UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalářská práce

Sára Folvarčná

Grafomotorika u dětí s lehkým mentálním postižením
v návaznosti na školní připravenost

Olomouc 2024

vedoucí práce: PaedDr. Petr Petráš

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Grafomotorika u dětí s lehkým mentálním postižením v návaznosti na školní připravenost“ vypracovala sama pod odborným vedením. Dále prohlašuji, že všechny užité zdroje jsou zahrnuty v seznamu použité literatury.

V Olomouci dne ..... podpis .....

Poděkování:

Ráda bych poděkovala PaedDr. Petru Petrášovi za odborné vedení, cenné rady, trpělivost a čas, věcné připomínky a vstřícnost na konzultacích při vypracování bakalářské práce.

Obsah

ÚVOD 5
I. TEORETICKÁ ČÁST 6
1. Mentální postižení 6
2. Grafomotorický vývoj dítěte 8
2.1 Motorický vývoj 9
2.1.1 Motorika dětí s lehkým mentálním postižením 10
2.1.2 Hrubá motorika 12
2.1.3 Jemná motorika 12
2.1.4 Lateralita 14
3. Vhodné návyky při kreslení a psaní 16
3.1 Správné držení těla 16
3.2 Držení psacího náčiní 17
3.2.1 Vývoj grafomotoriky z hlediska věku dítěte: 17
3.2.2 Fyziologické úchopy 18
3.2.3 Nesprávné úchopy 19
3.2.4 Postavení ruky při kreslení a psaní 21
3.3 Podpora vhodných pracovních návyků pro efektivní grafomotorický rozvoj 22
4. Školní zralost a školní připravenost 24
II. PRAKTICKÁ ČÁST 26
1. Cíl výzkumného šetření a metodologie šetření 26
2. Charakteristika zařízení, v němž probíhal grafomotorický kurz 29
3. Grafomotorický kurz u dětí s lehkým mentálním postižením 30
4. Vlastní výzkumné šetření 33
5. Analýza výzkumného šetření a interpretace výsledků 38
6. Závěr výzkumného šetření a doporučení 41
ZÁVĚR 42
Seznam použité literatury a internetových zdrojů 44
Seznam příloh: 46

ÚVOD

Tématem mé bakalářské práce je grafomotorika u dětí s lehkým mentálním postižením v návaznosti na školní připravenost. Grafomotorika představuje klíčovou oblast v dětském vývoji. U dětí s lehkým mentálním postižením se může grafomotorický vývoj lišit a vyžadovat specifickou podporu. Lehké mentální postižení ovlivňuje kognitivní schopnosti dítěte, což má dopad na jeho psychomotorický vývoj.

Teoretická část se zakládá na studiu odborné literatury. První kapitola se věnuje mentálnímu postižení a jeho klasifikaci. V druhé kapitole se zabývám grafomotorickým vývojem předškolních dětí s lehkým mentálním postižením. Nejprve je představen motorický vývoj dítěte v období předškolního věku, následně je analyzován motorický vývoj u dětí s lehkým mentálním postižením, včetně hrubé, jemné motoriky a laterality. V následující kapitole se zaměřím na vhodné návyky při kreslení a psaní, jako je správné držení těla, správné držení psacího náčiní a podpora vhodných pracovních návyků pro efektivní grafomotorický rozvoj. V poslední kapitole teoretické části se zaměřím na školní zralost a připravenost dítěte na školní docházku.

Praktická část je založena na kvalitativním výzkumu. Cílem je se zaměřit na hodnocení účinnosti grafomotorické stimulace u dětí s lehkým mentálním postižením účastnících se konkrétního grafomotorického kurzu. Metoda pro získání dat bude primárně založena na pozorování a analýze definovaných cílů klíčových pro grafomotorický rozvoj. Po dokončení průzkumného šetření jsou data analyzována a prezentována v závěrečné části.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Mentální postižení

„Pojem mentální postižení lze definovat jako vývojovou duševní poruchu se sníženou inteligencí demonstrující se především snížením kognitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností s prenatální, perinatální i postnatální etiologií.“ (Valenta, Müller, 2021, s. 12)

Není možné vybrat jednu definici postižení a tu považovat za správnou. Změny v chápání a humanizace postižení se neustále aktualizují, a tím i definice postižení. Je velmi důležité respektovat a vnímat postižení jako individuální záležitost.

Český školský zákon používá oslovení žáků s jakýmkoliv oslabením názvem „žák se speciálními vzdělávacími potřebami“ (Školský zákon č. 561/2004 Sb.), kam patří také žáci s mentálním postižením. Jejich oslabení, které se projevuje snížením kognitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností, jim komplikuje vzdělávání.

Do praxe vstupuje nová revize Mezinárodní klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů, verze 11 (MKN 11), která byla již přijata a aktuálně se překládá do českého jazyka. Tato revize přináší nejen obsahové změny a změny v terminologii, ale také nové kódovací schéma, které ovlivní klasifikaci a dokumentaci nemocí a zdravotních stavů. Nové prvky v MKN 11 budou mít dopad na diagnostiku a analýzu zdravotních dat, což představuje významný krok vpřed.

Světová zdravotnická organizace (WHO) v MKN 11, změnila definici i název mentálního postižení. Místo mentální retardace (ještě v MKN 10) je nyní toto postižení označováno jako porucha intelektového vývoje.

Základní klasifikace dle MKN 10

Určení stupně mentálního postižení často závisí na měření inteligenčního kvocientu (IQ), obvykle je orientačně určen následovně:

- **F70 Lehká mentální retardace** - IQ 50 – 69, navzdory obtížím ve školním vzdělávání je mnoho dospělých schopno nalézt zaměstnání, udržovat sociální vztahy a zapojit se do společenského života.
- **F71 Střední mentální retardace -** IQ 35 – 49, v dětství často dochází k vývojovému zpoždění, ale mnozí jedinci dokážou dosáhnout určité míry nezávislosti a soběstačnosti. V dospělosti potřebují různý stupeň podpory při práci a zapojení do společnosti.
- **F72 Těžká mentální retardace** – IQ 20 – 34, tento stav vyžaduje nepřetržitou potřebu podpory.
- **F73 Hluboká mentální retardace -** IQ dosahuje nejvýše 20. Tento stav vede k závislosti a nutnosti pomoci s sebeobsluhou, pohybem, hygienou a komunikací.
- **F78 Jiná mentální retardace**
- **F79 Neurčená mentální retardace**

Žáci s lehkým mentálním postižením jsou často zařazováni do běžných škol, ale jejich vzdělávání může být náročné. V České republice funguje 263 škol zaměřených na tyto žáky. Jejich vzdělávání se řídí Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělání, avšak často je potřeba program upravit tak, aby lépe vyhovoval jejich individuálním potřebám. To zahrnuje například tvorbu individuálních vzdělávacích plánů, které pomáhají žákům dosáhnout stanovených cílů. I přes tyto úpravy nesmí vzdělávací výstupy žáků s lehkým mentálním postižením klesnout až k hranici, kterou představují očekávané výstupy základní školy speciální.

Pro rozvoj zdravých dětí je potřebná dostatečná a vhodná motivace, u dětí s jakýmkoliv stupněm mentálního postižení to platí dvojnásob.

2. Grafomotorický vývoj dítěte

„Grafomotorika (složené slovo pocházející z řeckého grafo-, tj. psaní, písemný, a z latinského motus, tj. pohyb) je souhrn pohybových aktivit související s prováděním grafických činností.“ (Vyskotová a Macháčková, 2013, s. 15)

„Grafomotorika je soubor psychomotorických činností, které jedinec vykonává při psaní. Psaní není jen záležitostí psacích pohybů ruky, ale je řízeno psychikou. Grafomotorika tedy může být nápomocna při diagnostice psychických stavů, procesů a vlastností.“ (Průcha, 2009, s. 85)

„Vývoj grafomotorických schopností a dovedností má určitou posloupnost a propojenost – hrubé motoriky, jemné motoriky, motoriky mluvidel, motoriky očních pohybů a smyslového vnímání. Aby dítě mohlo kreslit a později psát, musí být schopno souhry (koordinace) zejména mezi okem a rukou, tj. vizuomotorické koordinace.“ (Bednářová, Šmardová, 2011, s. 7)

Grafomotorika je část jemné motoriky a dalších psychických funkcí, které významnou měrou poznamenají úroveň kresby a později psaní. Grafomotorika je soubor psychomotorických činností, které jsou vykonávány při psaní a kreslení a jsou založeny na koordinaci oka a ruky.

Vývoj grafomotorických dovedností je ovlivněn několika faktory, jako je mentální vyspělost dítěte, zrakové a prostorové vnímání, lateralita, paměť, pozornost a zejména úroveň jemné a hrubé motoriky (Bednářová, Šmardová, 2011).

Dle Bednářové, Šmardové se ve spontánní kresbě dětí objevují určité tvary a grafomotorické prvky, které se stále více rozvíjejí s věkem. Na začátku to jsou obvykle jednoduché čáry a kruhy, které postupně přecházejí ve složitější prvky. Pokud děti již častěji kreslí, sledujeme a podporujeme správné pracovní návyky. Pokud dítě nepoužívá správný úchop, je nutné s jeho navozením pomoci. Nedostatečná náprava špatných úchopů může později vést k obtížím a negativně ovlivnit jeho grafomotorické schopnosti. Je důležité sledovat a podporovat správný grafomotorický vývoj dítěte.

2.1 Motorický vývoj

Během předškolního období dochází k rozvoji a zdokonalování pohybové koordinace u dětí. Pohyby dětí se stávají dokonalejší jak v oblasti lokomoce, tak v manipulaci s různými předměty a materiály. Dítě si postupně osvojuje náročnější pohyby, při kterých se musí soustředit a věnovat pozornost drobným pohybům jednotlivých svalů.

U malých dětí je důležité podporovat rozvoj motorických dovedností, tedy rozvoj hrubé a jemné motoriky. Správný pohybový vývoj v tomto období obvykle podporuje i správný vývoj řeči. Naopak pokud má dítě problémy s motorikou nebo se zpožděným motorickým vývojem, může to ovlivnit jeho schopnost rozvíjet řeč.

