

Jak dziecko powinno prawidłowo trzymać kredkę?

Dziecko powinno trzymać ołówek w trzech palcach, pomiędzy kciukiem i lekko zgiętym palcem wskazującym, opierając go na palcu środkowym. Nieprawidłowe jest trzymanie ołówka „w garści” lub w taki sposób, że środkowy palec leży na ołówku.

Palce trzymające ołówek powinny znajdować się w odległości około dwóch centymetrów od powierzchni papieru.

Ołówek należy trzymać między palcami bez nadmiernego napięcia mięśni ręki i nacisku na papier (nadmierne napięcie powoduje łamanie grafitu, dziurawienie kartki, a zbyt słabe sprawia, że rysunek jest ledwo widoczny).



Etapy rozwoju chwytania kredek przez dzieci:

Etap pierwszy – chwyt cylindryczny –
od 1 do 2 lat

Etap drugi – chwyt palczasty –
od 2 do 3 lat

Etap trzeci –
zmodyfikowany chwyt trójpunktowy –
od 3 i ½ roku do 4 lat

Etap czwarty – chwyt trójpunktowy zwany także trójpalcowym, trzypunktowym, szczypcowym, pensetowym –
od 4 i ½ roku do 7 lat



JAK NALEŻY TRZYMAĆ OŁÓWEK LUB DŁUGOPIS

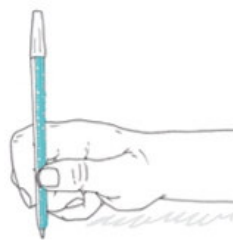
prawidłowe chwyt



1. długopis znajduje się pomiędzy kciukiem i palcem wskazującym, który przytrzymuje go na właściwym miejscu

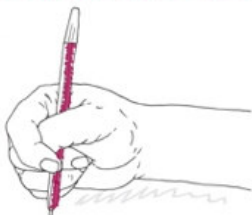


2. tak jak na obrazku nr 1, tylko palce znajdują się bliżej czubka długopisu



3. tak jak na obrazku nr 1, tylko długopis trzymany jest prostopadle do stołu

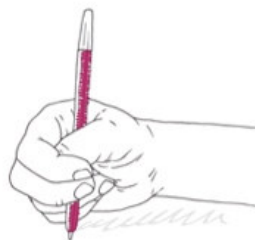
nieprawidłowe chwyt



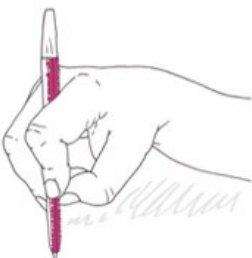
4. kciuk i palec wskazujący trzymają długopis, przy czym palec wskazujący nachodzi na kciuk



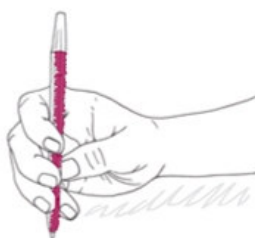
5. długopis jest trzymany przez koniuszki palca wskazującego i środkowego z jednej strony oraz kciuka z drugiej strony



6. palec wskazujący i środkowy otacza długopis z jednej strony dociskając go do palca serdecznego



7. długopis jest trzymany między palcem wskazującym oraz środkowym i dociskany jest do kciuka



8. długopis jest trzymany przez koniuszki palca wskazującego, środkowego i serdecznego z jednej strony oraz kciuk z drugiej strony



9. kciuk znajduje się z jednej strony zaś palec wskazujący i środkowy po drugiej; wszystkie palce kładą nacisk na długopis



