem, patří následující podtypy:

- a = Prohnutý ukazováček
- b = Nízké držení
- c = Vysoké držení
- d = Palec přes ukazovák

Skupina, kde žák podkládá psací potřebu 4. prstem, patří následující podtypy:

- e = Dva prsty položené shora
- f = Dva prsty položené shora s prohnutím
- g = Dva prsty položené shora, palec přes ně

Skupina nestandardních úchopů:

- h = Držení v pěsti
- i = Palec přes psací potřebu
- j = Tužka mezi 2. a 3. prstem
- k = Tři prsty položené shora
- l = Držení s vysoko položeným palcem

Tato kategorizace nesprávných úchopů umožňuje detailní analýzu a identifikaci specifických problémů, které mohou být cílem pedagogických intervencí a korekčních cvičení.

Tabulka 2: Procentuální rozložení podtypů úchopů v 1. šetření (%)

Podtyp	s	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l
%	14,7	22,9	8,3	3,7	3,7	13,8	20,2	2,7	0,9	1,8	0	1,8	5,5

V prvním šetření bylo zaznamenáno nejvyšší procento dětí s křečovitým úchopem Prohnutý ukazováček (a). Jak se později dozvíme, tento úchop vždy dominuje mezi typy nesprávných úchopů. Nízké držení (b) a Vysoké držení (c) měly v tomto období vyšší procento než v dalších obdobích. Možné zdůvodnění je vysvětleno v kapitole 7. 3. Diskuze. Na druhém místě mezi typy nesprávných úchopů je křečovité držení, při kterém se tužka podkládá 4. prstem, tedy Dva prsty položené shora s prohnutím (f). Tento úchop se i později dostává na přední příčky. U těchto dětí nebyl správně vyvinut špetkový úchop. Další typy úchopů jsou poměrně méně časté a jejich zastoupení se snižuje v dalších obdobích.

Celkově lze konstatovat, že nejčastější problémy spojené s nesprávným úchopem psací potřeby jsou křečovité úchopy, které přetrvávají i v dalších obdobích. Správný úchop byl zaznamenán pouze u malé části dětí, což poukazuje na potřebu cílených pedagogických intervencí.

Procentuální rozložení podtypů úchopů v 2. šetření

Tato tabulka obdobně znázorňuje procentuální rozložení podtypů úchopů ve 2. šetření, tedy přibližně v polovině 1. ročníku po konci přípravného období. Vysvětlení značení jednotlivých podtypů úchopů je uvedeno výše v popisu tabulky Procentuální rozložení podtypů úchopů v 1. šetření. Do šetření ve 2. období byly zahrnuty všechny děti.

Tabulka 3: Procentuální rozložení podtypů úchopů ve 2. šetření (%)

Podtyp	s	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l
%	31,2	36,7	2,8	2,8	1,8	3,7	14,7	1,8	0	0	0	0	4,6

Ve 2. šetření došlo k významnému nárůstu správného typu držení psací potřeby, který nyní dosáhl 31,2 %. Mezi nesprávnými úchopy opět dominuje křečovité držení Prohnutý ukazováček (a). Typ držení, při kterém je PP podpírána 4. prstem, zaznamenal pokles. Nejčastěji se vyskytujícím typem úchopu je úchop Dva prsty položené shora s prohnutím (f), který dosáhl 14,7 %. To představuje významný pokles ve srovnání s předchozím obdobím. Nesprávné nestandardní typy úchopů (h, i, j, k) se v tomto šetření již nevyskytly, s výjimkou několika málo případů až do 4. období. Častěji se objevuje i typ Držení s vysoko položeným palcem, který je často těžko odlišitelný od správného špetkového úchopu.

Procentuální rozložení podtypů úchopů v 3. šetření

Tato tabulka podrobně zobrazuje procentuální rozložení podtypů úchopů ve 3. šetření, tedy na konci 1. ročníku. Vysvětlení jednotlivých podtypů úchopů je uvedeno výše v popisu grafu. Do šetření ve 3. období byly zahrnuty všechny děti, které se účastnily šetření.

Tabulka 4: Procentuální rozložení podtypů úchopů ve 3. šetření (%)

Podtyp	s	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l
%	31,2	27,5	4,6	0	2,8	6,4	15,6	4,6	0	0,9	0	0,9	5,5

V tomto období, na konci 1. ročníku, poprvé převyšuje procentuální zastoupení správného držení psací potřeby mezi všemi podtypy držení. Tento nárůst naznačuje pokrok v rozvoji správných pohybových dovedností u dětí během prvního školního roku. Mezi nesprávnými úchopy je zaznamenáno významně vyšší procento úchopu Prohnutý ukazováček, což signalizuje přetrvávající problémy s křečovitým způsobem držení psací potřeby. Vysoké a nízké držení psací potřeby je v této fázi již zanedbatelné, což naznačuje určitou korekci těchto nesprávných postupů u většiny dětí. V držení psací potřeby podpíraného 4. prstem opět dominuje křečovité držení Dva prsty položené shora s prohnutím (f), což ukazuje na stále přetrvávající potřebu fixace správného úchopu.

