

Zabawy plastyczne a rozwój grafomotoryki dziecka

*"Plastyka jest formą wyrażania pragnień, nadziei, zwątpień, radości smutków
oraz najbardziej fantastycznych marzeń"*
Stanisław Popek

W dobie wszechobecnej telewizji, tabletów i komputerów coraz częściej słyszymy „Mamo, daj mi telefon. Mamo, mogę zagrać? Mamo, nudzi mi się! Nie mam nic do zabawy!” Ponadto badania pokazują wzrastający odsetek dzieci, które w wieku wczesnoszkolnym mają ogromne problemy w zakresie sprawności manualnej. Przejawiają się one najczęściej w:

- niewłaściwej koordynacji obu rąk, szybkości ruchów rąk,
- nadmiernym napięciu mięśniowym – zbyt duży nacisk kredki, które powoduje, że linie rysunków są grube, często dochodzi do darcia papieru, łamania kredek, ruchy ręki są gwałtowne, mało płynne,
- zbyt słabym napięciu mięśniowym, które powoduje, że linie rysunku są nikłe, czasem ledwie widoczne, linie proste nierówne, faliste lub przerywane.

Powodów takiej sytuacji jest z pewnością wiele. Na szczęście każdy z nas Rodziców może pomóc swojemu dziecku w rozwijaniu sprawności manualnej już dzisiaj! Z pomocą przychodzi SUPERBOHATERKA PLASTYKA! Na czym polega jej wyjątkowość? Plastyka jest wszędzie w okolicy, na wyciągnięcie ręki! Plastyka może być za darmo! Plastyka może zająć minutkę, godzinę a nawet cały dzień! Z plastyką możemy się bawić gdziekolwiek jesteśmy! Plastyka jest dla małych i dużych, zdrowych i chorych, wesołych i smutnych...dla każdego!!!

Twórczość plastyczna pełni szczególną rolę w życiu dziecka. Jest obok mowy podstawową formą wypowiedzi i elementem twórczego myślenia. Dla nauczyciela jest źródłem lepszego poznania wychowanka, jego emocji, zainteresowań i rozwoju intelektualnego. Działalność plastyczna rozwija poczucie piękna i estetyki, pozwala dostrzec piękno przyrody i gromadzić doświadczenia dotyczące otaczającego świata. Ponadto pozytywnie wpływa na emocje dziecka, sprawia mu radość z możliwości tworzenia i poszukiwania nowych rozwiązań. Zajęcia plastyczne rozwijają umiejętność twórczego myślenia, wyobraźni, pomysłowości i kreatywności dziecka. Są przedmiotem doświadczania, uczą wiary we własne siły i możliwości. Dziecko pozytywnie spostrzega samego siebie: "potrafię to zrobić", "ja sam to zrobiłem", jest zadowolone z siebie, potrafi pokonać lęk i obawę przed stawianym mu zadaniem.

Ćwiczenia manualne oraz graficzne ułatwiają dziecku w przyszłości naukę pisania. Należy pamiętać tutaj, iż rysowanie szlaczków i pisanie powinno być poprzedzone długim okresem przygotowywania rączki do tak precyzyjnych ruchów. Ogromnie ważne jest aby dziecko nazwało swoją pracę, nadało jej tytuł, opowiedziało o emocjach jakie towarzyszyły mu podczas twórczości. Wywieśmy swoje arcydzieła i posprzątajmy razem. Z czasem dziecko coraz chętniej będzie sięgało „do magicznego worka plastyki”. Pozwólmy mu więc na swobodną zabawę i nagradzajmy go pochwałami za każdorazowy przejaw działalności plastycznej. Ponadto kontrolujmy postawę, światło oraz ułożenie narzędzia pisarskiego!