Pohybový vývoj u předškolních dětí je dle Bednářové, Šmardové (2011) charakterizován postupným rozvojem a propojením hrubé a jemné motoriky, motoriky řeči a motoriky očních pohybů.

Děti, které mají potíže s pohybovou koordinací, mohou často mít také obtíže s výslovností a rozvojem řeči. Je proto velmi důležité podporovat rozvoj celého těla, tedy hrubou motoriku, stejně jak jemnou motoriku ruky. Důležitý je vztah mezi okem a rukou, který má vliv na motorické dovednosti potřebné při kreslení a psaní. Také je klíčové věnovat pozornost rozvoji mluvidel, který má velký vliv na správnou funkci mluvních orgánů a výslovnost.

„Úroveň motorických schopností a dovedností prolíná celý vývoj dítěte. Ovlivňuje fyzickou zdatnost, výběr pohybových aktivit, zapojení do kolektivu dětí, vnímání, řeč, kresbu, později psaní.“ (Bednářová, Šmardová, 2011, str. 7)

Podle Bednářové a Šmardové může rozvoj motorických dovedností ovlivnit školní schopnosti a výkony, jako je například volba fyzických aktivit či interakce s vrstevníky. Zároveň je třeba brát v úvahu také zdravotní stav jednotlivce, který má vliv na tento vývoj. (Bednářová, Šmardová, 2011)

Vývoj motorických dovedností může být také ovlivněn nižší inteligencí nebo nedostatečnou stimulací z prostředí sociokulturního kontextu. V naší populaci se průměrné pohybuje IQ v rozmezí od 90 až do 110 bodů. Pokud je IQ nižší než 70 mluvíme o mentálním postižení.

2.1.1 Motorika dětí s lehkým mentálním postižením

Motorický vývoj je klíčovým aspektem celkového rozvoje dítěte a má zásadní vliv na jeho schopnost interakce s okolím a zapojení do každodenních aktivit. U dětí s lehkým mentálním postižením může motorický vývoj probíhat odlišně a vyžadovat specifickou podporu. Lehké mentální postižení ovlivňuje kognitivní schopnosti dítěte, což může mít důsledky pro jeho motorický vývoj. Faktory, jako jsou slabší koordinace pohybů, nízká svalová síla nebo problémy s rovnováhou, mohou být běžné u dětí s tímto typem postižení. Je důležité brát v úvahu individuální potřeby každého dítěte s ohledem na jeho schopnosti a možnosti.

V mnoha odborných publikacích o lehkém mentálním postižení není motorika dostatečně zdůrazněna. Autorům se často zdá dostačující zmínit jen některé konkrétní problémy, jako je obtížné psaní nebo zvládání sebeobsluhy. Když se však motorika dostane na řadu, často se zdůrazňuje pouze mírné zpoždění ve vývoji, obzvláště v dětském věku. Avšak tato mírná odchylka může mít velký vliv nejen na lokomoci, rovnováhu, obratnost a koordinaci, ale i na běžné denní aktivity, jako jsou hry, úkoly či zvládání každodenních životních dovedností. Je důležité si uvědomit, že nedostatečná pozornost věnovaná motorickým schopnostem může výrazně omezit možnosti rozvoje jedinců s lehkým mentálním postižením do společnosti (Valenta, Michalík, Lečbych a kol., 2012).

U dětí s lehkým mentálním postižením často dochází k nedostatkům v oblasti motoriky, které mohou negativně ovlivnit jejich školní výkon. Jedním z častých problémů je špatně vyvinutá jemná motorika, což může ztížit nejen psaní a čtení, ale také účast v tělesné a výtvarné výchově. Tyto obtíže se mohou projevovat i v běžných denních činnostech, jako je například oblékání, zavazování tkaniček, zapínání knoflíků nebo používání příborů. S rozvojem jemné motoriky se problémy mohou projevit již v raném věku a ovlivnit také schopnost dítěte pečovat samo o sebe. Je důležité věnovat pozornost těmto oblastem a poskytnout dětem s lehkým mentálním postižením odpovídající podporu a terapii.

V Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání nacházíme mnoho očekávaných výstupů, jejichž dosažení není pro dítě s lehkým mentálním postižením automatické ani při vstupu do školy, a často ne ani po několika letech školní

docházky. Tento fakt otevírá dveře k hlubšímu zkoumání oblastí, které mohou být pro tyto děti náročnější a vyžadují speciální pozornost a podporu.

Mezi tyto oblasti patří:

- zachovávat správné držení těla;
- zvládat základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci, běžné způsoby pohybu v různém prostředí (zvládat překážky, házet a chytat míč, užívat různé náčiní, pohybovat se ve skupině dětí, pohybovat se na sněhu, ledu, ve vodě, v písku);
- koordinovat lokomoci a další polohy a pohyby těla, sladit pohyb s rytmem a hudbou;
- vědomě napodobovat jednoduchý pohyb podle vzoru a přizpůsobit jej podle pokynu;
- ovládat dechové svalstvo, sladit pohyb se zpěvem;
- vnímat a rozlišovat pomocí všech smyslů (sluchově rozlišovat zvuky a tóny, zrakově rozlišovat tvary předmětů a jiné specifické znaky, rozlišovat vůně, chutě, vnímat hmatem apod.);
- ovládat koordinaci ruky a oka, zvládat jemnou motoriku (zacházet s předměty denní potřeby, s drobnými pomůckami, s nástroji, náčiním a materiálem, zacházet s grafickým a výtvarným materiálem, např. s tužkami, barvami, nůžkami, papírem, modelovací hmotou, zacházet s jednoduchými hudebními nástroji apod.);
- zvládat sebeobsluhu, uplatňovat základní kulturně hygienické a zdravotně preventivní návyky (starat se o osobní hygienu, přijímat stravu a tekutinu, umět stolovat, postarat se o sebe a své osobní věci, oblékat se, svlékat, obouvat apod.);
- zvládat jednoduchou obsluhu a pracovní úkony (postarat se o hračky, pomůcky, uklidit po sobě, udržovat pořádek, zvládat jednoduché úklidové práce, práce na zahradě apod.);
- pojmenovat části těla, některé orgány (včetně pohlavních), znát jejich funkce, mít povědomí o těle a jeho vývoji, (o narození, růstu těla a jeho proměnách), znát základní pojmy užívané ve spojení se zdravím, s pohybem a sportem.

(výběr z očekávaných výstupů ve vzdělávací oblasti Dítě a jeho tělo, RVP pro předškolní vzdělávání, 2021, s. 16)

2.1.2 Hrubá motorika

Hrubá motorika je schopnost vědomého ovládání velkých svalových skupin těla ve spojitosti s grafomotorikou hlavně horních končetin.

Bednářová a Šmardová ve své knize zdůrazňuje, že schopnost psát a kreslit vychází ze základních pohybů hrubé motoriky, z pohybů velkých kloubů. Proto pokud má dítě problémy s kreslením, je vhodné začít s rozvojem jeho hrubé motoriky. Důležité je si uvědomit, že rozvoj jemné motoriky vychází z rozvoje hrubé motoriky a následně se to projevuje v rozvoji grafomotoriky. Základními kameny pro správný grafomotorický rozvoj psaní a kreslení jsou hrubá motorika, jemná motorika, prostorová orientace, rozvoj poznávacích procesů a vhodné psací návyky.

Nejčastěji je hrubá motorika dětí sledována pomocí pohybových aktivit, které zahrnují chůzi, běh, skákání, seskakování z vyvýšených předmětů, přelézání, podlézání, lezení, stání a skok na jedné noze, házení a chytání předmětů, udržení rovnováhy, chůzi po lavičce, chůzi po schodech a chůzi dolů. Pokud má dítě obtíže s plněním těchto pohybových aktivit, může to naznačovat, že jeho obratnost je na nižší úrovni než u ostatních dětí ve stejném věku. Svaly, které jsou zapojeny při koordinaci jemných pohybů nezbytných pro uchopení, manipulaci s předměty, pozdější psaní a kreslení, se vyvíjejí postupně a pomalým tempem. (Bednářová, Šmardová, 2006)

2.1.3 Jemná motorika

Jemná motorika je vědomé ovládání malých svalových skupin (prsty rukou, svaly obličeje).

Úspěšné zvládnutí hrubé motoriky a její koordinace se smyslovými orgány je základním předpokladem pro rozvoj jemné motoriky. Když se podíváme hlouběji, zjišťujeme, že jemná motorika není pouze o psaní nebo kreslení. Je to dovednost, která se formuje v průběhu každodenních aktivit. Při těchto činnostech, jako je samoobsluha nebo manipulace s různými předměty, děti začínají rozvíjet svou jemnou motoriku. ¨

Aktivity vhodné pro rozvoj jemné motoriky u dětí předškolního věku:

- skládání kostek, mozaik,
- vkládání kuliček, korálků,
- navlékání korálků, knoflíků, těstovin,
- práce se stavebnicemi,
- šroubování,
- montování, práce s nářadím,
- házení,
- oblékání panenek, plyšových hraček,
- listování v knize po jednotlivých listech,
- modelování,
- malování,
- obtiskování,
- mačkání papíru,
- stříhání,
- skládání z papíru,
- puzzle,
- karetní a deskové hry.

(Bednářová, Šmardová, 2006)

V širším pojetí jemná motorika zahrnuje nejen práci rukou, ale také další škálu oblastí:

- **Grafomotoriku:** Motorické dovednosti využívané při psaní nebo kreslení, které jsou především řízeny vizuálním vnímáním.
- **Logomotoriku:** Pohybovou aktivitu úst při artikulaci řeči, která je hlavně kontrolována auditivním vnímáním.
- **Mimiku:** Pohybové projevy obličeje.
- **Oromotoriku:** Veškerou pohybovou aktivitu v oblasti ústní.
- **Vizuomotoriku:** Motorické dovednosti, které jsou prováděny s vizuální zpětnou vazbou (spolupráce a koordinace oko ruka).

Děti v předškolním věku, u kterých se projevují nedostatky v některých z výše uvedených oblastí, často vykazují nižší úroveň v rámci grafomotorické přípravy.