Procentuální rozložení podtypů úchopů v 4. šetření

Tato tabulka podrobně interpretuje procentuální rozložení podtypů úchopů ve 4. šetření, tedy na počátku 2. ročníku. Tabulka umožňuje analyzovat úspěšnost fixace držení psací potřeby během prvního školního roku a posoudit, zda se držení změnilo vlivem letních prázdnin. Vysvětlení jednotlivých podtypů úchopů je uvedeno výše v popisu grafu. Do šetření ve 4. období byly zahrnuty všechny děti, které se účastnily průběžného sledování.

Tabulka 5: Procentuální rozložení podtypů úchopů ve 4. šetření (%)

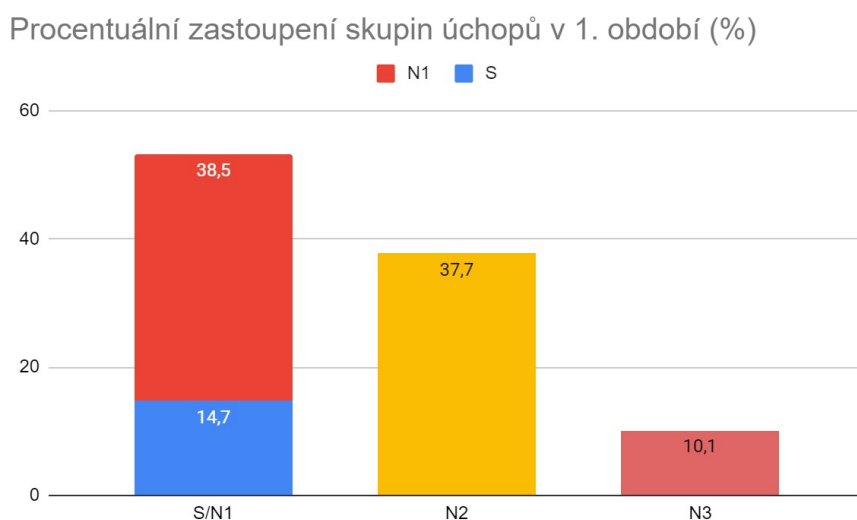
Podtyp	s	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l
%	28,4	33,9	3,7	0	1,8	6,4	18,4	3,7	0	0	0	0	3,7

Přes mírný pokles se podařilo dosáhnout 28,4 % správného držení psací potřeby, což odpovídá 31 dětem, které si správný úchop udržely. Na druhou stranu, výrazně vzrostlo procento křečovitého držení Prohnutý ukazováček, které dosáhlo téměř 34 %. Tento nárůst signalizuje potřebu další podpory ze strany učitelů při uvolňování ruky a korekci tlaku při psaní. Je důležité, aby učitelé i nadále věnovali zvýšenou pozornost této oblasti a nabízeli dětem vhodné techniky a cvičení k prevenci křečovitých úchopů.

Zajímavý je nárůst procenta dětí, které podkládají psací potřebu 4. prstem po prázdninách. Tento trend může být důsledkem změn v denních rutinách dětí během letních prázdnin. Je tedy potřeba se správnému úchopu věnovat i ve 2. ročníku.

Procentuální zastoupení skupin úchopů v 1. období

Graf znázorňuje rozdělení skupin úchopů mezi dětmi v 1. období šetření, kde jsou tyto skupiny definovány jako S (správné úchopy), N1 (podkládání 3. prstem), N2 (podkládání 4. prstem) a N3 (nestandardní úchopy). Skupina S zahrnuje děti s úchopy, které jsou považovány za správné a odpovídají optimálnímu špetkovému úchopu. Skupina N1 zahrnuje děti s úchopy, které jsou téměř správné, ale s určitými odchylkami jako je například křečovitě držení s prohnutým ukazováčkem, nízké nebo vysoké držení nebo s palcem přes psací potřebu. Tato skupina je spojena s skupinou S, protože tyto odchylky nejsou zásadní a děti v této skupině jsou na dobré cestě ke zcela správnému špetkovému úchopu.



Graf 8: Procentuální zastoupení skupin úchopů v 1. období (%)