Efektom plastycznej twórczości dziecka będzie większa chęć do pracy w zeszytach ćwiczeń w szkole, myślenie twórcze na wysokim poziomie oraz silne i stabilne poczucie własnej wartości - fundament dalszej edukacji. Zapraszam więc do zapoznania się z najprostszymi zabawami plastycznymi, które w przyjemny sposób pozwolą na różnorakie i radosne rozwijanie umiejętności grafomotorycznych dzieci w wieku przedszkolnym. Pamiętajmy, że zabawa z rodzicem to dla malucha zabawa bardzo atrakcyjna i ciekawa...więc do dzieła! Tak, tak – do dzieła! A dzieła powstaną wyjątkowo piękne i niepowtarzalne -WASZE!

Dziękuję za Państwa uwagę. Jeśli macie Państwo ochotę zapoznać się z różnymi zabawami i technikami plastycznymi, zachęcam do przeczytania poniższych wpisów. mgr Jolanta Rutka

- **Zabaw w rysowanie dla najmłodszych lub nieco starszych ale opornych** 😊

"Zabawa w rysowanie" to **zabawa ruchowa**, do której wplatamy elementy czynności graficznych. Zaczynamy od najprostszych tj. rysowanie patykiem na piasku czy mazanie palcem po papierze/zaparowanej szybie - dzieci mają odczucie że bawią się a nie że rysują. Zabawa ruchowa powinna być tak zaplanowana, aby stwarzała liczne preteksty co do czynności o charakterze graficznym. Z czasem tych czynności powinno być coraz więcej, tak że w końcowym etapie zabawa przeradza się samorzutnie w zajęcia plastyczne.

Wskazane jest aby wytwory dziecka po każdych zajęciach były eksponowane np. nad jego łóżkiem, za szkłem biblioteczki itp. i pokazywane w obecności dziecka rodzinie i osobom odwiedzającym. **Wytwory powinny być akceptowane i chwalone!**

Zabawy najlepiej zaczynać od ćwiczeń rozluźniających, wprowadzających dzieci w dobry nastrój.

Zabawa w rysowanie - przykłady ćwiczeń:

- malowanie palcami i całymi dłońmi "Namaluj cokolwiek zechcesz, powiedz mi, gdy obraz będzie skończony"
- ślady- pozostawianie na papierze odcisków dłoni i stóp umoczonych w farbie
- malowanie grubym pędzlem - na dużych arkuszach papieru dzieci kolorem pokrywają papier w dowolny sposób
- obrysowanie dłoni i stóp - przy użyciu narzędzia np. kredy lub ołówka
- obrysowywanie całego ciała - na arkuszu papieru pakunkowego dziecko obrysowuje rodzeństwo lub rodzica
- obrysowywanie przedmiotów - są to kolejne kroki przygotowujące dziecko do samodzielnego rysowania
- rysowanie według gotowych szablonów - czyli wzdłuż ścianek otworów gotowych plastikowych szablonów. Ważne w tej zabawie jest uzyskanie zadowalającego efektu w szybki i łatwy sposób, co silnie motywuje do dalszych zajęć
- zabawa w "mapę"- malowanie wspólnie z rodzicem na dużym arkuszu papieru planu miasta z ulicami po których będą mogły jeździć samochody zabawki. Kreślenie linii równoległych, zakoli, pętli, prostych schematów rysunkowych.

- **Zabawy usprawniające technikę pisania i rysowania**

Bardzo istotne dla rozwoju motoryki są zabawy, w których czynności ruchowe odbywają się pod ścisłą kontrolą wzroku. Są to tzw. ćwiczenia grafomotoryczne kształcące zarówno motorykę, percepcję wzrokową, jak i koordynację wzrokowo-ruchową. Oto przykłady wybranych zabawy, które w fantastyczny sposób usprawnią technikę pisania i rysowania przedszkolaków:

1. Zabawy ułatwiające opanowanie prawidłowego chwytu i sposobu trzymania ołówka:

- lepienie kulek, wężyków z plasteliny
- wydzieranie drobnych papierków
- rysowanie w płaszczyźnie poziomej; na papierze leżącym na ławce, gdy dziecko stoi, a jego ręka swobodnie zwisa ku dołowi
- rysowanie w płaszczyźnie pionowej: na papierze rozpiętym na ścianie lub tablicy, gdy dziecko stoi, unosząc rękę na wysokość dolnej części twarzy
- stosowanie plastikowych nasadek na narzędzia służące do pisania.

