

Sborníček námětů pro doplňkové výukové aktivity žáků se SVP

- Rozvoj grafomotoriky pro 1. stupeň ZŠ



Autor: Mgr. Irena Mýtinová

Praha, červen 2015

Registrační číslo projektu:	CZ.2.17/3.1.00/36357
Realizátor projektu:	FZŠ při PedF UK, Praha 13, Brdičkova 1878

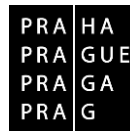
Evropský sociální fond

Praha a EU – Investujeme do vaší budoucnosti

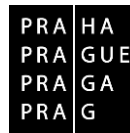


Obsah

1.	Základní pojmy:	1
1.1	Co je to grafomotorika	1
1.2	Pojem dysgrafie	1
1.3	Lateralita	2
1.4	Vývoj dětské kresby	2
2.	Co by mělo zvládnout dítě při vstupu do první třídy	3
2.1	Základní dovednosti z grafomotoriky:	3
2.2	Další dovednosti dítěte před vstupem do první třídy a na počátku školní docházky:	5
2.3	Správné sezení a správný úchop psacího náčiní:	6
2.3.1	Pravidla pro správnou pozici vsedě:	6
2.3.2	Správný úchop psacího náčiní:	6
2.3.3	Správná poloha papíru, na který dítě píše	7
3.	Jak se v prostředí třídy dá poznat, že něco není v pořádku	8
3.1	Osvojený nesprávný úchop psacího náčiní:	8
3.2	Kreslení a psaní:	8
3.3	Nevyhraněná lateralita	8
4.	Základní principy a postupy nápravy.	10
4.1	Rozvoj hrubé motoriky	10
4.2	Rozvoj jemné motoriky.	10
4.3	Rozvoj koordinace pohybů	11
4.4	Rozvoj prostorového vnímání	11



4.5	Rozvoj zrakového vnímání.....	11
5.	Možnosti rozvoje grafomotoriky u dětí – různé metody a postupy.....	12
5.1	Možné postupy a metody.....	12
5.2	Jak se dívat na dětskou kresbu.....	12
5.3	Hlediska zařazení dětí do skupinové či individuální reedukace grafomotoriky.....	13
6.	Postup na FZŠ Brdičkova:.....	14
6.1	Sestavení skupinek dětí	14
6.2	Skupinová grafomotorika	14
6.2.1	Rámcový cíl prvního kurzu skupinové grafomotoriky.....	14
6.2.2	Prostředky k nácviku těchto dovedností byly:.....	15
6.2.3	Uspořádání hodiny:	15
6.3	Individuální péče:	16
6.4	Teoretické podklady problematiky rozvoje grafomotoriky u dětí pro pedagogy.	16
7.	Přílohy:	18
7.1	Seminář o grafomotorice pro pedagogy školy.....	19
7.2	Nácvik uvolňovacích masážíPopis průběhu masáže celé paže a ruky (rámcový).....	22
7.3	Sestava osmi cviků Popis cviků.	23
7.4	Náplň prvního skupinového kurzu grafomotoriky	25
7.5	Náplň pokračujícího skupinového kurzu pro dětiTento blok byl sestaven pro skupinku dětí z druhého ročníku, které se účastnily již prvního kurzu v prvním pololetí.	34
8.	Literatura:	41



1. *Základní pojmy:*

Pojmy grafomotorika a dysgrafie jsou dva odlišné odborné výrazy, které označují rozdílné jevy. Protože bývají často zaměňovány, pokládala jsem za důležité je na úvod této práce vysvětlit a přiblížit jejich obsah, abychom nevycházeli z mylných představ o tom, o čem je tato metodika. Týká se rozvoje grafomotoriky u dětí mladšího školního věku a tedy není jejím úkolem přibližovat jakékoliv směry reedukace specifických poruch učení.

1.1 *Co je to grafomotorika*

Tento pojem v sobě zahrnuje úroveň motorické způsobilosti pro grafický výraz – je to tedy psaní, obkreslování, kreslení, rýsování. Tuto dovednost by měly mít osvojenou děti již při vstupu do první třídy, tedy na počátku školní docházky. Při posuzování školní připravenosti a zralosti je tato dovednost jednou z důležitých, které jsou posuzovány a stupeň jejich osvojení je důležitým faktorem při rozhodování o možném odkladu školní docházky.

Její úroveň je určena rozvojem především hrubé motoriky, jemné motoriky, jejich propojení a koordinace.

1.2 *Pojem dysgrafie*

Je to specifická porucha učení, která se projevuje především v grafickém projevu dítěte. Většinou ji zaznamenáme především v písemném projevu dítěte. Pro tuto specifickou poruchu učení jsou charakteristické potíže v oblasti motoriky, její koordinace, v oblasti senzomotorické koordinace, velkou roli hraje také nedostatečná úroveň pravolevé a prostorové koordinace. Současně je významným činitelem v této oblasti také laterálita, její nevyhraněnost či laterálita zkřížená. Poruchy pozornosti pak může potíže v oblasti písemného projevu ještě vystupňovat.