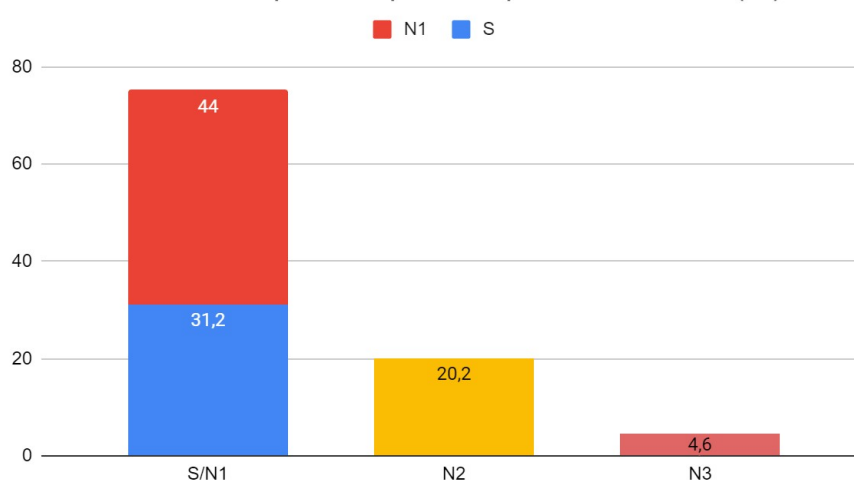
Graf jasně ilustruje rozložení dětí do různých skupin úchopů (S, N1, N2, N3) v průběhu šetření. Největší podíl dětí patří do skupiny N1, což naznačuje, že většina zúčastněných dětí má úchop, který se blíží optimálnímu špetkovému úchopu, ale vyžaduje ještě jemné korekce. Tato skupina je spojena s typem S, což naznačuje, že děti v této skupině mají dobré předpoklady k získání plně správného špetkového úchopu. Skupina N2 je také relativně četná, což ukazuje na rozšíření podkládání psací potřeby 4. prstem mezi dětmi, avšak její zastoupení klesá v dalších obdobích šetření. To může být výsledkem pedagogických intervencí nebo přirozeného vývoje

dětské motoriky. Naopak skupina N3 je méně zastoupená, což signalizuje menší výskyt nestandardních úchopů mezi zkoumanými dětmi.

Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 2. období

Graf je koncipován tak, aby znázorňoval procentuální rozložení skupin úchopů ve 2. období, tedy přibližně v polovině 1. ročníku, po přípravném období. Skupiny úchopů jsou rozděleny do čtyř kategorií: S (správné úchopy), N1 (podkládání 3. prstem), N2 (podkládání 4. prstem) a N3 (nestandardní úchopy), jak je popsáno výše.

Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 2. období (%)



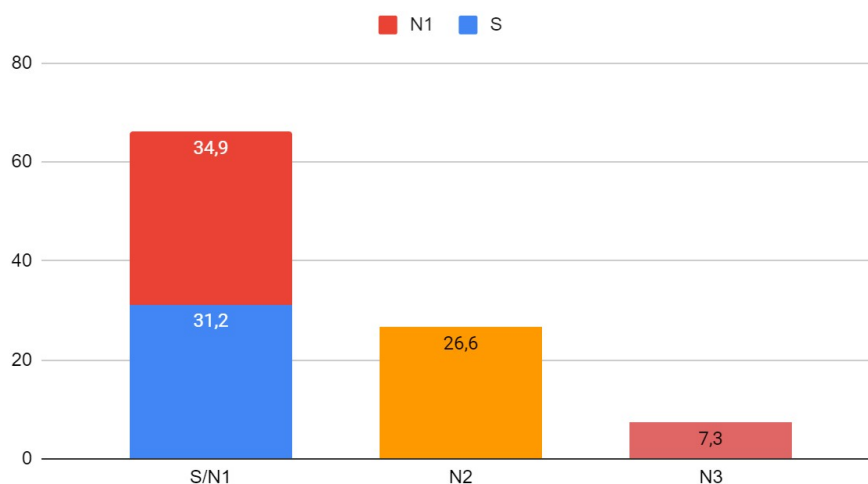
Graf 9: Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 2. období (%)

Graf jasně ukazuje, že nejvíce dětí patří do skupiny N1, což naznačuje, že v průběhu druhého období má většina dětí úchop, který se blíží správnému špetkovému úchopu. Skupina S, zahrnující správné úchopy, společně se skupinou N1 tvoří více než 75 % všech dětí, což ukazuje na vysokou míru úspěšnosti v rozvoji správného držení psací potřeby. Skupina N2 se v grafu výrazně snížila o téměř polovinu oproti předchozímu období. Skupina N3, zastupující nestandardní úchopy, je téměř zanedbatelná, což je pozitivní zjištění, protože naznačuje, že pouze malé procento dětí má v tomto období nestandardní způsob držení psací potřeby.

Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 3. období

Graf je navržen s cílem prezentovat procentuální rozložení skupin úchopů ve 3. období, tedy na konci 1. ročníku. Skupiny úchopů jsou klasifikovány do čtyř hlavních kategorií: S (správné úchopy), N1 (podkládání 3. prstem), N2 (podkládání 4. prstem) a N3 (nestandardní úchopy), jak bylo detailně popsáno výše.

Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 3. období (%)

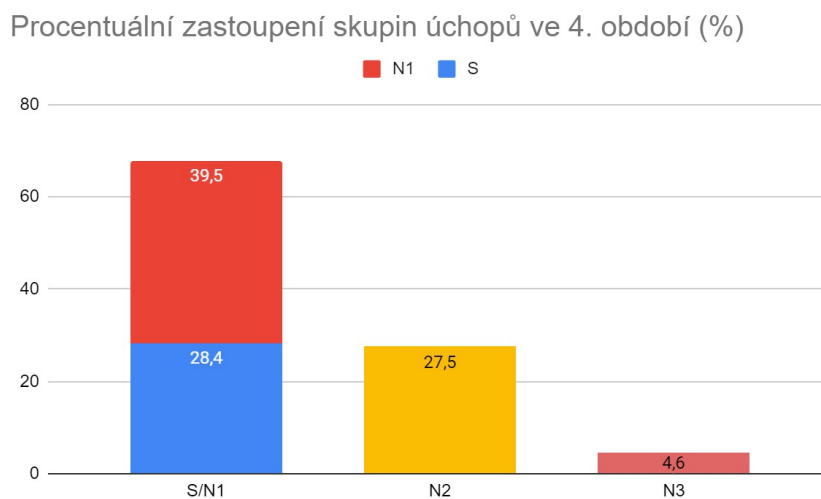


Graf 10: Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 3. období (%)

Graf jasně ukazuje, že došlo k snížení zastoupení skupiny N1 a vyrovnání skupiny S a N1. Naopak skupina N2, která zahrnuje podkládání 4. prstem, mírně vzrostla, ačkoli zastoupení skupiny N3, která zahrnuje nestandardní úchopy, zůstává na nízké úrovni. Tento vývoj naznačuje určitou proměnlivost v osvojování správného úchopu psací potřeby mezi zkoumanými dětmi ke konci prvního školního roku.

Procentuální zastoupení skupin úchopů ve 4. období

Graf zobrazuje procentuální rozložení skupin úchopů mezi dětmi na začátku 2. třídy (4. období). Skupiny úchopů jsou kategorizovány jako správné úchopy (S), podkládání 3. prstem (N1), podkládání 4. prstem (N2) a nestandardní úchopy (N3), jak je dříve popsáno.



Graf 11: Procentuální zastoupení skupin úchopů v 4. období (%)

Graf ukazuje, že výsledky ve 4. období jsou velmi podobné výsledkům z 3. období. Dochází k mírnému poklesu v zastoupení správných úchopů (skupina S) a zároveň k nárůstu skupiny N2. Skupiny S (správné úchopy) a N1 (úchopy blízké správnému špetkovému úchopu) stále převažují, což naznačuje, že většina dětí má dobré předpoklady k tomu, aby si osvojila a stabilizovala správný úchop při psaní. Pokud se podíváme na dlouhodobý trend, graf naznačuje, že úsilí a podpora ve výuce mají pozitivní vliv na rozvoj správného úchopu u většiny dětí. Přestože skupina N2 vykazuje nárůst, je důležité sledovat, jakým způsobem se tento trend bude vyvíjet v dalších obdobích.

Celkově lze říci, že graf potvrzuje, že většina dětí má naději na to, že si osvojí správný úchop, což je klíčový aspekt pro jejich budoucí psací dovednosti.

6.2. Rozhovory s učiteli

Tato kapitola se zaměřuje na rozhovory s učiteli, které byly provedeny s cílem získat hlubší vhled do jejich praxe, dozvědět se o postojích k aktuálnímu stavu grafomotorických dovedností u dětí. Rozhovory byly strukturované tak, aby poskytly detailní informace o osvědčených metodách a technikách, které učitelé používají k podpoře správného úchopu psacích potřeb a k nápravě nesprávného držení.

V této kapitole naleznete přehled nejčastějších odpovědí učitelů a shrnutí hlavních zjištění. Detailní analýza rozhovorů a odpovědí nám umožní získat komplexní pohled na současné pedagogické postupy a jejich efektivitu v oblasti grafomotoriky.

Jaká je délka Vaší praxe?

Praxe učitelů se pohybovala mezi 8 a 37 lety, přičemž většina měla více než 10 let zkušeností.

Kolikrát jste měl/a 1. třídu?

Učitelé měli zkušenost s výukou 1. třídy v rozmezí od 1 do 9 let, s průměrem kolem 4-5 let.

Jaký máte pohled na současný stav držení psací potřeby?

Většina učitelů uvedla, že současný stav držení psací potřeby je problematický.

Hlavní problémy zahrnují:

- Špatná úroveň držení: Mnoho dětí má špatně zafixovaný úchop již při nástupu do školy.
- Individuální rozdíly: Úroveň držení psací potřeby se velmi liší mezi jednotlivými dětmi.
- Vliv rodiny: Kvalita a způsob, jakým se rodiny věnují rozvoji jemné motoriky, má významný vliv na schopnost dětí držet psací potřebu správně.

Na jaké úrovni rozvoje grafomotoriky se děti na počátku školní docházky nachází?

Děti přicházejí do školy s velmi rozdílnými úrovněmi grafomotorických dovedností. Zatímco některé děti mají správný úchop a jsou manuálně zručné, jiné mají výrazné problémy, které je nutné řešit včas.

Jaká vidíte pozitiva a negativa úrovně grafomotoriky u dětí na počátku školní docházky?

- Pozitiva: Motivace a snaha dětí učit se a zdokonalovat se. Radost z úspěchu a zlepšování.

