

„Uwarunkowania rozwoju małej i dużej motoryki dzieci w wieku przedszkolnym”

Pojęciem MOTORYKA określa się sprawność ruchową.

Ruch jest naturalną potrzebą każdego dziecka w wieku przedszkolnym. Stanowi on istotny czynnik w jego rozwoju fizycznym. Dziecko w tym wieku nie może długo skoncentrować się na jednej czynności, co powoduje konieczność częstych zmian zabaw ruchowych i ćwiczeń gimnastycznych.

Istnieje kilka rodzajów motoryki.

- **Motoryka duża** - sprawność ruchowa całego ciała jak: chód, bieg, skoki, wspinanie się i inne formy przystosowania się do warunków terenu, wyrażające się w pokonywaniu różnych przeszkód: krawężników, schodów, rowów, wzniesień itp. Sprawność ruchowa to także szybkość i płynność ruchów.
- **Motoryka mała** - sprawność ruchowa rąk w zakresie szybkości ruchów, ich precyzji; czynności manualne niezbędne podczas samoobsługi, rysowania, pisania. Dzieci w wieku przedszkolnym przyswajają liczne, inne, nieraz złożone ruchy są to min czynności sprzątania, nakrywania do stołu, ubierania się, nawlekania (np. na nitkę) przybijania, malowania itp.

Prawidłowe kształtowanie się i prawidłowy rozwój motoryczny dziecka w wieku przedszkolnym stanowi podstawę kształtowania się i rozwoju jego osobowości, jak również decyduje o dojrzałości szkolnej. W parze z rozwojem motorycznym dziecka postępuje rozwój mowy.

- **Motoryka narządów mowy** – sprawność ruchowa narządów mowy, która decyduje o poprawności wymowy

Prawidłowo ukształtowane narządy artykulacyjne umożliwiają swobodne, słowne porozumiewanie się między ludźmi, natomiast rozwój manualny i ruchowy ułatwia

- wykonywanie prostych zadań,
- szybkie nabywanie umiejętności samoobsługowych,
- rozwija precyzję ruchów,
- kształtuje napięcie mięśniowe,

- kształtuje ogólną zręczność.

Są to niezmiernie ważne czynniki, ponieważ z chwilą ich zaburzenia u dzieci w wieku przedszkolnym, a później w szkole utrzymuje się mała precyzja, kurczowe trzymanie kredki czy ołówka, częste współruchy, trudności w majsterkowaniu, wycinaniu, zapinaniu guzików. Dzieci o obniżonej sprawności manualnej napotykać szczególnie trudności w szkole podczas przepisywania tekstu lub pisania ze słuchu. Z uwagi na wolne tempo pracy, nie nadążają za innymi dziećmi, co może często powodować u nich zaburzenia o charakterze emocjonalno-motywacyjnym (poczucie niższej wartości, brak chęci do nauki z powodu braku sukcesów, drażliwość), stanowiące podstawę do powstawania różnych trudności wychowawczych.

Ponadto dzieci z niezręcznością manualną mają trudności w rysowaniu, w pisaniu, stąd widzimy u nich brzydkie pismo, brak połączeń między literami, zmiany wielkości i kąta nachylenia pisma, wolne tempo pisania, pogięte kartki, liczne skreślenia i poprawki.

Na podstawie obserwacji wśród dzieci w wieku przedszkolnym można mówić o ścisłej zależności pomiędzy poziomem sprawności motoryki dużej i małej (ruchowej i manualnej), a motoryki artykulacyjnej.

Jeśli u dziecka obserwuje się obniżony poziom sprawności w zakresie motoryki małej i dużej to zaburzona może być motoryka artykulacyjna. Jeśli natomiast ogólna sprawność motoryczna jest wysoka, to wysoki jest także poziom sprawności narządów mowy. Dobrze jest więc stymulować, pobudzać u dzieci rozwój wszystkich tych sprawności równocześnie. Istotną formą pobudzającą rozwój dziecka jest zabawa. Jest to swoista forma autokomunikacji, dzięki której dziecko wykonuje określone czynności ruchowe i słowne. Poprzez zabawę możemy korygować pewne braki sprawnościowe dziecka.