Ve skupině dětí bez mentálního postižení lze posilovat jemnou motoriku pomocí různých cvičení. Nicméně u dětí s lehkým mentálním postižením nelze očekávat stejnou kvalitu vývoje jako u dětí bez postižení. Zde je více důležité klást důraz na hravé učení jako klíčový prvek psychického vývoje. Učení je proces, při kterém je dítě stimulováno z vnějšího prostředí a prostřednictvím praktických činností tvoří a podporuje změny a pokroky ve svém vývoji a chování. Je to jeden z hlavních procesů vývoje dítěte (Švarcová, 2006).

Dítě s lehkým mentálním postižením potřebuje individuální vzdělávací plán, který respektuje jeho jedinečné potřeby a schopnosti. Celý proces vývoje jedince s lehkým mentálním postižením probíhá jako souvislý proces, kde každá fáze navazuje na předchozí. Omezené poznávání a nižší úroveň orientace mohou být faktory, které ovlivňují grafomotorický rozvoj jedince.

Na tělesné úrovni se může projevovat neobratnost, například obtížností sezení, vzpřímeného stání nebo chůze. Kvalita hrubé i jemné motoriky může ovlivnit rozvoj řeči a může vést k nedokonalému používání řeči a vyjadřování.

2.1.4 Lateralita

„Leváctví je přirozeným projevem laterality u člověka stejně tak jako praváctví“

(Sovák, 1985, s. 9)

Lateralita označuje převahu funkce jednoho z párových orgánů (ruka, noha, oko) spojenou s preferencí jedné z mozkových hemisfér. Tento jev tvoří základ pro asymetrickou specializaci v lidském mozku, jež má vliv na chování a vnímání.

Před zahájením cíleného cvičení na rozvoj grafomotoriky je důležité zjistit lateralitu dítěte. Pro psaní a čtení je klíčová zejména lateralita oka a ruky. U některých dětí je lateralita ruky zřejmá a není potřeba ji zjišťovat.

Lateralizace je postupný proces. V prvních měsících a letech života dítěte se střídají období, kdy používá obě ruce symetricky nebo asymetricky. Toto střídání obvykle pokračuje až do čtyř let věku. V této fázi začínají většinou děti preferovat jednu ruku jako obratnější a aktivnější. Mezi pěti a sedmi lety se začíná projevovat a vyhraňovat lateralita horních končetin, která se plně ustaluje kolem desátého

až jedenáctého roku věku. Pro zjištění laterality je důležité mít k dispozici komplexní informace. Tyto informace zahrnují anamnézu, pozorování dítěte při spontánních i motivovaných činnostech a různé testy laterality. Pozorování dítěte při spontánních i motivovaných činnostech je zásadní pro určení laterality. Důležité je sledovat, která ruka je aktivnější, obratnější a zda dítě preferuje jednu ruku před druhou, ať už při volném hraní, běžných činnostech nebo sebeobsluze. (Bednářová, Šmardová, 2011).

3. Vhodné návyky při kreslení a psaní

3.1 Správné držení těla

Správná poloha těla při kreslení hraje klíčovou roli ve vývoji pohyblivosti jednotlivých kloubů, uvolnění svalů a celkové koordinace. Tato poloha má také významný vliv na psychickou a fyzickou pohodu dítěte během kreslení. Na začátku by děti měly kreslit velké tvary ve stoje u svislé plochy, jako je papír nebo tabule připevněná na stěnu ve výši očí. Tato poloha umožnuje volný pohyb ruky a podporuje hlavně ramenní kloub. Na větší papíry lze kreslit také vkleče na zemi, což také podporuje uvolnění ruky od ramene. Při kreslení vsedě by mělo dítě sedět na vhodném nábytku, aby bylo zajištěno, že má správné podmínky pro svou postavu. Není tedy vhodný nábytek pro dospělou postavu. Při sezení by chodidla měla spočívat celou plochou na zemi nebo podložce. Tělo by mělo být stabilní a váha by měla být rozložená rovnoměrně po celé sedací ploše židle. Kolena a lokty by měly být v pravém úhlu vůči židli a desce stolu. Tělo by mělo být mírně nakloněno vpřed, přičemž prsa se neopírají o desku stolu. Ramena by měla být ve stejné výšce a hlava je v prodloužení páteře, mírně skloněná. Oči by měly být vzdálené od papíru 25 – 30 cm. Pro kreslení a psaní je důležité, aby dítě mělo dostatek prostoru k plynulému a rovnoměrnému pohybu ruky, aby nebylo omezeno stísněným prostorem. Nedostatek prostoru může omezit volný pohyb ruky a může mít vliv na celkový výsledek kresby, tlak na podložku, postavení ruky při kreslení. Dodržováním správné polohy těla při kreslení, později psaní, nejenže podporujeme optimální grafický vývoj dítěte, ale také předcházíme možným ortopedickým problémům a zajišťujeme zdravý tělesný vývoj. (Bednářová, Šmardová, 2006)

3.2 Držení psacího náčiní

Na správný úchop psacího náčiní je důležité dbát již od začátku, kdy dítě začíná kreslit. Výjimkou je držení psacího náčiní u batolat, která drží tužku nebo pastelku v celé dlani. V tomto období je to způsobeno fyzickým vývojem, kdy dítě ještě nedokáže ovládat jemnou koordinaci svalových skupin prstů a nemá možnost držet tužku jiným způsobem. Tento úchop s přibývajícími zkušenostmi a zlepšující se koordinací jemných pohybů u většiny dětí postupně přechází, a dítě začne používat prstové držení psacího náčiní. (Bednářová, Šmardová, 2006)

3.2.1 Vývoj grafomotoriky z hlediska věku dítěte:

- **2 – 4 měsíce:** V této fázi dítě pouze náhodně uchopuje předměty.
- **4 – 6 měsíců:** Dítě začíná projevovat dlaňový úchop.
- **11 – 13 měsíců:** Objevuje se klíšťkový úchop, což je fáze, kdy dítě izolovaně používá ukazováček spolu s palcem.
- **16 – 18 měsíců:** Začínají se objevovat první, spíše náhodné zkušenosti s kreslením. Úchop dlaňový s palcem nahoře nebo dole je typický.
- **18 – 24 měsíců:** Dítě je schopné koordinovaných pohybů a začíná s prvními záměrnými pokusy o zanechání stopy.
- **2 – 3 roky:** Pohyby při kreslení jsou více koordinované. Dítě začíná kreslit hranaté i kulaté formy a kreslí intenzivněji. Pastelku dítě uchopuje již do prstů – hrstičkový úchop.
- **3 – 4,5 roku:** Začínají pravidelné kontinuální pohyby při kreslení a zlepšuje se plynulost pohybů. Dítě začíná používat psací náčiní, vybarvuje a pojmenovává obrázky. V této fázi se mohou začít objevovat nesprávné úchopy, které by měly být napraveny, aby nedošlo k patologickému vývoji grafomotoriky.
- **4,5 – 5 let:** Dítě začíná kreslit jednoduché postavy, jako je hlavonožec, který představuje člověka. Dokáže spojit dva body a nakreslit kříž. V této fázi se rozvíjí špetkový úchop, který je důležitý pro pozdější psaní a školní zralost. Tento úchop by se měl objevit nejpozději do pěti let věku, aby se mohl začít fixovat.

- **5 – 7 let:** Dítě je schopné kreslit postavy s končetinami a detaily. Je schopno vyhovět požadavkům školy na kvalitu a rychlost písemného projevu. Špetkový úchop by měl být v této fázi již fixován.
- **7 – 8 let:** Písmo dítěte se stává plynulým a začíná se vyhraňovat do individuální podoby.

(www.grafomotorika.eu)

3.2.2 Fyziologické úchopy

Úchop dlaňový – mezi 4. a 6. měsícem věku dítěte se začíná projevovat dlaňový úchop – viz. příloha č. 1. (www.grafomotorika.eu)

Úchop dlaňový s palcem nahoře – úchop je typický pro děti v batolecím věku, které teprve zkoumají, jak správně držet psací náčiní. V tomto úchopu je ruka obvykle stisknutá kolmo k podložce a pohyb vychází především z lokte a ramene. S postupným získáváním zkušeností tento úchop postupně ustupuje a dítě přechází na úchop prstový - viz. příloha č. 2. (www.grafomotorika.eu)

Úchop dlaňový s palcem dole – tato varianta představuje další formu dlaňového úchopu, který mladší děti často používají při kreslení na svislých plochách papíru nebo zdí - viz. příloha č. 3. (www.grafomotorika.eu)

Kolem třetího roku by měl začít špetkový úchop. U některých dětí se toto děje dříve, u jiných později. Následné přirozené získání špetkového úchopu nemusí být spojeno s opožděním. Avšak pokud dítě po třech letech rádo kreslí, používá tužky a pastelky a není schopno správně držet psací náčiní, je nezbytné poskytnout mu pomoc s navozováním tohoto úchopu. Eventuální fixace nesprávných úchopů se následně obtížně odnaučuje a může negativně ovlivnit schopnosti dítěte v oblasti grafomotoriky. Správná manipulace s psacím náčiním je stejně důležitá jak pro praváky, tak pro leváky. (Bednářová, Šmardová, 2006)

Správný úchop držení psacích (či kreslících) náčiní je známý jako **špetkový úchop**, při kterém dítě svírá tužku pomocí palce, ukazováčku a prostředníčku - viz. příloha č. 4.

„Tužka leží na posledním článku prostředníku, seshora ji přidržuje bříško palce a ukazováku.“ (Bednářová, Šmardová, 2006, s. 56) Ruka a prsty jsou uvolněné,

nekřečovitě svírají tužku, a ukazovák není pokrčený. Prsty by měly být od hrotu tužky vzdáleny přibližně 3 - 4 cm. Malíček a prsteníček by měly být uvolněně pokrčené v dlani, nepevně přitisknuté k dlani, a malíček by se měl lehce dotýkat plochy papíru. Mezi palcem a ukazováčkem by měla být zachována úzká mezera, takže se nemají dotýkat. Pro vytvoření špetkového úchopu můžeme využít cvičení zaměřená na jemnou motoriku, jako jsou například manipulace s korálky. Správný úchop mohou také podpořit pastelky a tužky s ergonomickým trojúhelníkovým provedením. (Bednářová, Šmardová, 2006)

Správný způsob držení tužky nebo pera je špetkový úchop, který je obecně považován za jediný správný.