- **Negativa:** Velké množství dětí má špatně zafixovaný úchop již při nástupu do školy, což je těžké napravit. Rozdíly v kvalitě předškolní přípravy a vliv rodinného prostředí.

Jaké problémy v úchopu tužky se vyskytují nejčastěji?

Nejčastějšími problémy jsou:

- Křečovitě držení tužky.
- Nesprávná pozice prstů (např. prohýbání ukazováčku, držení tužky čtyřmi prsty).
- Vysunutý palec a opírání tužky v dlani

Z dlouhodobého pohledu dochází u žáků ke zlepšení nebo ke zhoršení grafomotorické úrovně?

Většina učitelů se shoduje, že z dlouhodobého hlediska dochází spíše ke zhoršení grafomotorické úrovně dětí, což přisuzují zejména nedostatečné předškolní přípravě a moderním způsobům trávení volného času.

Jaké využíváte metody a postupy k upevňování správného držení?

Učitelé využívají různé metody a postupy pro upevňování správného držení psacích potřeb.

Zde jsou nejčastěji uváděné přístupy:

- **Opakování a názorná ukázka:** Neustálé připomínání a demonstrace správného úchopu. Učitelé pravidelně ukazují dětem správný způsob držení tužky a povzbuzují je k tomu, aby si tento úchop osvojily. Opakování těchto demonstrací je klíčové pro fixaci správných návyků.
- **Ergonomické pomůcky:** Používání trojhranných tužek a pastelek, ergonomických per a dalších pomůcek, které podporují správné držení. Tyto pomůcky jsou navrženy tak, aby dětem usnadnily uchopení a zajišťovaly správnou pozici prstů.
- **Uvolňovací cviky:** Různé cviky a aktivity zaměřené na rozvoj jemné motoriky prstů a rukou. Patří sem procvičování prstů formou her, básniček, nebo činností jako je psaní do mouky či malování mokrou houbou. Tyto aktivity pomáhají dětem uvolnit ruce a zlepšit jejich motorické dovednosti.

- **Speciální techniky:** Někteří učitelé používají speciální metody, jako je například "Metoda odebrání tužky", která dětem pomáhá postupně zlepšovat úchop. Spočívá v tom, že učitel v průběhu psaní odebere žákovi tužku. Tím si ověří, zda tužku žák drží křečovitě. Další techniky zahrnují rozcvičovací cvičení jemné motoriky a roztleskávací hry, které podporují správné držení a pohyblivost prstů.

Jaká je podle Vás úspěšnost nápravy?

Úspěšnost nápravy je individuální a závisí na mnoha faktorech, včetně domácí podpory. Někteří učitelé udávají úspěšnost kolem 90 %, jiní jsou skeptičtější. Celkově se však většina učitelů shoduje na tom, že s dostatečným úsilím a podporou je možné dosáhnout významných zlepšení.

Pokračujete s nápravou i ve vyšších ročnících?

Většina učitelů pokračuje v nápravě i ve vyšších ročnících, alespoň do 2. nebo 3. třídy, i když úspěšnost těchto snah bývá nižší než v 1. třídě.

Na základě rozhovorů s učiteli lze konstatovat, že problematika grafomotorických dovedností u dětí na počátku školní docházky je komplexní a vyžaduje cílenou pozornost. Získané odpovědi ukazují, že současný stav držení psacích potřeb je často problematický, je tedy nutné se zaměřit na systematické posilování správných návyků již od předškolního věku.

Učitelé využívají různé metody a techniky k nápravě nesprávného držení a k podpoře správného úchopu, přičemž klíčovým prvkem je opakování a názorná ukázka, využívání ergonomických pomůcek a speciálních cvičení na rozvoj jemné motoriky. Úspěšnost těchto snah se liší v závislosti na individuálních schopnostech dětí a míře podpory, kterou mají k dispozici jak ve škole, tak doma.

Přestože někteří učitelé hlásí vysokou úspěšnost při nápravě, je zřejmé, že dosažení optimálního výsledku vyžaduje dlouhodobou a systematickou práci. V pokračování těchto snah i ve vyšších ročnících vidí učitelé smysl, i když jsou si vědomi, že změna již zafixovaných návyků je obtížnější.

Celkově lze říci, že rozhovory poskytly cenné informace o aktuálních výzvách a úspěších v oblasti grafomotoriky, které mohou sloužit jako základ pro zlepšování pedagogických přístupů v této oblasti.

6.3. Diskuze

V této části se zaměříme na analýzu výsledků šetření a na doporučení, která z těchto výsledků vyplývají.

Moje původní hypotéza byla, že letní prázdniny ovlivní držení psací potřeby, a že ve 4. období (počátek 2. třídy) bude správnost výrazně nižší než ve 3. období (konec 1. třídy). Hypotéza se částečně potvrdila; správnost byla ve 4. období nižší, ale nedošlo k výraznému poklesu. Je zřejmé, že od 2. období se stav držení psací potřeby stabilizoval.