2. Zabawy współpracy ręki i oka:

- rysowanie po śladzie, wypełnianie wykropkowanych linii, obwiedzenie konturów rysunku
- kalkowanie rysunków przez kalkę techniczną
- obrysowywanie przedmiotów i rysowanie z użyciem szablonów
- zamalowywanie rysunków konturowych
- kreślenie fali i spirali
- zakreskowanie pól liniami pionowymi, poziomymi, ukośnymi, falistymi
- wypełnianie rysunku innymi materiałami np. wydzieranka, plastelina, wata
- wycinanie i wklejanie rysunków

3. Zabawy usprawniające koordynację całego ciała:

- rysowanie oburącz, leniwa ósemka
- zabawy ruchowe przy muzyce
- ćwiczenia ogólnorozwojowe

4. Zabawy wytwarzające nawyki ruchowe związane z kierunkiem pisania (automatyzacja ruchów):

- kreślenie linii z zachowaniem kierunku; linie pionowe z góry na dół, linie poziome od lewej strony do prawej
- rysowanie kół w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara tak jak podczas pisania litery C
- rysowanie szlaczków rozpoczętych od lewej strony

5. Zabawy rozwijające orientację w schemacie ciała i przestrzeni:

- wskazywanie dziecku części ciała i nazywanie ich
- obrysowywanie różnych części ciała i nazywanie ich
- wielokrotne zwracanie się do dziecka z poleceniem np. podaj prawą rękę, podnieś lewą nogę itp.
- wskazywanie przedmiotów na obrazku i określanie ich położenia
- zabawy ruchowe polegające na wykonywaniu poleceń prowadzącego typu: zrób krok do przodu itp.

6. Zabawy kontrolujące i regulujące napięcie mięśniowe rąk:

- zabawy dłońmi w ciepłej wodzie
- kreślenie linii, figur, liter, cyfr na tackach z kaszą lub piaskiem
- malowanie palcami
- malowanie za pomocą pędzla do golenia
- modelowanie, wycinanie, wydzieranie
- rysowanie i malowanie w płaszczyźnie pionowej

7. Zabawy ruchowe palców, dłoni i nadgarstków:

- ruchy okrężne nadgarstka
- zginanie i prostowanie nadgarstka
- ćwiczenia dłoni i palców
- odciskanie linii papilarnych paluszków, rysowanie kredkami nakładanymi na palce

8. Zabawy relaksacyjne:

- zaciskanie i rozwieranie pięści na przemian, uświadamianie sobie stanu napięcia mięśniowego i rozluźnienia
- zabawy naśladowujące ruchy np. pryskanie wodą, otrząsanie się z wody.

- **Małe co nieco o poprawnym chwycie narzędzia pisarskiego**

Jedną z głównych przyczyn pisma dysgraficznego jest nieprawidłowy chwyt narzędzia do pisania! Ołówek trzymamy w trzech palcach: pomiędzy kciukiem i lekko zgiętym palcem wskazującym, opierając go na palcu środkowym. Palce trzymające ołówek powinny znajdować się w odległości około 2 cm od powierzchni papieru. Trzymanie narzędzia zbyt nisko sprawia, że dziecko ma trudności ze śledzeniem napisanego tekstu.

Dla dzieci, które nieprawidłowo trzymają ołówek w palcach, zalecane są nasadki plastikowe. Stosowanie takiej nasadki podczas pisania czy rysowania umożliwia skorygowanie nieprawidłowego chwytu narzędzia graficznego. Nasadka jest też pomocna w przypadku, gdy dziecko nie potrafi kontrolować siły chwytu i nacisku na narzędzie w chwili pisania. Ponadto przydaje się, gdy dziecko trzyma palce zbyt blisko kartki papieru, zasłaniając sobie pole widzenia. Nasadki te są przydatne zarówno dla praworęcznych jak i leworęcznych dzieci. Powinno się używać ich tak długo, aż wytworzy się i utrwali prawidłowy sposób trzymania ołówka.