„Špetkové držení umožňuje nejvyšší míru koordinace jemných svalových skupin ruky a prstů, je to nejsnazší držení vedoucí ke zpřesnění pohybů, umožňuje uvolnění ruky a prstů při psaní.“ (Bednářová, Šmardová, 2006, s. 50)

3.2.3 Nesprávné úchopy

Naopak při **nesprávném držení psacího náčiní** se objevují následující nevýhody.

„Vadné držení psacích nástrojů může zapříčinit snadnější unavitelnost ruky, návazné nepříjemné, bolestivé pocity, které snižují motivaci ke psaní a kreslení. Únava a zbytečně vydávané množství energie se mohou později podílet i na zvýšené chybovosti. Navíc unavenou rukou se obtížně vykonávají plynulé pohyby, které při psaní potřebujeme, snižuje se rychlost psaní, prodlužuje se doba automatizace psaní jednotlivých písmen, slov. Nesprávné držení může napomáhat deformaci tvarů.“ (Bednářová, Šmardová, 2006, s. 50)

Při úpravě držení psacího náčiní je vhodné nechat dítě dokončit danou aktivitu a nezasahovat do držení tužky během cvičení. Dítě by mělo mít příležitost samo si uvědomit a upravit polohu tužky. Alternativně můžeme s dítětem vytvořit hesla, která můžeme používat během kreslení, aby si uvědomilo, kde dělá chyby a mohlo je opravit.

Všechny úchopy náčiní, které se liší od špetkového, jsou považovány za nesprávné. Proto je důležité identifikovat a popsat nesprávné způsoby držení psacího náčiní.

Hrstičkový úchop – je nejčastějším atypickým úchopem. Tento způsob držení zahrnuje čtyři prsty – palec, ukazováček, prostředníček a prsteníček, který podpírá tužku. Je důležité včas u dětí s tímto držením nastavit a pevněji zafixovat správný špetkový úchop. Ruka se rychle unavuje, což vede k únavě pohybového aparátu. Tato únava může vyvolat ochranný útlum v centrální nervové soustavě a způsobit poruchy celkové percepce. Chyby v psaní jsou někdy špatně chápány jako typické pro dysgrafii a dysortografii. Někteří rodiče tento typ držení považují za správný, což je jeden z důvodů, proč ho mnoho školáků i dospělých používá při psaní - viz. příloha č. 5. (www.grafomotorika.eu)

Špetkový úchop se silným přítlakem na psací náčiní – když je ruka spastická, prsty a dlaň nejsou uvolněné, což způsobuje silný tlak na psací náčiní i při správně vedeném špetkovém úchopu. Prsty jsou stlačené, napjaté a omezené v pohybu - viz. příloha č. 6. (www.grafomotorika.eu)

Špetkový úchop se sevřenými prsty v dlani – občas se stane, že dítě má správně vedenou špetkovou pozici, ale malíček a prsteníček jsou stále stisknuté v dlani. S postupem kreslení nebo psaní se prostředníček nakonec také stahuje do dlaně, přiklání se tam, kde se vytváří větší napětí - viz. příloha č. 7. (www.grafomotorika.eu)

Úchop s vysoko položeným ukazováčkem – prsty vyvíjejí nadměrný tlak na psací náčiní, ukazováček se ohýbá a není v optimální poloze. Pohyblivost prstů je omezená a při potřebě psaní rychleji a déle dochází ke snížení rychlosti a kvality písma. Ruka pociťuje bolest a napětí - viz. příloha č. 8. (www.grafomotorika.eu)

Úchop s palcem přes psací náčiní – ukazováček a prostředníček jsou správně umístěné, ale palec není v přímé linii s ukazováčkem. Místo toho je vysunutý přes psací náčiní. Tento typ úchopu způsobuje, že tužka se přesouvá z původního místa mezi palcem a ukazováčkem na třetí kloub ukazováčku a směřuje za rameno od těla. Pokud se tento nesprávný úchop fixuje, může způsobit nadměrné ohnutí zápěstí a vytvoření nepříznivého drápovitého úchopu, což znemožňuje pohyb zápěstí při psaní - viz. příloha č. 9. (www.grafomotorika.eu)

Klarinetový úchop – bříška čtyř prstů se dotýkají tužky, přičemž palec je v opozici. Prsty neprovádějí aktivní pohyb, ten je generován ze zápěstí a lokte. Ruka obvykle neleží na podložce a tužka spočívá na špičce, občas směřuje od těla - viz. příloha č. 10. (www.grafomotorika.eu)

Cigaretový úchop – tužka spočívá mezi ukazováčkem a prostředníčkem, přičemž palec může být položen na tužce nebo je na ni položen přesně. Občas se může stát, že palec a ukazováček se spojí bříšky nad tužkou. Tento držák nedovoluje pohyb prstů a tužka může klouzat mezi nimi - viz. příloha č. 11. (www.grafomotorika.eu)

3.2.4 Postavení ruky při kreslení a psaní

Správné umístění ruky při kreslení je klíčové pro úspěšné zvládnutí grafomotorických aktivit. Horní konec tužky by měl směřovat do oblasti mezi ramenem a loktem, přičemž úhel mezi koncem tužky a ramenem by měl být přibližně 45 stupňů. To umožňuje udržet ruku v rovině s paží od lokte až k rameni, minimalizuje přetížení zápěstí a umožňuje, aby pohyb vycházel spíše z ramene a lokte. Zvláště u leváků je častým jevem nadměrné ohýbání a vykrucování zápěstí během psaní. Pokud se pohyb při psaní spoléhá na ohýbání a vytáčení zápěstí, může to vést k nadměrné únavě, bolesti v paži, a dokonce k nechuti psát a kreslit. Tento nesprávný pohyb často souvisí s nedostatečným pohybem v ramenním kloubu, nedostatečnou uvolněností paže, nižší koordinací pohybu nebo nedostatkem místa na psacím stole či malými formáty papíru. (Bednářová, Šmerdová, 2006)

Správné postavení ruky při psaní lze usnadnit nakloněním pracovního listu nebo sešitu. Papír by měl být vždy nakloněn směrem nahoru tak, aby horní roh odpovídal ruce, která píše. Levákům by měl být papír nakloněn levým horním rohem nahoru, zatímco pravákům pravým horním rohem nahoru. Druhou rukou by měl papír být přidržován. (Bednářová, Šmerdová, 2006)

Pokud dítě při psaní nebo kreslení nadměrně ohýbá zápěstí (vykrucuje je), může to být způsobeno především nedostatečným zapojením ramenního kloubu a nedostatečnou uvolněností paže, což snižuje koordinaci pohybů. Toto vykroucení ruky však nemusí být specifické jen pro leváky. Jak můžeme pomoci dítěti zlepšit polohu ruky? Důležité je si uvědomit, že při kreslení a psaní by měla být zapojena celá paže včetně ramenního kloubu. K podpoře tohoto pohybu může sloužit cvičení,

jako je míchání v hrnci vařečkou nebo mletí kávomlýnku. Současně je vhodné, aby si dítě uvědomovalo pohyb ramene a mohlo se například dotýkat pohybujícího se ramene druhou rukou. Následně je doporučeno cvičit kreslení velkých kruhů, například v "závodní dráze", aby dítě mělo možnost vnímat pohyb celé ruky od ramene, aniž by se muselo příliš soustředit na tvar kruhů. Podobně je užitečné trénovat kreslení dlouhých a rovných čar. Při těchto cvičeních je opět důležité vědomé vnímání pohybu ramene a podpora tohoto pohybu. (Bednářová, Šmerdová, 2006)

3.3 Podpora vhodných pracovních návyků pro efektivní grafomotorický rozvoj

Osvětlení pracovní plochy je jedním z důležitých faktorů, které ovlivňují hygienu kreslení a správný grafomotorický vývoj. Světlo by mělo dopadat zleva u praváků a zprava u leváků. Nejvhodnějším zdrojem světla je denní světlo. Pokud je však nutné použít umělé osvětlení, mělo by se volit s matným sklem, které rozptyluje a změkčuje světelné paprsky. (Mlčáková, 2009)

Uvolněná ruka při psaní má významný dopad na grafický výkon dítěte, ale nejen na výkon samotný. Často také výrazně ovlivňuje chuť dítěte kreslit. Když dítě při kreslení vyvíjí nadměrný tlak psacího náčiní na podložku, jeho ruka se rychle unavuje, což vede k pocitu bolesti, a dítě grafické činnosti nevyhledává. Nadměrný tlak na podložku je viditelný z linie kresby, která je vytlačená, kostrbatá a často přerušovaná. Právě tento nadměrný tlak ovlivňuje kresbu tím, že brání plynulosti pohybu ruky a tím i plynulosti vedení čáry. Několik faktorů ovlivňuje tlak na podložku, přičemž tyto faktory se navzájem ovlivňují. Jedním z nich je výběr psacího náčiní. Dále hraje roli psychický stav dítěte a atmosféra, ve které kreslení probíhá. Velký vliv má také stupeň rozvoje jemné motoriky a grafomotoriky. Důležitá je i schopnost dítěte pracovat s vědomým uvolněním a napětím. (Bednářová, Šmardová, 2006)

Dodržování **zásad při práci** je efektivní a podporuje zdravý rozvoj grafomotoriky u dětí. Práce s pevnými základy a správnými postupy při psaní, kreslení a manipulaci s psacími nástroji pomáhá dětem vybudovat správné motorické vzorce a techniky. To má pozitivní dopad na jejich schopnost psát srozumitelně, plynule a s minimem únavy.