Mou další teorií bylo, že děti při vstupu do školní docházky budou mít fixovaný úchop a pokud jim nebude připomínáno, tak psací náčiní chytí stejným způsobem, jakým jsou zvyklé. Tato teorie se potvrdila, jak ukazuje graf 6 (Změny zaznamenané mezi 1. a 4. období). Většina žáků si udržela stejnou úroveň úchopu na začátku školní docházky jako na začátku 2. třídy. Proto je důležité klást důraz na správný úchop před vstupem do školy, a to již od počátků kresby, kterou dítě zkouší v předškolním věku.

Podle výsledků grafů porovnání správnosti úchopu mezi dívkami a chlapci můžeme pozorovat, že dívky přišly do 1. třídy s větší vybaveností v oblasti úchopu. Lze předpokládat, že dívky tráví více času kreslením a malováním, což mohlo vést k vyššímu procentu správného držení. U dívek správný úchop vyvrcholil ve 2. období, poté docházelo k mírnému poklesu. Oproti tomu chlapci se neustále zlepšovali a nejlepších výsledků dosáhli na konci 1. třídy, tedy ve 3. období.

Co se týká počtu správných úchopů, největší zastoupení má skupina se žádným správným úchopem v průběhu celého šetření. Více než 50 % dětí patřilo do této kategorie. Je důležité si uvědomit, že do nesprávných úchopů patří i úchopy skupiny N1, která sice vykazuje správně vyvozený špetkový úchop, ale obsahuje mírné odchylky, jako je například nadměrný tlak, jenž se vyskytuje velmi často. Je nezbytné děti upozorňovat na tlak vyvíjený na psací potřebu a neustále ruce uvolňovat, aby se předešlo křečovitému úchopu, který znemožňuje pohodlné psaní.

Změny zaznamenané mezi 1. a 3. období, stejně jako mezi 1. a 4. období, dosáhly podobných výsledků. Největší počet dětí nezměnil svůj úchop, ať už správný nebo nesprávný, a zůstaly na stejné úrovni od začátku do konce 1. třídy. Necelých 23 % dětí se zlepšilo, což je pozitivní. Naopak u 5,5 % dětí došlo ke zhoršení, což si lze vysvětlit například únavou dětí ke konci školního roku. Jak bylo uvedeno výše, učitelky byly požádány, aby dětem nepřipomínaly

hygienické návyky nebo správný úchop a nechaly je psací potřebu uchopit přirozeně. Domnívám se, že výsledky by byly odlišné, kdyby třídní učitelky žákům pravidla správného úchopu připomněly.

Zpracování některých scénářů, které se objevily během šetření, přineslo zajímavé poznatky. Nejpočetnější skupinou byl scénář, kdy žáci měli ve všech sledovaných obdobích nesprávný úchop. Další významnou skupinou byl scénář, kdy žáci přišli do školy s nesprávným úchopem, ale s pomocí paní učitelky se naučili správnému úchopu, který si udrželi po zbytek školního roku až do 2. třídy. Velmi zajímavý byl scénář, kdy žáci měli nesprávný úchop po celou dobu a teprve ve 2. třídě se jim podařilo osvojit si správný úchop. Toto lze vysvětlit tím, že některé děti mohly během prázdnin trénovat správný úchop, nebo jim s ním někdo z rodiny pomáhal. Ve třídě s více než 20 dětmi je obtížné individuálně sledovat každý úchop, rozpoznat problém a usilovat o nápravu. Kromě školního působení je proto důležité zapojení a důslednost rodiny.

Při rozlišování podtypů úchopů jsem se snažila identifikovat všechny nesprávné podtypy, které se u dětí vyskytly. Například úchop „Držení v pěsti“ se u dětí neobjevil ani jednou. Domnívám se, že tento úchop spadá do nižšího vývojového období a neměl by se vyskytovat u dětí v 1. třídě, nebo alespoň jen velmi zřídka. Naopak nízké a vysoké držení může být způsobeno nevhodnou psací potřebou. Na počátku školní docházky děti píšou většinou pouze s tužkou, která často nemá tzv. trojhranný program podporující správný špetkový úchop, nebo adaptér, který učí děti správnému umístění prstů do určité výšky. Je tedy vhodné dbát nejen na výběr vhodné psací potřeby, ale také na její efektivní využitelnost v praxi.

Z grafů a komentářů jasně vyplývá, že nejčastějším podtypem nesprávného držení byl prohnutý ukazováček, který se vyznačuje nadměrným napětím v úchopu. Tento úchop je prakticky správný, avšak je příliš křečovitý, což vede k rychlejší únavě ruky, zvýšenému napětí a bolestem. Pro nápravu tohoto problému jsou vhodnými prostředky pravidelné uvolňování ruky, časté přestávky během psaní a důraz na správné hygienické návyky.

Důležitým faktorem, který ovlivňuje vývoj úchopů, je školní prostředí, podpora v rodině a zvyky spojené s psaním.

Vzhledem k rozmanitosti úchopů a jejich vývoje je klíčové, aby učitelé i rodiny byli vnímavé k různým typům úchopů a v případě potřeby podporovali děti v nápravě a zdokonalování jejich psacích dovedností.