Oprócz wyżej opisanych nasadek na narzędzia do pisania w sklepach papirniczych dostępne są kredki i ołówki o przekroju trójkątnym oraz pióra kulkowe z wgłębieniami na palce dla ręki lewej i prawej.

Pamiętajmy, iż ważną rolę w plastyce i pisaniu odgrywa światło; jeśli dziecko jest praworęczne to światło powinno padać z lewej strony, jeśli leworęczne to z przeciwnej strony, nieco bliżej środka osi.

ZASADY ŁADNEGO PISANIA:

- w czasie pisania siedzi wyprostowany, nie pochyla się; obie ręce ma oparte na przedramionach, ręka pisząca jest ułożona wyżej niż ręka przytrzymująca zeszyt. Krzesło i biurko powinny być przystosowane do wzrostu
- ręką przytrzymuje zeszyt poniżej linii pisania
- używa właściwego narzędzia do pisania. (UWAGA! narzędzie do pisania postawione na papierze i pociągane bez jakiegokolwiek nacisku musi pozostawić ślad, który zadowoli piszącego; narzędzie do pisania nie może być ciężkie, zbyt cienkie, zbyt grube, w miejscu trzymania nie może mieć zgrubień, uskoków, złączeń utrudniających swobodne operowanie.)
- trzyma narzędzie do pisania końcem kciuka i palca wskazującego w odległości ok. 2cm od końcówki piszącej i podtrzymuje palcem środkowym
- swobodnie porusza narzędziem do pisania, wysuwając i kurcząc trzy palce
- swobodnie prowadzi narzędzie do pisania: nie ściska i nie naciska mocno
- swobodnie przesuwają dłoń po kartce, opierając ją na małym palcu, który zachowuje się jak resor
- przestaje pisać, gdy ręka odmawia posłuszeństwa, np. jest zmęczona
- ściśle przestrzega punktów wejścia i kierunków kreślenia (pisania) liter
- pisze litery z wszystkimi ich elementami: kreskami, kropkami, ogonkami itp.
- łączy litery w wyrazach

- **Co plastycznego możemy zrobić razem z dziećmi?**

Wydzieranka jest o tyle cenną czynnością, że dziecko ma bezpośredni kontakt ręki i palców z materiałem (bez użycia narzędzi). Ćwiczenia te pozwalają na większą swobodę ruchów rąk, kształcenie przede wszystkim mięśni palców i umiejętności współpracy między różnymi palcami. Ćwiczenia w wydzieraniu doprowadzają do dużej wrażliwości czuciowej opuszków palców.

Zabawy z wydzieraniem:

- wydzieranie z kolorowego papieru,
- wydzieranie po według linii,
- tworzenie mozaiki z gotowych ścinków,
- naklejanki z elementów wrywanych z papieru z nacięciami,
- mozaika – wydzieranka, naklejanie drobnych odcinków kolorowego papieru jeden obok drugiego,
- kompozycja z kolorowych pasków, dziecko wydziera palcami szerokie paski tworząc barwne pasiaki np. kolorowe zakładki do książek.

Lepienie jest działaniem, które ma szczególne znaczenie w rozwijaniu sprawności manualnej. Angażuje głównie mięśnie palców i dłoni, ćwiczy staw nadgarstka.

Zabawy z lepieniem:

- lepienie kulek różnej wielkości,
- wałkowanie cienkich wałeczków i obwodzenie nimi np. figur geometrycznych z plasteliny lub ciastoliny,
- lepienie miseczek – toczenie kulki z plasteliny, następnie ustawiamy ją na podstawce i wygniatamy z niej palcami wgłębienie,
- toczenie kulek, a następnie ulepienie z nich dowolnych rzeczy,
- ozdabianie tekturowych talerzyków elementami z plasteliny, według pomysłu dzieci,
- lepienie z masy solnej, plasteliny, modeliny, gliny, według podanego tematu lub pomysłowości własnej,
- lepienie różnych form przez łączenie oddzielnie formowanych części.