Zásady při práci dle Bednářové, Šmardové (2006, s. 79):

- Před rozvojem grafomotoriky je důležité provádět činnosti, které podporují rozvoj hrubé a jemné motoriky.
- Před začátkem kreslení a psaní provádíme uvolňování ruky a rozcvičovací grafomotorické cviky. Uvolňovací cviky jsou systematicky uspořádány podle obtížnosti, postupujeme od nejjednodušších k složitějším.
- Vybereme grafomotorické prvky podle současných schopností a dovedností dítěte. Vždy volíme náměty a motivace, které odpovídají jeho aktuální úrovni, takže obtížnost a požadavky na úkoly jsou v souladu s jeho schopnostmi.
- Nespěcháme se zařazováním nových prvků. Dáváme dítěti tolik času, kolik potřebuje k zvládnutí každého prvku.
- S obtížnějšími grafickými prvky pracujeme tehdy, když je dítě schopno zvládnout a zautomatizovat prvky z předchozích skupin. Postupujeme postupně od nejjednodušších prvků k obtížnějším. Pokud jsou některé prvky pro dítě příliš náročné, vracíme se k prvkům, které jsme již probírali. Při práci s náročnějšími tvary využíváme podpůrné techniky a můžeme použít instrukce k zvládnutí daných prvků.
- Nespěcháme při kreslení s dítětem a umožňujeme mu dostatek času na zamyšlení a provedení kresby.
- Všechny aktivity by měly být pro dítě zábavné a hravé. Neměly by být doprovázeny drilem. Je klíčové, aby motivace odpovídala věku dítěte.
- Usilujeme o to, aby dítě bylo soustředěné na práci. Pokud je nepokojné, upravíme úkol nebo začneme práci v době, kdy jsou podmínky pro práci vhodnější. Během úkolu se snažíme zajistit, aby dítě pracovalo systematicky, udržovalo pozornost na úkolu a dokončilo ho. Tím posilujeme jeho schopnost soustředění a odolnost zátěže.
- Úkoly nejsou dlouhé. Je vhodnější pracovat v souladu s možnostmi, spíše méně často, ale pravidelněji.
- Důležitá je pro dítě přítomnost dospělého, který mu poskytuje zpětnou vazbu a povzbuzení.

4. Školní zralost a školní připravenost

Zahájení školní docházky představuje mimořádnou událost v životě dítěte. Jedná se o sociální mezník, který přináší zásadní změnu jak v životě samotného dítěte, tak v jeho sociálních vztazích.

Pro efektivní školní výuku je podstatná pracovní zralost, která tvoří základní podmínky pro zvládání školních úkolů. Tím máme na mysli, že dítě je schopno trvale se soustředit na úkoly, bez ohledu na to, jak dlouho trvají nebo jak obtížné jsou. Důležitá je i schopnost dokončit úkoly a přecházet mezi nimi, a to i v případě, že nejsou nijak zvlášť atraktivní nebo zábavné. Správnost porozumění úkolům je rovněž klíčová. Kromě toho sledujeme i pracovní tempo a úroveň pozornosti dítěte.

Důležitou součástí je i sociální zralost, která se projevuje schopností dítěte komunikovat s dospělými i ostatními dětmi, vyjadřovat svou nezávislost a zvládat oddělení od rodiny. Současně se při sledování školní zralosti věnujeme i rozvoji řeči dítěte. Je podstatné, aby s nástupem do školy dokázalo jasně formulovat myšlenky a odpovědi s důrazem na správnou výslovnost. U některých dětí, zejména u těch s lehkým mentálním postižením, může být úroveň řeči horší. U těchto dětí je důležité poskytnout individuální podporu a specifické terapeutické intervence, aby byl rozvoj jejich řečových schopností co nejefektivnější.

V roce 2021 Vágnerová podotkla, že doba nástupu dítěte do školy není náhodná, a to z důvodu vývojových změn, které probíhají mezi 6. a 7. rokem věku. Tyto změny jsou ovlivněny jak biologickým zráním, tak učením. Aby bylo dítě schopno úspěšně se zapojit do školního prostředí a dosahovat odpovídajících výsledků, musí být na to zralé.

Školní připravenost lze definovat jako dosažení určité úrovně schopností a dovedností, které jsou nezbytné pro úspěšné zapojení se do školní práce.

Zrání mozku ovlivňuje lateralizaci ruky, rozvoj pohybové koordinace a manuální zručnost. Jakákoli nápadnější neobratnost dítě sociálně znevýhodňuje, a nešikovnost může být rizikovým faktorem při zvládání počáteční výuky (například pokud dítě má obtíže s psaním nebo kreslením). Nezralost se může projevit i nepřesnou koordinací pohybů mluvidel a nesprávnou výslovností některých hlásek. Je klíčové dosáhnout žádoucí úrovně grafomotorických dovedností a senzomotorické koordinace.

Pro efektivní řízení těchto činností je důležité pohybové plánování, koordinace dílčích pohybů a jejich správné pořadí. (Vágnerová, 2021)

Kromě pojmu "školní zralost" začala pedagogická veřejnost stále častěji využívat termín "školní připravenost". Tento pojem zahrnuje kompetence, které se rozvíjejí především prostřednictvím učení a jsou závislé na specifických sociálních zkušenostech.

Pokud se zjistí, že dítě není zralé ani připravené na zahájení školní docházky, doporučuje se odložit jeho vstup do školy a současně s tím by mělo být navrhnuto opatření, které bude zaměřeno na stimulaci oblastí, ve kterých dítě nesplňuje požadavky pro vstup do školy (Langmeier, 2002).

Pro žáky s lehkým mentálním postižením je důležité zabezpečit prostředí, které jim umožní efektivní vzdělávání a rozvoj jejich schopností. Zákonní zástupci žáků s lehkým mentálním postižením mají možnost volit mezi těmito možnostmi vzdělávání: inkluze v hlavním vzdělávacím proudu (ZŠ), vzdělávání ve třídách zřizovaných podle § 16 školského zákona, které poskytují vhodnou podporu a prostředí pro tyto žáky, nebo vzdělávání v základní škole zřízené dle § 16, odst. 9 ZŠ.

Důraz by měl být kladen na individuální přístup a podporu, která je zaměřena na specifické potřeby každého dítěte. To může zahrnovat přítomnost asistenta pedagoga nebo snížení počtu žáků ve třídě pro lepší individuální péči, individuální vzdělávací program či jiná podpůrná opatření, která stanoví školské poradenské zařízení.

Pravidelná evaluace a aktualizace podpůrných opatření jsou důležité pro úspěch žáků s lehkým mentálním postižením. Důležitá je také spolupráce s rodiči, kteří by měli být zapojeni do vzdělávacího procesu a společně s učiteli plánovat a realizovat podpůrná opatření. Je také doporučené zvážit možnost odkladu školní docházky u těchto dětí, aby měly dostatek času na přípravu a lépe se pak přizpůsobily školnímu prostředí. Zabezpečení vhodného prostředí pro žáky s lehkým mentálním postižením vyžaduje komplexní přístup a neustálé sledování jejich pokroku, aby jim byla poskytnuta maximální podpora a možnosti rozvoje. Takový přístup přispívá k efektivní integraci těchto žáků do školního prostředí a k jejich úspěšnému začlenění do vzdělávacího systému.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

V tomto školním roce (říjen 2023 až leden 2024) jsem se zúčastnila grafomotorického kurzu, který byl zaměřen na předškolní děti s lehkým mentálním postižením. Využila jsem tedy této možnosti k realizaci praktické části své bakalářské práce.

Posláním tohoto kurzu bylo pomoci dětem s lehkým mentální postižením v mateřské škole rozvíjet dovednosti spojené s pohybem a kreslením. To zahrnovalo zejména koordinaci pohybů ruky a oka, zdokonalování jemné motoriky a dovednosti správně držet pero či tužku při kreslení a psaní.

1. Cíl výzkumného šetření a metodologie šetření

Hlavním cílem praktické části mé bakalářské práce bylo zkoumat efektivitu nastavených cvičení grafomotorické stimulace u dětí s lehkým mentálním postižením, které se účastnily výše uvedeného grafomotorického kurzu.

Během mého šetření jsem se zaměřila na sledování následujících oblastí:

- sezení a držení těla při kreslení a psaní,
- vhodný úchop psacího náčiní,
- svalové napětí a tlak na podložku,
- plynulost pohybů při vedení linií,
- správnost napodobovaných linií,
- orientace na psací ploše.

Do šetření bylo zahrnuto pět dětí ve věku 5 až 6 let, z toho tři dívky a dva chlapci. Mezi nimi byly i děti s odloženou školní docházkou.

Z hlediska metodologického přístupu byl využit výzkum kvalitativní, který umožnil zkoumat dovednosti dětí a lépe porozumět individuálním aspektům jejich vývoje.

Metodologie výzkumu zahrnovala použití techniky pozorování, která umožnila systematicky sledovat chování a interakci dětí během různých aktivit.

Toto pozorování bylo doplněno standardizovanými i nestandardizovanými rozhovory se sledovanými dětmi.

Analýza výsledků činností dětí pak poskytla detailní pohled na jejich pokrok a nedostatky v grafomotorických dovednostech.

Kazuistiky umožnily popis jednotlivých případů a bližší porozumění specifických situací, které ovlivňovaly vývoj těchto dovedností.

Pro hodnocení úrovně sledovaných oblastí rozvoje grafomotorických dovedností na začátku kurzu a po absolvování kurzu jsem zvolila následující pětistupňovou škálu:

1. **Nezvládá** – dítě potřebuje značnou podporu a pomoc při rozvoji svých grafomotorických dovedností.
2. **Zvládá pouze s trvalou pomocí** – dítě je schopné provádět grafomotorické aktivity, ale vyžaduje trvalou a intenzivní pomoc a podporu učitele.
3. **Zvládá s pomocí** – dítě je schopné provádět grafomotorické aktivity s pomocí dospělého, ale nepotřebuje ji trvale.
4. **Zvládá dobře** – dítě projevuje schopnosti v oblasti grafomotoriky s minimálními chybami.
5. **Zvládá samostatně** – dítě je schopné provádět grafomotorické aktivity s vysokou úrovní přesnosti a úspěšnosti. Dokáže pracovat samostatně a dosahuje výsledků na vysoké úrovni.