10. palec wskazujący i kciuk trzymają długopis dociskając go do palca środkowego



11. kciuk trzyma długopis wzdłuż pierwszych stawów pozostałych palców



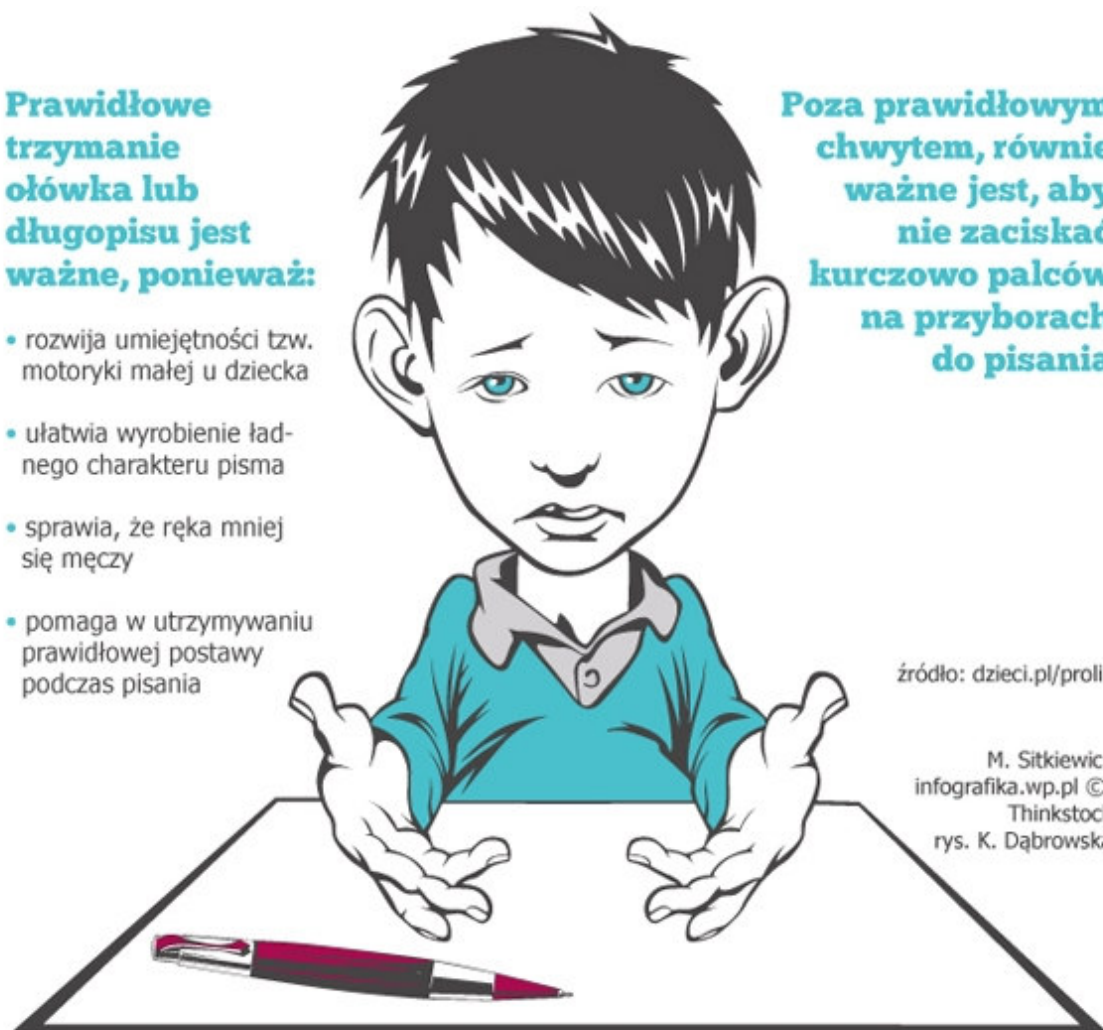
12. długopis jest trzymany w pięści z kciukiem ustawionym przeciwnie

Wszystkie chwyt inne niż te przedstawione, jako „prawidłowe” powodują, że nacisk na ołówek lub kartkę jest zbyt silny lub zbyt luźny, a co za tym idzie kontrolowanie przez dziecko swoich ruchów i ruchu kredki jest utrudnione. Należy jednak pamiętać, że jeśli coś jest utrudnione, to nie oznacza, że jest niemożliwe.

**Prawidłowe
trzymanie
ołówka lub
długopisu jest
ważne, ponieważ:**

- rozwija umiejętności tzw. motoryki małej u dziecka
- ułatwia wyrobienie ładnego charakteru pisma
- sprawia, że ręka mniej się męczy
- pomaga w utrzymywaniu prawidłowej postawy podczas pisania

**Poza prawidłowym
chwytem, równie
ważne jest, aby
nie zaciskać
kurczowo palców
na przyborach
do pisania**



źródło: dzieci.pl/prolis

M. Sitkiewicz
infografika.wp.pl ©,
Thinkstock
rys. K. Dąbrowska

Wspomaganie nauki prawidłowego chwytania

Trzylatek potrafi (powinien!!!) już dobrze trzymać łyżkę, a nawet, prawie zawsze trafia nią prosto do buzi. Ale jego palce i dłonie jeszcze muszą się dużo nauczyć. Zanim dziecko chwyci długopis tak jak dorosły: trzema palcami, albo zagra gamę na pianinie, najpierw czekają go miesiące ćwiczeń.

Rozwój manualny dziecka (czyli rąk, dłoni i palców) zawsze przebiega od ogółu do szczegółu – najpierw maluch ćwiczy mięśnie ramion, potem dłoni, dopiero na samym końcu, kiedy ruchy przedramion i dłoni staną się swobodne i płynne, wzrasta precyzja dziecięcych palców.