Držení psací potřeby je pro mnoho dětí na počátku školní docházky náročné a často vyžaduje korekci. Na základě rozhovorů s učiteli základních škol byly identifikovány následující metody a doporučení, jak efektivně pomáhat dětem se správným úchopem.

Jedním z prvních kroků je použití vhodných psacích potřeb. Učitelé doporučují trojhranné tužky, pastelky a pera, které napomáhají správnému držení. Ergonomické pomůcky mohou dětem pomoci fixovat správnou pozici prstů.

Velmi důležité je neustálé opakování a názorné ukázky správného držení. Učitelé zdůrazňují nutnost častého připomínání a korekcí během psaní. Někteří používají básničky a říkanky, které vedou děti ke správnému úchopu, a tím zábavným způsobem podporují učení.

Procvičování jemné motoriky je také klíčové. Učitelé využívají různé uvolňovací cviky, jako je spojování prstů, psaní do mouky nebo mokrou houbou na tabuli. Tyto aktivity pomáhají dětem uvolnit ruku a zlepšují jejich jemnou motoriku. Další metodou je používání velkých papírů pro kreslení velkých kruhů, což pomáhá uvolnit paži, loket a zápěstí.

Motivace a pozitivní přístup jsou další důležité aspekty. Děti často chtějí dostávat pochvalu. Proto je důležité je povzbuzovat a chválit za každý pokrok.

Rodina hraje významnou roli v upevňování správného úchopu. Pokud se děti procvičují správné držení psací potřeby i doma, je náprava úspěšnější. Učitelé často poskytují rodičům rady a doporučení, jak mohou doma podporovat správné návyky.

Navzdory veškerému úsilí je úspěšnost nápravy individuální a závisí na každém dítěti. Některé děti se po správném nastavení úchopu vracejí k nesprávnému držení. Proto je důležité s nápravou pokračovat i ve vyšších ročnících, minimálně do třetí třídy.

Závěr

Psání je nedílnou součástí nejen školního, ale i mimoškolního života dítěte, a proto je nezbytné, aby učitelé i rodiče věnovali pozornost správným hygienickým návykům při psaní. Správný úchop psací potřeby je zásadní nejen pro pohodlí při psaní, ale také pro celkový rozvoj motorických dovedností. Pokud se dítě naučí správně držet psací potřebu, může se vyhnout mnoha problémům, které by mohly negativně ovlivnit jeho výkon ve škole i v každodenním životě.

Jedním z častých problémů, které se vyskytují při nesprávném úchopu, je křečovitý úchop. Tento typ držení vede k nadměrnému napětí v ruce, což může způsobit únavu a bolestivost při delším psaní. Dítě, které drží psací potřebu křečovitě, může také pociťovat zhoršenou plynulost pohybu, což se projevuje nečitelným a pomalým písmem. To může mít za následek snížené sebevědomí a motivaci ke psaní, což může dále ovlivnit jeho celkový akademický výkon.

Kromě toho nesprávný úchop může vést k dlouhodobým problémům, jako je rozvoj nevhodných motorických návyků a zdravotních obtíží, například syndromu karpálního tunelu nebo dalších poruch spojených s nadměrným namáháním svalů a šlach ruky a zápěstí. Tyto problémy mohou mít trvalé následky a ovlivnit schopnost dítěte vykonávat různé činnosti vyžadující jemnou motoriku, nejen ve škole, ale i v budoucím profesním životě.

V teoretické části práce jsme se zaměřili na vývojová stádia grafomotoriky, které jsou nutné respektovat a podporovat. Správný rozvoj grafomotoriky v předškolním věku a na počátku školní docházky je klíčový, protože dítě v tomto období získává základní dovednosti spojené s úchopem psací či kreslicí potřeby. Bylo zdůrazněno, že motivace a pozitivní hodnocení jsou neodmyslitelnou součástí tohoto procesu. Důležitou roli hrají také uvolňovací cviky, které pomáhají předcházet nevhodným návykům. Velký důraz byl kladen na hygienické návyky při psaní a metody a zásady, které jsou zásadní pro podporu správného úchopu.

V praktické části jsme se soustředili na několik cílů. Prvním cílem byla identifikace úchopů PP na základě analýzy fotografií. Druhým cílem bylo zhodnocení změn v držení PP u žáků na počátku školní docházky. Třetím cílem byla formulace doporučení pro nápravu a podporu optimálního držení PP na základě analýzy a rozhovorů s učiteli elementaristy.

K dosažení těchto cílů byly formulovány následující výzkumné otázky: Jaké typy držení psací potřeby převládají u žáků 1. a 2. ročníku základní školy? Zjistili jsme, že nejčastějším problémem je křečovitý úchop, který se vyskytuje u značné části dětí.