Podobnie rzecz się ma z wszelkiego rodzaju pracami domowymi. Udział dziecka w pracy domowej, jest nie mniej ważny dla jego rozwoju, niż zabawa. Proste prace domowe kształtują bowiem, oprócz pozytywnych cech charakteru i usposobienia, również spostrzegawczość, uczą zaradności, a przede wszystkim usprawniają ręce: dłonie i palce. Dlatego jeżeli dziecko ma problemy z prawidłową wymową i małą sprawnością narządów mowy należy przyrzeć się ogólniej sprawności motorycznej dziecka. Im bardziej dziecko jest samodzielne w działaniu, aktywne i im chętniej bierze udział w życiu grupy, tym jest bardziej sprawne pod względem intelektualnym i merytorycznym. A właśnie te sprawności, są niezbędne do zdobywania sukcesów w szkole.

Dlatego tak istotne są wszelkiego rodzaju ćwiczenia motoryki dużej i małej.

Źródło:

- logopedia.pl/index.php?option=com_content&task=view&id=360&Itemid=37,
- Bogdanowicz M., Adryjanek A., "Uczeń z dysleksją w szkole. Poradnik nie tylko dla polonistów"
- Spionek H.; Zaburzenia psychoruchowego rozwoju dziecka; PWN; Warszawa 1965.
- M.Bogdanowicz, Psychologia kliniczna dziecka w wieku przedszkolnym, WsiP, W-wa, 1985r.
- G.Demelowa, Minimum logopedyczne dla nauczycieli przedszkola, WsiP, W-wa, 1979r.
- A.Franczyk, K.Krajewska, Program psychostymulacji dzieci w wieku przedszkolnym z deficytami i zaburzeniami rozwoju)
- Magdalena Wasylewicz, marzec 2004, Brzozowska Gazeta Powiatowa

Oto kilka przykładowych ćwiczeń:

Przykłady ćwiczeń motoryki dużej:

- ćwiczenia wyprostne, mające na celu zachowanie i utrzymanie prawidłowej postawy ciała;
- różne rodzaje zabaw rzutnych (piłka, ping-pong, badminton);
- różne rodzaje zabaw skocznych (gra ze skakanką, gra "w klasy");
- ćwiczenia na równoważni o wysokości zapewniającej pełne poczucie bezpieczeństwa;
- zabawy rytmiczne polegające na wyrażaniu ruchem muzyki, zachęcanie do swobodnej ekspresji ruchowej;
- udział w różnego rodzaju zawodach z partnerami o zbliżonych możliwościach ruchowych, z rozwijaniem właściwej motywacji i zapobieganiem negatywnym ocenom rówieśników;
- chodzenie po kładce bez pomocy (na płaskiej przestrzeni położyć deskę-kładkę);
- machanie kijem lub drewnianym kołkiem w celu trafienia nieruchomego przyrządu wiszącego na wysokości ramion;
- chodzenie na obu rękach z trzymanymi w górze nogami dziecka;
- przeciąganie liny trzymanej przez drugą osobę przy użyciu niewielkiej siły;
- wykonywanie skoków, chodzenie nogami po wymyślonej drabinie;
- przeskakiwanie przez powoli kołyszącą się linę, chodzenie z podwiniętymi palcami stóp;
- ćwiczenia tułowia, skłony i skręty w różnych kierunkach, przód, tył, w prawo, w lewo;
- przejście po kładce z różnymi przedmiotami w ręku;
- zabawy i ćwiczenia kształtujące orientację w schemacie ciała (Pokaż proszę, gdzie masz oczy, gdzie masz uszy a gdzie nos. Gdzie masz ręce, gdzie masz nogi, gdzie na głowie rośnie włos- mówimy coraz szybciej, dziecko wskazuje odpowiednio oczy, uszy...)
- zwijanie palcami stóp (apaszek, kocyków);
- zabawy na czworaka z pokonywaniem przeszkód;
- zabawy z piłką- toczenie piłki po podłodze przez dwoje dzieci, strzelanie do bramki, podrzuty piłki do góry, chwyt rękami w leżeniu na podłodze, dmuchanie w parach na piłkę;

