



Mgr. Miriam Maslíková,
školský špeciálny pedagóg

Zásady správneho písania a kreslenia u ľavákov, pravákov a detí s dysgrafiou.

Ak chceme, aby dieťa správne písalo, je potrebné ho viesť k dodržiavaniu návykov a zásad. Platí to pre deti predškolského i školského veku. Ak sa naučí nesprávne návyky, veľmi ťažko sa odstraňujú a niekedy sa nepodaria vôbec odstrániť. Je dôležité mať na pamäti individuálny prístup najmä pri práci s deťmi.

Písmo v škole. Výučba a veľkosť písma – latinky je 1:1:1. Na dodržiavanie týchto pomerov sú vhodné pomocné linky v zošite. V súčasnosti ich má väčšina zošitov predtlačené. Ďalším znakom správneho písania písma je jeden ťah. Okrem písmena x, ktoré píšeme dvoma ťahmi. Ostatné písmená sú jednoťahové. Porušiť sa písanie týmto spôsobom môže, ak dieťa vynecháva diakritické znamienka. Sklon písma sa odporúča u pravákov 60-90 stupňov, pričom optimálne je 75 stupňov. Cieľom je jednotný sklon.

Všeobecné zásady správneho písania:

Navodenie pozitívnej atmosféry - pre úspešné písanie je dôležitá motivácia, radostný prístup k písaniu je základom úspechu.

Správne sedenie – vhodná veľkosť nábytku, pohodlné sedenie na celej stoličke a s tým spojenú stabilitu. Chodidlá celou plochou opreté o podlahu. Päty sú pod kolenami. Dôležitá je vzdialenosť hlavy od podložky a rovný chrbát. Ruka, ktorá nepíše, pridržuje zošit.

Uvoľnenie ruky – sa odporúča pred samotným písaním ale i v priebehu písania. Precvičujeme uvoľnenie celej ruky od ramenného kĺbu cez lakeť, zápästia až k prstom.

Držanie písacích potrieb – správne je, ak sa palec opiera bruškom a prostredník pero podopiera. Ukazováčik je mierne zhora, prsty mierne pokrčené, nie prehnuté.

Natočenie zošita – správne natočenie je u pravákov smerom vľavo tak, aby pravý roh smeroval doľava nahor. U ľavákov je to naopak. Len tu nie je podmienkou natočenie, ak to žiakovi vyhovuje mať vodorovne, rešpektujeme to.

Zaistenie vhodného osvetlenia – dieťa si nesmie tieniť, preto svetlo dopadá na písaciu plochu u pravákov zľava a u ľavákov zasa sprava. Svetlo nesmie byť príliš intenzívne, aby nepoškodzovalo zrak a dieťa neoslňovalo.

Primeraný čas, počas ktorého dieťa píše – čas písania by nemal presahovať 10 minút /4 riadky formátu A5/. Vekom dieťaťa sa čas úmerne zvyšuje. Tento čas je dôležité rešpektovať pri písaní domácich úloh.

Výber písacích a kresliacich potrieb. Deti v 1. triede píšu najskôr ceruzkou, vhodná je č. 2 a po odľahčení ruky prechádzajú na písanie perom. Kým sa tak stane, je to prípravné obdobie. Väčšina výrobkov je už vybavená ergonomickou úchopovou zónou v tvare trojuholníka, ktorá navádza dieťa na správne držanie. Ergo nezaručí správne držanie, je nutné dieťa vedome viesť už v materskej škole, už od chvíle, keď dieťa berie do ruky písacie, kresliace potreby.

Odporúčanie :

Pero Tornádo s ergo držaním a masážnymi bodmi je vhodné pre pravákov, ľavákov aj deti s dysgrafiou. K uvoľneniu ruky môžu deťom pomôcť napríklad fixy colour world.

„Písanie nanečisto“ – písanie na cvičný papier, je **nevhodné**, pretože ruka dieťaťa je unavená a písanie úlohy do zošita sa mu už nedarí. Správne písanie znamená **správne držanie – štipcový úchop**, kde palec drží, prostredník podopiera a ukazováčik je položený mierne zhora. Na uvoľnenie ruky je **vhodné maľovanie štetcom** – primeraný tlak.

Pomoc pri tlačení na písacie potreby. Dieťa, ktoré príliš tlačí na písacie potreby treba viesť k uvoľneniu ruky. Krúživé pohyby robiť pri maľbe štetcom, špongiou n tabuľu, kreslením na zavesený papier a podobne. Jemnú motoriku treba precvičovať pri hraní s drobnými predmetmi – navliekanie korálikov, šnúrok do topánok, stavanie mozaiky, stavanie s drobnými kockami, skladačkami a podobne.