Jak se mění držení psací potřeby žáků během prvního školního roku a na počátku 2. třídy? Ukázalo se, že stav, se kterým dítě nastupuje do školy, je rozhodující. Velmi záleží na přístupu rodiny a učitelů v mateřské škole, kteří mají ústřední roli v položení základů pro správný špetkový úchop. Učitel na základní škole by měl dohlížet a snažit se o nápravu, avšak ve většině případů jsou jeho snahy marné, protože žáci již mají úchop zafixovaný a ten se velmi těžko přeučuje. Proto je důležité začít s nápravou co nejdříve, ideálně v mateřské škole.

Jaké jsou zkušenosti a pozorování učitelů elementaristů ohledně držení psací potřeby jejich žáků? Dotazovali jsme celkem 15 učitelů, kteří poskytli zajímavý pohled na problematiku grafomotoriky a sdělili nám užitečné techniky a metody k nápravě nebo upevnění správného úchopu.

Jaká jsou doporučení a osvědčené postupy pro nápravu chybného držení PP a podporu rozvoje správných psacích návyků u žáků na počátku jejich školního vzdělávání? Učitelé doporučovali využívání konkrétních cviků na uvolnění ruky, důsledné dodržování správného sedu a motivace a především trpělivost a pozitivní přístup k dětem.

Tato práce může být cenným zdrojem informací pro učitele mateřských i základních škol, jakož i pro rodiče, kteří se snaží o pěstování správných psacích návyků u dětí. Je zde řada praktických doporučení, jak podpořit správný vývoj grafomotoriky u dětí mladšího školního věku. Znalosti získané z této práce mohou pomoci lépe pochopit, jak důležité je začít s nácvikem správného úchopu již v předškolním věku a jaké konkrétní metody a cvičení mohou být využity k dosažení tohoto cíle. Detailní popis správného špetkového úchopu, stejně jako rozbor nesprávných typů úchopů, umožní lépe identifikovat problémy a navrhnout efektivní nápravné postupy.

Mně osobně tato práce přinesla mnoho důležitých poznatků pro mou další pedagogickou praxi. Díky hloubkovému studiu této problematiky jsem získala ucelený přehled o vývoji a nápravě grafomotorických dovedností, což mi umožní efektivněji podporovat své žáky při osvojování správných návyků při psaní. Věřím, že tato práce může přinést užitečné informace i ostatním, kteří se zajímají o rozvoj dětské grafomotoriky, a že její závěry a doporučení budou inspirací pro mnoho pedagogů a rodičů.

Seznam použitých zdrojů

Knižní zdroje:

BEDNÁŘOVÁ, J.; ŠMARDOVÁ V., 2006. Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní. Vyd. 1. Brno: Computer Press. ISBN 80-251-0977-1.

DOLEŽALOVÁ, Jana, 2016. Rozvoj grafomotoriky v projektech. 2. vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1146-4.

EDELSBERGER, L., 2000. Defektologický slovník. Praha: H & H. ISBN: 80-86022-76-5

FASNEROVÁ, M. 2018. Prvopočáteční čtení a psaní. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0289-1.

KRAUS, J.; PETRÁČKOVÁ, V., 1995. Akademický slovník cizích slov. Praha: Academia. ISBN 80-200-0523-4

KŘIVÁNEK, Z.; WILDOVÁ, R., 1998. Didaktika prvopočátečního čtení a psaní. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN: 80-86039-55-2

MAŇÁK, J., ŠVEC, V., 2004. Cesty pedagogického výzkumu, Brno: Paido. ISBN 80-7315-078-6

MĚKOTA, K., CUBEREK R., 2007. Pohybové dovednosti - činnosti - výkony. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-1728-8.

MLČÁKOVÁ, R., 2009. Grafomotorika a počáteční psaní. 1. vyd. Praha: Grada publishing. ISBN 978-80-247-2630-3.

PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J., 2008 Pedagogický slovník. 4., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-416-8

SKUTIL, M., 2011. Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství. Vyd. 1. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-778-7.

SVOBODOVÁ, J., 2001. Metodika rozvoje grafomotoriky a počátečního psaní. 4. vyd. Praha: Institut pedagogicko - psychologického poradenství.

SZABOVÁ, M., 1999. Cvičení pro rozvoj psychomotoriky: Stimulační hry pro děti od 3 do 10 let. Praha: Portál. ISBN 80-7178-276-9.

VÁGNEROVÁ, M., 1997. Vývojová psychologie I., Praha: Univerzita Karlova. ISBN 80-7184-317-2.

VÁGNEROVÁ, M., 2012. Vývojová psychologie, Dětství a dospívání. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1.

Internetové zdroje

MŠMT. 2023. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání [online] Praha, ČR: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, 2023 [cit. 2024-03 01]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

PŘÍKLAD SPRÁVNÉHO A ŠPATNÉHO PSANÍ. Jak správně psát [online]. Praha, 2015 [cit. 2024-03-02]. Dostupné z: <http://www.jak-spravne-psat.cz/priklad-spravneho-a-spatneho-psani/>

VÝVOJ GRAFOMOTORIKY. Grafomotorika [online]. Praha: Praha, 2012 [cit. 2024-02-20]. Dostupné z: <https://www.grafomotorika.eu/>