Pro sledování efektivnosti nastavených grafomotorických cvičení ve vytýčených oblastech jsem zvolila následující postup:

- pro každé dítě jsem vypracovala případovou studii (kazuistiku) ve struktuře: základní data o dítěti, diagnóza, osobní anamnéza, školní anamnéza, popis úrovně grafomotoriky před realizací grafomotorického kurzu;
- následovala analýza výzkumného šetření a interpretace výsledků: do tabulky jsem uvedla bodové ohodnocení u každého dítěte (před realizací kurzu a po jeho realizaci) v šesti sledovaných oblastech – sezení a držení těla při kreslení, vhodný úchop psacího náčiní, svalové napětí

a tlak na podložku, plynulost pohybů při vedení linií, správnost napodobovaných linií, orientace na psací ploše;

- dále byl proveden výpočet rozdílů bodového ohodnocení v daných oblastech pro každé dítě před kurzem a po něm, následně bylo vyčísleno průměrné zlepšení v jednotlivých oblastech (vypočtením aritmetického průměru daných rozdílů pro každou sledovanou oblast);
- dosaženou úroveň grafomotorických dovedností po absolvování kurzu jsem následně slovně interpretovala v komentářích.

2. Charakteristika zařízení, v němž probíhal grafomotorický kurz

Výzkumné šetření proběhlo v mateřské škole v Jihomoravském kraji, která je součástí školy zřízené podle § 16, odstavec 9 školského zákona a zaměřuje se na výchovu a vzdělávání dětí se speciálními vzdělávacími potřebami, zejména se souběžným postižením více vadami, autismem a mentálním postižením různého stupně.

V této mateřské škole jsou zřízeny dvě třídy s kapacitou 15 dětí. Provozní doba mateřské školy je od 7:00 do 15:30 a pracuje zde celkem pět pedagogických pracovníků.

Mateřská škola disponuje širokým sortimentem dětského nábytku, hraček, speciálních vzdělávacích pomůcek, kuličkovým bazénem a IT vybavenou vzdělávacími programy pro děti.

V mateřské škole je zaveden školní vzdělávací program s názvem „Hrajeme si s barevnými motýlky“, který je rozdělený do čtyř integrovaných bloků.

Grafomotorický kurz, určený pro děti s lehkým mentálním postižením, je výsledkem pečlivé práce Mgr. Jany Tylové, zkušené lektorky s dlouholetou praxí. Mgr. Jana Tylová není pouze lektorkou tohoto kurzu, ale také učitelkou na prvním stupni základní školy. Je inspirací, mentorem a průvodcem, který s láskou ukazuje cestu k osvědčeným vzdělávacím metodám.

3. Grafomotorický kurz u dětí s lehkým mentálním postižením

Na začátku kurzu děti provádějí kresby a uvolňovací cviky ve stoje na větších formátech, například na tabuli nebo velkých papírech. Postupně přecházejí na menší formáty papíru, kde píší do sešitů nebo pracovních listů. Tyto cviky jsou opakovány, dokud dítě nezvládne daný tvar co nejlépe. Grafomotorické cviky přispívají k rozvoji činnosti mozku, vizuálních schopností a svalstva paže, prstů a zápěstí.

Metodika výuky grafomotoriky u dětí s lehkým mentálním postižením zahrnuje 25 lekcí. Grafomotoriku aplikujeme u dětí předškolního věku, a to jedenkrát týdně po dobu přibližně 40 - 60 minut. Grafomotorické kurzy obvykle probíhají také v běžných mateřských školách, například u žáků se specifickými poruchami učení je začleněna do školního rozvrhu a přizpůsobena jejich individuálním schopnostem. Vše je zprostředkováno hravou formou a doprovázeno básničkami.

Podmínky:

Vyškolený pedagog provádí výuku ve velké a dobře větrané místnosti, která je vybavená omyvatelným povrchem. Ideálně by místnost měla obsahovat i část s kobercem. Prostor by měl být dobře osvětlen, buď díky dostatku přirozeného světla nebo umělému osvětlení. Tohoto kurzu se účastní 6 dětí, což lze považovat za optimální. Věnují se jim dva pedagogičtí pracovníci, což umožní individuální a efektivnější vedení výuky. Tyto prostorové a organizační požadavky jsou klíčové pro poskytnutí kvalitní výuky a péče dětem s potřebami speciálního vzdělávání.

Pomůcky:

- vhodný oděv pro děti i pedagogické pracovníky,
- velký formát papíru, ideálně role přírodního balicího papíru,
- autohouba, barvy, nádoby na barvy,
- terapeutické štětce, trojhranné voskovky, trojhranné pastelky či tužky,
- pískovnička,
- interaktivní tabule,
- manipulační kostky, auta,
- chodníkové křídy, ručník.

Úvod každé lekce grafomotoriky:

Motivace: vždy na začátku každé lekce.

Pohybová příprava: zahrnuje cvičení hrubé i jemné motoriky s použitím pomůcek i bez nich, vždy doprovázené říkankou či básničkou, a to hravou formou.

Seznámení s průběhem lekce: děti jsou informovány o tom, co je čeká během lekce, co budou dělat a jaké pomůcky budou používat.

Příprava prostoru: výběr vhodného místa a příprava pomůcek pro přímou činnost.

V prvních pěti lekcích se soustředíme na uvolnění a podporu motorického rozvoje a komunikace. Dále se zaměřujeme na posílení rovnováhy a hrubé motoriky s využitím pomůcek (například různé druhy míčů, šátky, pírka).

Následující lekce jsou věnovány především rozvoji jemné motoriky, rozvoji poznávacích procesů a komunikativních dovedností. Uplatňují se zde činnosti s kinetickým pískem, plastelínou, pískovničkou. Také se děti seznamují s moderní technologií a pracují s interaktivní tabulí. Tyto aktivity umožňují dětem vyjádřit svou kreativitu a rozvíjet jemnou motoriku při modelování podle grafických schémat.

Příští lekce se již plně věnují grafomotorickým liniím, které jsou metodicky seřazeny od nejjednodušších po nejsložitější. Zpočátku se využívá houba k provádění kruhových pohybů na velkoplošném papíru, přičemž děti cvičí různé techniky podle velikosti kruhu, což podporuje motorický vývoj a soustředění. Dále se zaměřujeme na provádění spirál a ležatých osmiček s houbou na papíru, kde děti rozvíjejí jemnou motoriku a kontrolu pohybu. Další grafomotorické linie jsou pohyby podobné houpačkám, a také velké a malé „vlnky“, což pomáhá dětem rozvíjet koordinaci pohybů při tvorbě oblouků.

V dalších lekcích se děti učí pracovat s terapeutickým štětcem opět na velkoplošném papíru, kde se zaměřují na provádění stejných grafomotorických linií podobně jako při práci s houbou. Cvičení se štětcem pomáhá rozvíjet motorické dovednosti a koncentraci. Při práci s terapeutickým štětcem se do metodické řady grafomotorických linií přidává linie horních a dolních smyček, kde děti procvičují

hlavně zápěstí dominantní ruky. Tato série lekcí představuje důležitý krok, který připravuje děti na vhodný úchop psacího náčiní (správný špetkový úchop).

V další sérii lekcí se děti seznamují s prací s tužkou či pastelkou na různých formátech papíru, kde se soustředí na provádění osvojené metodické řady grafomotorických linií. Tyto lekce kladou důraz na správný úchop tužky a správný tlak na psací podložku.

Výše uvedené lekce představují klíčový krok v rozvoji grafomotorických dovedností dětí, které je připravují na psaní.

V posledním bloku lekcí děti pracují již s celou metodickou řadou grafomotorických linií ve stoje u stolu. Postupně se zdokonalují v provádění kruhových pohybů, spirál a osmiček. Zároveň se lekce zaměřují na práci v lavici, kde se děti učí provádět stejné cviky, ale tentokrát se dbá na správné sezení při psaní a kreslení. Důraz je kladen na správný úchop tužky, kontrolu tlaku a orientaci na ploše papíru. Lekce obsahují i obtahování a „terapeutické písmo“ (nejedná se o vázané písmo, nýbrž o spojení několika prvků grafomotorickch linií). Díky tomu se děti seznamují s prvními pohyby, které později využijí při psaní. Tato poslední série lekcí představuje důležitý závěr v rozvoji grafomotorických dovedností.

Každý grafomotorický kurz by měl končit pochvalou a motivací pro další psaní, kromě slovní pochvaly můžeme také udělit dětem pochvalné listy nebo drobné odměny. Je možné, aby se tohoto závěru účastnili i rodiče.

4. Vlastní výzkumné šetření

Případová studie č. 1

Chlapec ve věku 6 let a 4 měsíce

Diagnóza: LMP + vývojová dysfázie + narušená komunikační schopnost

Osobní anamnéza: Chlapec projevuje několik příznaků v souvislosti s vývojovou dysfázií. Má omezenou schopnost verbální komunikace a nesnáze s výslovností určitých slov. Navzdory těmto obtížím je dítě plné energie, zvídavé a projevuje zájem o interakci s okolím. Chlapec je fixovaný na svou matku a vykazuje silnou závislost na její přítomnosti.

Školní anamnéza: Chlapec navštěvuje mateřskou školu od svých čtyř let. Ve školním prostředí projevuje chlapec zájem o interakci s ostatními dětmi, avšak preferuje blízkost a podporu ze strany pedagogického personálu, zejména své učitelky. Projevuje značnou závislost na této autoritě, což může ovlivnit jeho samostatnost a schopnost sociální integrace s vrstevníky. Chlapci byl doporučen odklad školní docházky.

Úroveň grafomotoriky před realizací grafomotorického kurzu: Chlapec má velké obtíže při provádění grafomotorických aktivit. Jeho schopnost provádět jak hrubé, tak jemné motorické pohyby je omezená a nekoordinovaná. Chlapec má potíže s udržením psacího nástroje a pohybů kvůli nevhodné pozici těla, což ovlivňuje svalové napětí a plynulost. Nicméně chlapec se velmi dobře orientuje na ploše papíru a s napodobováním linií taktéž nemá problém. Je třeba pracovat na správných liniích a orientaci na psací ploše, aby se jeho grafomotorické dovednosti zlepšily.

Případová studie č. 2

Chlapec ve věku 5 let a 5 měsíců

Diagnóza: LMP + ADHD

Osobní anamnéza: Navzdory svým diagnózám je chlapec energický a zvídavý. Má rád pohyb a fyzické aktivity, avšak často má potíže s organizací a plánováním svých pohybů. Je impulzivní a obtížně se soustředí na úkoly, které vyžadují dlouhodobou pozornost.