Malowanie jest doskonałym działaniem usprawniającym ruchy rąk. Nie wymaga ono napięcia mięśni palców, ani nacisku narzędzia. Pozwala na rozluźnienie mięśni, w wyniku czego ruchy są płynne, powolne, szerokie i swobodne.

Zabawy z malowaniem:

- malowanie na arkuszach papieru A4,
- malowanie grubym pędzlem farbami klejowymi,
- malowanie palcem,
- odbijanie dłoni pomalowanej farbą,
- zamalowywania całek kartki jednym kolorem,
- malowanie po linii pionowej z góry na dół np. wzór na sukienkę,
- malowanie po linii poziomej np. drogę,
- malowanie na arkuszu różnokolorowych pasków,
- zamalowanie całej kartki, po wysuszeniu mogą stanowić tło do innych prac,
- na świeżo zamalowanym arkuszu można wykonać rysunki ścierając farbę patykiem lub suchym palcem,
- malowanie form kolistych na dużych arkuszach papieru,
- wypełnianie kolorami konturowych rysunków,
- skoki żaby, skoki psa, zająca,
- malowanie linii spiralnych – lecące baloniki,
- malowanie na podkładzie z kaszy.

Wycinanie jest czynnością sprzyjającą przygotowaniu dziecka do przyszłej nauki szkolnej. Poprzez ćwiczenia w wycinaniu rozwijamy koordynację ruchów rąk, wzroku, ręki, współpracy palców.

Zabawy z wycinaniem:

- wycinanie po linii prostej – paski od krótkich do coraz dłuższych,
- wycinanie pasków papieru jednakowej szerokości (miejsce cięcia zaznaczone kropkami),
- wycinanie części obrazków do składania,
- wycinanka ze szmatek.

Rysowanie spełnia ważne funkcje w psychomotorycznym rozwoju dziecka. Pomaga w formowaniu wyobrażeń rzeczywistości, skłania dziecko do myślowej analizy i syntezy w działaniu, kształci różnorodne ruchy poczynając od dużych, rozmachowych, aż do pociągnięć kreski precyzyjnej, drobnej. Ponadto, w czasie rysowania, dziecko uczy się zestawiać i łączyć składowe w jedną całość, wyróżniać i odtwarzać elementy o różnym kształcie, wielkości, rozwija orientację przestrzenną.

Zabawy z rysowaniem:

- kolorowanie rysunków zamazując powierzchnię gęstymi kreskami,
- rysowanie kredką świecową, ołówkową, flamastrem,
- kopiowanie rysunków,
- rysowanie patykiem na ziemi,
- obrysowywanie wzoru,
- rysowanie kredą na tablicy, na chodniku,
- rysowanie kredą na ciemnym tle,
- rysowanie świecą a następnie zamalowanie farbą akwarelową,
- zagadka rysunkowa – połącz kropki,
- dorysowanie brakujących części,
- dokończ rysowanie – np. dachówek na dachu,
- dorysowanie brakujących części w oparciu o wzór.

Inne proponowane zabawy:

- nawlekanie koralików,
- ugniatanie kul z gazety, bibuły,
- wykonywanie ornamentów z piasku, na podłożu kaszy manny,
- układanie ze wstążek, sznurków różnych kształtów,
- stemplowanie (stemple z ziemniaka, z kłębka waty),
- naśladowanie pisania na maszynie,
- układanki – mozaiki geometryczne, patyczkowe, układanki – przybijanki,
- konstruowanie – drewniane klocki, plastikowe, układanki magnetyczne.

Literatura:

1. Bogdanowicz M. "Metoda Dobrego startu"
2. Dmochowska M. "Zanim dziecko zacznie pisać"
3. Burtowy M. "Przygotowanie dzieci w wieku przedszkolnym do nauki pisania i czytania w szkole"
4. Mańkowska I. "Kreowanie rozwoju dziecka"
5. Cybulska J. „Twórczość plastyczna dziecka w wieku przedszkolnym"