Kredki, farby, nożyczki, masy plastyczne

...To są najlepsi przyjaciele kilkulatka! Aby wyćwiczyć niewprawne dziecięce palce, zachęcaj dziecko do swobodnego bazgrania na dużych arkuszach, rysowania, malowania, stemplowania, wycinania, naklejania. Proponuj kolorowanie obrazków, łączenie kropek albo rysowanie po śladzie (taka zabawa to dobry wstęp do nauki pisania). Na początek daj malcowi do ręki grubą kredkę świecową lub trójkątną drewnianą w oprawie, którą łatwo trzymać w ręce. Kup też farby do malowania palcami. Malowanie nimi sprawi dziecku radość i uwrażliwi koniuszki palców lub dłonie na dotyk. Korzystajcie

z plasteliny, ciastoliny, twórzcie własne masy plastyczne – masa solna, papierowa, porcelanowa, piasek kinetyczny, itp.

Nie musicie malować tylko na kartce papieru – również na podwórku kolorową kredą czy farbami na np. jajkach.

Domowy masażyk

Twoje dziecko nie lubi rysować? Możesz ćwiczyć jego dłonie w inny sposób. Zachęcaj je do zabawy piłeczką z wypustkami, „gniotkami”, powtarzania „Paluszkowych wierszyków”, K. Sąsiadka, lub „Przytulane”, czyli wierszyków na dziecięce masażyki” M. Bogdanowicz i inne. Korzystajcie ze słońca i jak najczęściej wychodźcie do piaskownicy: zagniatanie mokrego piasku albo przesypywanie suchego między palcami to świetne ćwiczenie dla kilkulatek.

Nie przeszkadzaj

Kiedy Rodzic zapnie wszystkie guziki i zawiąże sznurówki w butach przedszkolaka, będzie i szybciej, i lepiej. Ale ciągle wyręczanie czasem może zaszkodzić, bo maluch nie będzie miał szansy ćwiczyć dłoni i palców w codziennych sytuacjach. Zakładanie skarpetek czy zapinanie guzików to doskonałe ćwiczenia – wymagają precyzji ruchów, cierpliwości, planowania oraz zgrania pracy rąk z informacjami dostarczonymi do mózgu za pośrednictwem wzroku (tu jest guzik, tu dziurka, a tu palce), a więc wszystkiego, co będzie potrzebne przy rysowaniu, a później również pisaniu.

Ćwiczenia w kuchni

Kiedy znudzą się malcowi kredki i piłeczki, zabierz go ze sobą do kuchni. Gotowanie to świetna gimnastyka. Maluch może samodzielnie mieszać sos, smarować chleb masłem, obierać ugotowane jajka albo zagniatą ciasto. W ten sposób nie tylko doskonale się bawi, ale też doskonali umiejętności dłoni i ćwiczy koordynację oko–ręka.

Ćwiczenia dla małych rąk :

Czarodziejski worek - włóż do woreczka lub pudełka po butach kilka małych przedmiotów o różnych kształtach i fakturach. Poproś dziecko, aby włożyło dłonie do środka. Niech zgaduje, używając tylko zmysłu dotyku, co trzyma w dłoni.

Przeplatanie sznurka – wyszywanki bez igły, nawlekanie koralików, wiązanie sznurków, a sześciolatek może spróbować przyszyć swój pierwszy guzik.

Ptaszki w karmniku - rozsypcie na dywanie barwne koraliki, monety albo guziki i zachęć malca, aby zbierał je dwoma palcami. Możesz też poprosić, aby chwycił je pęsetą i przenosił na stolik. To ćwiczenie dla mięśni i na precyzję ruchów.

Taniec palców - Poproś malca, aby narysował w powietrzu słońce, domek albo swobodnie poruszał palcami w rytm muzyki, naśladował ruch palców rodzica lub po prostu krążył palcami wskazującymi wokół siebie. Potem niech jeden pozostanie nieruchomy, a drugi krąży wokół niego. Wbrew pozorom to wcale nie jest takie proste ćwiczenie!

Dla dzieci, które nieprawidłowo trzymają narząd do pisania, wskazane są plastikowe nasadki, które umożliwiają skorygowanie chwytu ołówka czy długopisu, swobodne kontrolowanie siły chwytu i nacisku na narzędzie w trakcie pisania lub rysowania. Używanie nasadki konieczne jest do czasu, kiedy utrwali się właściwy chwyt narzędzia. Oprócz wyżej opisanych nasadek na przybory do pisania w sklepach papierniczych dostępne są kredki i ołówki o przekroju trójkątnym oraz pióra kulkowe z wgłębieniami na palce dla ręki lewej i prawej.

Pamiętaj, że ćwiczenia dłoni i palców mogą być świetną zabawą.

Opracowała Izabela Banaszkiewicz

Źródła:

<http://wyprawkaprzed szkolaka.pl/169/chwytnie-kredk/>

<https://dziecisawazne.pl/jak-dziecko-powinno-prawidlowo-trzymac-kredke/>

<https://mojedziecikreatywnie.pl/2013/08/mala-motoryka/>