Školní anamnéza: Chlapec navštěvuje mateřskou školu od svých tří let. Ve třídě je aktivní a projevuje zájem o různé aktivity. Nicméně, chlapec má problémy s plánováním a organizací úkolů a potřebuje individuální podporu při jejich plnění. Chlapcova hyperaktivita je doprovázena nízkou frustrační tolerancí a rychlým rozptylováním.

Úroveň grafomotoriky před realizací grafomotorického kurzu: Chlapec se aktivně zapojuje do všech řízených činností zaměřených na rozvoj grafomotoriky a správného úchopu psacího náčiní. S velkým nadšením se zapojuje do vybraných aktivit, avšak kvůli své hyperaktivitě má obtíže při delším sezení a jeho úchop je nesprávný. Chlapec má také vyšší svalové napětí, než by bylo ideální, při upozornění si však chlapec chybu uvědomí. Má také potíže udržet pozornost déle než 15 minut. Plynulost pohybů je ovlivněna projevy hyperaktivity. Mezi jeho oblíbené činnosti patří práce s houbou a barvami, která je zaměřená na procvičování dlaňového úchopu. Avšak jeho orientace na papíře během těchto aktivit není moc dobrá, vyžaduje trvalou pomoc dospělého.

Případová studie č. 3

Dívka ve věku 6 let 3 měsíce

Diagnóza: LMP + PAS

Osobní anamnéza: Dívka ráno přichází do třídy za doprovodu matky. Do kolektivu se moc nezapojuje a má potíže s navazováním vztahů s ostatními dětmi. Často preferuje samotářské aktivity a vyhýbá se situacím, které vyžadují větší sociální interakci. Je uzavřená, dokáže se podřídit a dodržuje dohodnutá pravidla bez větších potíží.

Školní anamnéza: Dívka začala navštěvovat mateřskou školu až poslední rok před nástupem do základní školy s ročním odkladem školní docházky. Do prostředí mateřské školy se dívka postupně adaptovala, avšak je velmi závislá na své matce a vykazuje silnou potřebu její přítomnosti. Také je velmi uzavřená a zakřiknutá. Navazování vztahů s ostatními dětmi jí činí obtíže a často preferuje samotářské aktivity.

Úroveň grafomotoriky před realizací grafomotorického kurzu: Dívka vykazuje významné obtíže s grafomotorickými dovednostmi. Její ruka je málo uvolněná a pohyby jsou často křečovité. Při kreslení nedosahuje potřebné plynulosti a má nevhodný úchop psacího nástroje. Její držení těla při sezení má ale jen mírné nedostatky. Zároveň má problémy s udržením trpělivosti a soustředění při delších úkolech kvůli silnému tlaku na psací náčiní. Je nutné neustále dbát na uvolnění ramene, loktu, zápěstí a prstů, aby bylo možné dosáhnout aspoň minimálního pokroku. Kromě toho se často potýká s obtížemi v orientaci na papíře a špatně vede napodobování určitých linií.

Případová studie č. 4

Dívka ve věku 6 let 5 měsíců

Diagnóza: LMP + zraková vada

Osobní charakteristika: Dívka je veselá a hravá, velmi ráda objevuje svět kolem sebe. Její láska k umění a kreativitě se projevuje v každodenním životě, velmi ráda maluje. Své zrakové vady si je vědoma, avšak s pomocí brýlí se naučila fungovat bez omezení. Po počátečních výzvách s adaptací na nové prostředí se dívka rychle zapojuje do vzdělávacích aktivit.

Školní anamnéza: Dívka navštěvuje mateřskou školu od svých čtyř let. Ve třídě se snaží zapojovat do aktivit, potýká se s obtížemi s grafomotorikou a plánováním motorických úkolů. Ráno přichází do třídy sama. Dokáže se snadno podřídit a dodržovat dohodnutá pravidla bez větších potíží. Je vnímavá k ostatním dětem a často se snaží pomoci ostatním. Ve skupině je oblíbená díky své hravé povaze a výraznému temperamentu. Dívce byl doporučen odklad školní docházky.

Úroveň grafomotoriky před realizací grafomotorického kurzu: Dívka je velmi šťastná a energická, ráda se aktivně účastní všech nabízených činností. Je šikovná a rychle splňuje své úkoly, často vyžaduje i další výzvy. Ráda pomáhá svým kamarádům a projevuje zájem o spolupráci. Přestože je nadšená a aktivní, při volném kreslení jsou patrné důsledky špatného úchopu psacího náčiní. Je důležité nadále zdůrazňovat správný úchop a pracovat na správném držení psacího náčiní. Schopnost napodobování linií dívka zvládá velmi dobře. Dále je vhodné podporovat orientaci na papíře, aby se dívka lépe orientovala při práci. Přestože je nadšená a aktivní, při volném kreslení jsou patrné důsledky špatného úchopu psacího náčiní, neplynulé pohyby a zvýšené svalové napětí. Zároveň je potřeba uvést, že dívka zvládá napodobovat linie bez obtíží, avšak její nesprávné držení těla během kreslení je zapotřebí změnit. Tyto kroky přinesou další pokrok v jejích grafomotorických dovednostech a podpoří celkový rozvoj.

Případová studie č. 5

Dívka ve věku 5 let 9 měsíců

Diagnóza: LMP

Osobní anamnéza: Dívka v mateřské škole má ráda svůj klid. Preferuje interakci s menším počtem lidí, kde se cítit pohodlněji. Její potřeba klidu a soukromí může mít vliv na její přístup k sociálním interakcím a spolupráci ve skupině. Nicméně dívka je jinak celkem usměvavá a nemá problém komunikovat s pedagogy.

Školní anamnéza: Dívka začala navštěvovat mateřskou školu ve věku 4 let. V současnosti navštěvuje již druhou mateřskou školu, od samého začátku se potýkala s menším problémem s adaptací na nové prostředí.

Úroveň grafomotoriky před realizací grafomotorického kurzu: Dívka je velmi snaživá, ale má značné obtíže v grafomotorických dovednostech. Její pohyby jsou nejisté a křečovité. Má tendenci vyhýbat se spolupráci s ostatními dětmi. Při kreslení se projevuje nedostatečná stabilita a přesnost pohybů, což ovlivňuje kvalitu její práce. Dívka má navozený nesprávný úchop psacího náčiní, což dále komplikuje proces učení. Je důležité, aby se v rámci kurzu soustředila na zdokonalení v oblasti grafomotoriky a současně se zapojila do aktivit, které podporují spolupráci s ostatními dětmi. Navzdory těmto obtížím se dívka na psací ploše velmi dobře orientuje, což je pozitivní aspekt, na který je třeba upozornit. Je také důležité, aby se v rámci kurzu věnovala zlepšení a dosažení vhodného držení těla při práci.

5. Analýza výzkumného šetření a interpretace výsledků

	Dítě 1			Dítě 2			Dítě 3			Dítě 4			Dítě 5			
	před	po	rozdíl	před	po	rozdíl	před	po	rozdíl	před	po	rozdíl	před	po	rozdíl	Průměrné zlepšení
Sezení a držení těla při kreslení a psaní	1	3	2	1	4	3	3	5	2	2	4	2	2	5	3	2,4
Vhodný úchop psacího náčiní	1	5	4	1	5	4	1	3	2	2	5	3	1	4	3	3,2
Svalové napětí a tlak na podložku	1	3	2	3	4	1	1	3	2	2	5	3	1	5	4	2,4
Plynulost pohybů při vedení linií	2	5	3	2	4	2	1	4	3	2	5	3	2	5	3	2,8
Správnost napodobovaných linií	4	5	1	3	4	1	2	5	3	4	5	1	1	5	4	2
Orientace na psací ploše	4	5	1	2	4	2	2	5	3	3	5	2	5	5	0	1,6

Z analýzy uvedené tabulky vyplývá, že u žádného dítěte, které jsem zkoumala, nedošlo ke zhoršení ve sledovaných oblastech. Naopak lze pozorovat vysokou úspěšnost dětí v jednotlivých oblastech grafomotorických dovedností.

Dítě 1: Po absolvování kurzu došlo k význačnému rozvoji grafomotorických dovedností dítěte. Jeho schopnost provádět pohyby se výrazně zlepšila, což zahrnuje jak hrubou, tak jemnou motoriku. Sezení a správné držení těla jsou nyní lepší, avšak je stále občas potřeba chlapce upozornit. Při kreslení stále dochází k svalovému napětí a tlaku na podložku, nicméně orientace na psací ploše je bez problémů. Chlapec projevuje větší stabilitu a přesnost pohybů, což má pozitivní dopad na jeho schopnost kreslit a později i psát. Špetkový úchop, který byl dříve problematický, chlapec ovládá.

Dítě 2: Po absolvování grafomotorického kurzu došlo k výraznému zlepšení chlapcových grafomotorických dovedností. Jeho špetkový úchop byl úspěšně navozen, což znamená, že nyní dokáže lépe a efektivněji manipulovat s psacími nástroji. Tento pokrok naznačuje, že se také zlepšilo jeho svalové napětí, které je nyní vyváženější, a to díky vhodnějšímu sezení a držení těla. Soustředění a pozornost při grafomotorickém nácviku chlapce se výrazně zlepšily, což přispělo k lepší regulaci jeho hyperaktivních projevů. Jeho pohyby jsou nyní plynulejší a zvládá správné napodobování linií, avšak někdy je ve svém tempu ukvapený. Orientaci na papíře zvládá, občas však potřebuje připomenutí, kde má začít. Kurz měl tedy pozitivní dopad a přispěl k jeho rozvoji schopností v oblasti grafomotoriky a k celkovému zlepšení jeho motorických dovedností.