Przykłady ćwiczeń motoryki małej:

- swobodne bazgranie na dużych arkuszach papieru, flamastrami, kredkami świecowymi, pastelami
- nawlekanie koralików, przewlekanie sznurków, tasiemek, sznurowadeł przez różne rzeczy i otwory
- wieszanie ubranek dla lalek na sznurku i przyczepianie ich klamerkami do bielizny
- zamalowywanie dużych powierzchni farbami grubym pędzlem dziecko stoi (nie siedzi) przy stoliku odpowiedniej do jego wzrostu wysokości
- zamalowywanie obrazków w książeczkach do malowania
- kalkowanie obrazków
- obrysowywanie szablonów
- wciskanie w tablicę korkową pinezek- wyjmowanie ich
- zbieranie drobnych elementów (pieniążki, ziarenka, guziczki- dwoma palcami kciukiem i wskazującym, zbieranie wyżej wymienionych przedmiotów pęsetą
- cięcie po narysowanych liniach - prostych frędzelki, - falistych serwetki
- wycinanie najpierw prostych, potem nieco bardziej skomplikowanych kształtów z papieru kolorowego
- ugniatanie papierowych kul i rzucanie nimi do celu
- wykonywanie drobnych ruchów palcami: spacerowanie palcami po stole, zabawa „idzie kominiarz po drabinie”, naśladowanie gry na pianinie, odtwarzanie rytmu padającego deszczu
- modelowanie z plasteliny, modeliny, masy papierowej najpierw kuleczek, wałeczków; później form bardziej złożonych - zwierząt, postaci ludzkich, liter
- stemplowanie i kolorowanie
- wydzieranie z kolorowego papieru i naklejanie wydzieranki na papier
- rysowanie w liniach wzorów litero podobnych i szlaczeków
- strząsanie wody z palców
- zgniatanie kartki papieru jedną ręką w małą kulkę
- zabawy pacynką
- przyszywanie guzików
- szycie prostymi ściegami
- krążenia palcami, np. jednego palca wokół drugiego nieruchomego, wokół siebie obu palców
- ćwiczenia dłoni- wymachy, krążenia, uderzenia, pocierania, otwierania, zamykania
- ściskanie piłeczek

- zwijanie palcami chusteczek, apaszek
- rysowanie patykiem po ziemi
- faliste ruchy ramion - zabawa w przylot i odlot bocianów
- przy wolnym chodzie ruchy rąk jak podczas pływania żabką - zabawa w naukę pływania
- zabawa w pociągi - ruch rąk naśladuje obroty kół
- zabawa w pranie, rozwieszanie bielizny i prasowanie
- zabawa w gotowanie obiadu - naśladowanie wałkowania ciasta, mieszania gęstej zupy, kręcenia kranem, ubijania piany
- rysowanie szlaczków Dennisona
- gry w pchełki, bierki, kręgle, bilard stołowy
- rzucanie woreczków lub piłeczek - kto dalej
- toczenie piłki do dołka
- przerzucanie piłki średniej wielkości z ręki prawej do lewej i podrzucanie jej raz prawą, raz lewą ręką
- podbijanie balonika wyłącznie palcami prawej i lewej ręki
- wypuszczanie piłeczki tenisowej z ręki w dół i próby chwytania jej w locie, samymi palcami - zanim odbije się od podłogi
- "rysowanie" palcami w powietrzu określonego przedmiotu
- układanie z elementów geometrycznych postaci ludzkich, zwierząt, domków itp.
- układanie z patyczków, np. płotów