Dítě 3: Po absolvování grafomotorického kurzu a postupném zařazování složitějších pracovních úkolů došlo k výraznému zlepšení. Přestože se stále projevuje tendence k málo uvolněné ruce, křečovité pohyby zmizely. Aktivní péče věnovaná uvolnění ramene, lokte, zápěstí a prstů pomohla zlepšit stabilitu a přesnost dívčiných pohybů. Díky postupnému snižování silného tlaku na psací náčiní se její psaní postupně zlepšuje. Zvládá napodobování jednoduchých linií na výbornou, ale stále se zaměřuje na zdokonalování správného úchopu psacího náčiní. Také se prodloužila doba soustředění na jednu činnost, což ji podporuje v dalším rozvoji grafomotorických dovedností. Dívka se také naučila správně držet tělo při pracovních návycích, orientace na psací ploše jí již nadále nečiní problémy. Tyto pozitivní změny naznačují, že grafomotorický kurzy má výrazný vliv na zlepšení jejích schopností.

Dítě 4: Po absolvování grafomotorického kurzu došlo u dívky k pokroku. Nadále se velmi aktivně zapojuje do všech nabízených činností a dokáže své úkoly rychle a efektivně splnit. Její schopnost správného držení psacího náčiní se výrazně zlepšila a již jí správný špetkový úchop nedělá problém. Celkově je dívčina grafomotorika na velmi dobré úrovni. Dívka na grafomotorickém kurzu získala nové dovednosti a jistotu, a to jí umožňuje lépe zvládat i těžší úkoly. Její svalové napětí a tlak na podložku jsou přiměřené, což přispívá k plynulosti pohybů. Správné napodobování linií a orientace na ploše papíru jsou již bezproblémové. Jediné, na co je třeba občas dívku upozornit, je správné sezení, aby si zajistila optimální podmínky pro práci. Grafomotorický kurz velmi přispěl k celkovému rozvoji a projevuje se výrazně ve zlepšení grafomotorických schopností.

Dítě 5: Po absolvování grafomotorického kurzu došlo u dívky k pozitivnímu pokroku. Její správný úchop psacího náčiní se výrazně zlepšil, což přispělo k přesnosti napodobovaných linií při kreslení a později psaní. Lze pozorovat plynulost pohybů a svalové napětí již taktéž vymizelo. Správné držení těla během práce dívka zvládá velmi dobře. Její rozvoj v oblasti grafomotoriky je nyní podpořen nejen technickými dovednostmi, ale také lepší schopností zapojení do společných aktivit. Díky tomu se také začala více zapojovat do kolektivu a projevuje větší ochotu spolupracovat s ostatními dětmi.

6. Závěr výzkumného šetření a doporučení

Po důkladné analýze a prozkoumání grafomotorického kurzu pro děti s lehkým mentálním postižením jsem dospěla k závěru, který svědčí o významných přínosech tohoto programu. Z tabulky je patrná vysoká míra úspěšnosti u všech dětí v jednotlivých aspektech. Metody a aktivity v rámci kurzu jsou efektivní a podporují grafomotorický vývoj dětí s lehkým mentálním postižením. Všechny aktivity jsou motivační a zacílené na schopnost se soustředit a zlepšení grafomotorické dovednosti.

Jedním z nejvíce pozitivních bodů kurzu je jeho úspěšnost v podpoře rozvoje grafomotorických dovedností dětí. Průběžné hodnocení ukázalo zlepšení v klíčových oblastech, jako je vhodný úchop psacího náčiní, plynulost pohybů při vedení linií, sezení a správné držení těla při kreslení a psaní a svalové napětí. Tyto výsledky jsou důkazem efektivity použitých metod a aktivit v rámci kurzu.

Nicméně, je důležité si uvědomit, že tyto závěry nelze obecně aplikovat na celou populaci dětí s lehkým mentálním postižením.

Celkově lze říci, že grafomotorický kurz pro děti s lehkým mentálním postižením přinesl pozoruhodné výsledky. Jeho úspěch spočíval v efektivních metodách a pozitivní atmosféře. Doporučuji další podobné programy, které by mohly podpořit rozvoj grafomotorických dovedností u dětí s lehkým mentálním postižením.

ZÁVĚR

Ve své bakalářské práci jsem se zaměřila na problematiku grafomotoriky u dětí s lehkým mentálním postižením v návaznosti na školní připravenost. Práce cílila na význam rozvoje grafomotorických dovedností a schopností. Také jsem se věnovala analýze grafomotorického rozvoje, která zahrnovala popis specifických obtíží a techniky podporující děti při uvolňování ruky a těla při kreslení.

V teoretické části jsem se zaměřila na několik klíčových aspektů souvisejících s grafomotorikou u dětí s lehkým mentálním postižením. Začala jsem definicí mentálního postižení, kde jsem uvedla charakteristiky tohoto pojmu od různých autorů. Dále jsem se zabývala hrubou a jemnou motorikou, která má vliv na zdokonalování grafomotorických dovedností, a rovněž lateralitou. Zjistila jsem, že grafomotorika je důležitým aspektem vývoje dětí s lehkým mentálním postižením. Tato dovednost je u dětí s lehkým mentálním postižením narušená v různých mírách a oblastech. Toto narušení může být ovlivněno různými faktory, včetně snížené schopnosti koncentrace, pozornosti a špatných grafomotorických návyků. Poté jsem se zaměřila na vhodné pracovní návyky při kreslení a psaní, jako jsou správné držení těla a vhodný úchop psacího náčiní. Mým cílem bylo poskytnout komplexní pohled na problematiku grafomotoriky u dětí s lehkým mentálním postižením a představit teoretický rámec pro práci v této oblasti.

V praktické části jsem zjistila, že grafomotorický kurz, který je speciálně navržen pro děti s lehkým mentálním postižením, přináší pozoruhodné výsledky. Aktivity v kurzu jsou motivující a směřují ke zlepšení grafomotorických dovedností a schopnosti koncentrace u těchto dětí.

V závěru této práce je patrné, že efektivní podpora grafomotorického vývoje u dětí s lehkým mentálním postižením je velmi důležitá pro jejich úspěch ve školním prostředí i v běžném životě. Porozumění individuálním potřebám těchto dětí je nezbytné. Ze zkoumaných metod a přístupů vyplývá, že kombinace terapií zaměřených na motorické dovednosti a komunikační schopnosti má pozitivní vliv na celkový grafomotorický rozvoj. Nicméně, je důležité zdůraznit, že každé dítě je jedinečné a vyžaduje individuální přístup. Budoucí práce by měly směřovat k dalšímu zkoumání a zdokonalení terapeutických strategií a metod, aby bylo dosaženo

co nejlepších výsledků v podpoře grafomotorických schopností u dětí s lehkým mentálním postižením.

Seznam použité literatury a internetových zdrojů

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a ŠMARDOVÁ, Vlasta. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. Ilustroval Richard ŠMARDA. Moderní metodika pro rodiče a učitele. Brno: Computer Press, 2011. ISBN 978-80-251-1829-0.

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a ŠMARDOVÁ, Vlasta. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Dětská naučná edice. Brno: Computer Press, 2006. ISBN 80-251-0977-1.

LANGMEIER, Josef; KREJČÍŘOVÁ, Dana a LANGMEIER, Miloš. Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyziologie. 2. vyd. Praha: H & H, 2002. ISBN 80-7319-016-8.

MLČÁKOVÁ, Renata. *Grafomotorika a počáteční psaní*. Pedagogika (Grada). Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2630-4.

PRŮCHA, Jan; WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník*. 6. ,aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-647-6.

SOVÁK, Miloš: Výchova leváků v rodině. Praha: SPN, 1985.

ŠVARCOVÁ-SLABINOVÁ, Iva. *Mentální retardace: vzdělávání, výchova, sociální péče*. Vyd. 3., přeprac. Speciální pedagogika (Portál). Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-060-7.

VÁGNEROVÁ, Marie a LISÁ, Lidka. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vydání třetí, přepracované a doplněné. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2021. ISBN 978-80-246-4961-0.

VALENTA, Milan; MICHALÍK, Jan a LEČBYCH, Martin. *Mentální postižení: v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. Psyché (Grada). Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3829-1.

VALENTA, Milan; MÜLLER, Oldřich; VÍTKOVÁ, Marie; MICHALÍK, Jan; KOZÁKOVÁ, Zdeňka et al. *Psychopedie*. Šesté aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Parta, 2021. ISBN 978-80-7320-290-3.

VYSKOTOVÁ, Jana a MACHÁČKOVÁ, Kateřina. *Jemná motorika: vývoj, motorická kontrola, hodnocení a testování*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4698-2.

Elektronické zdroje:

Gragomotorika.eu. [online]. [cit. 2024-03-21].
Dostupné z: http://www.grafomotorika.eu/fyziologicky-vyvoj-uchopu-u-deti/

RVP – rámcové vzdělávací programy. [online]. [cit. 2024-03-21].
Dostupné z: https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/

World Health Organization: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems [online]. [cit. 2024-03-21].
Dostupné z: https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). [online]. [cit. 2024-03-21].
Dostupné z: https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-561

Seznam příloh:

Příloha č. 1: Úchop dlaňový

Příloha č. 2: Úchop dlaňový s palcem nahoře

Příloha č. 3: Úchop dlaňový s palcem dole

Příloha č. 4: Úchop špetkový

Příloha č. 5: Hrstičkový úchop

Příloha č. 6: Špetkový úchop se silným přítlakem na psací náčiní

Příloha č. 7: Špetkový úchop se sevřenými prsty v dlani

Příloha č. 8: Úchop s vysoko položeným ukazováčkem

Příloha č. 9: Úchop s palcem přes psací náčiní

Příloha č. 10: Klarinetový úchop

Příloha č. 11: Cigaretový úchop

Přílohy:

Příloha č. 1: Úchop dlaňový

Příloha č. 2: Úchop dlaňový s palcem nahoře

Příloha č. 3: Úchop dlaňový s palcem dole

Příloha č. 4: Správný úchop – špetkový úchop

Příloha č. 5: Hrstičkový úchop

Příloha č. 6: Špetkový úchop se silným přítlakem na psací náčiní

Příloha č. 7: Špetkový úchop se sevřenými prsty v dlani

Příloha č. 8: Úchop s vysoko položeným ukazováčkem

Příloha č. 9: Úchop s palcem přes psací náčiní

Příloha č. 10: Klarinetový úchop

Příloha č. 11: Cigaretový úchop