1.3 *Lateralita*

Jde o upřednostňování jednoho z párového orgánu (oči, uši, ruce, nohy) a pak o něm říkáme, že je to náš dominantní. Jde nám o spolupráci těchto orgánů při jednotlivých činnostech. Takže při psaní jde o spolupráci ruky a oka – především.

Pro psaní a čtení je výhodné, když je dominantní stejné oko a ruka (např. pravé oko a pravá ruka). Stále častěji se u dětí objevuje zkřížená lateralita či snížená vyhraněnost jednotlivých orgánů těla. Příkladem zkřížené lateralitě může být například pravé oko a levá ruka.

1.4 *Vývoj dětské kresby*

Na konci prvního roku se u dětí zpravidla objevuje zájem o tužku. Tužka je ale nástrojem pro hraní, děti s ní v tomto věku nekreslí.

První kresby jsou „čmáranice, které nemají žádný obsah a jsou jen vlastně vykonávaným pohybem, při kterém dítě drží tužku v ruce. Tyto pohyby při „čmáraní“ jsou nahodilé a nekoordinované.

Kdy přesně dítě začne kreslit, není definováno. Děti, které mají starší sourozence, začnou kreslit už třeba i od 1, 5 roku věku, protože mají před sebou vzor.

V průběhu 3. roku se mění vedení čar a děti již mají téma kresby, ale odklánějí se od něj.

Od 3. roku se objevuje hlavonožec.

Mezi 4. – 5. rokem už dítě udrží téma kresby a neodklání se od něj. Později pak už ví dopředu, co bude kreslit.

Když dítě prohlásí, že už je s prací hotovo, je spokojené s tím, jak jeho kresba vypadá.

2. *Co by mělo zvládnout dítě při vstupu do první třídy*

2.1 *Základní dovednosti z grafomotoriky:*

První rok života:

- a) Náhodné uchopení předmětu.
- b) Radiálně palmární úchop – dlaňový úchop.
- c) Jemný klíšťový úchop.
- d) Izolovaně dokáže použít ukazováček.

Kolem 15. měsíce a dál:

- a) Koordinované pohyby.
- b) Začíná rozlišovat začátek a ukončení pohybu.
- c) Může začínat jíst lžící.
- d) Dovnitř otočený příčný úchop tužky.

Období 2 – 3 roky života:

- a) Koordinovanější pohyby a také jsou již jemnější.
- b) Tvary se z hranatých stávají postupně kulatějšími.
- c) Začíná období intenzivního čmárání.

Prvky kresby v tomto období dítěte:

- a) Čmárání.
- b) Jednoduché kmeny stromů.
- c) Čáry, které naznačují větve.
- d) Kmen má tvar písmene T.

Období 3 – 4,5 roku:

- a) Listuje stránkami.
- b) Objevují se pravidelné pohyby při kreslení.
- c) Objeví se příčný úchop s nataženým ukazováčkem.
- d) Kreslí samostatné čáry a klikaté čáry.
- e) Orientuje kreslené tvary určitým směrem.
- f) Skládá papír.
- g) Tužku již drží v prstech.
- h) Kreslí otevřené a později zavřené kruhy.
- i) Pojmenuje, co nakreslí.

Prvky kresby v tomto období:

- a) Vodorovné kresby větví.
- b) Rovné čáry.
- c) Rozdílné čáry.
- d) Nakreslí kmen stromu.
- e) Začíná přibývat detailů v kresbě.
- f) Větve stromů již míří nahoru.

Období 4,5 – 5 let:

- a) Vymaluje kruh.
- b) Nakreslí hlavonožce.
- c) Dovede uchopit štětec.
- d) Spojí dva body jednou čarou.
- e) Nakreslí kříž.
- f) Od 5 let vede čáru tužkou vědomě.
- g) Používá při kresbě nepřetržité a pravidelné pohyby.

Prvky kresby:

- a) Mění se kresba stromu a k velkým větvím přibývají větvíčky.

Období počátku školní docházky a dále:

- a) Umí obkreslit velké postavy.
- b) Umí samostatně nakreslit velké postavy s přibližně deseti detaily.
- c) Může kreslit a psát v linkách.
- d) Postupně se kresby a písmo zmenšují.
- e) Písmo je spojitější a plynulejší.
- f) Od 7 let se písmo vyhraňuje do individuální podoby.

Prvky kresby:

- a) Stromy mají plody.
- b) Děti vybarvují a stínují.
- c) Větve pak míří e směru růstu.
- d) Kresby mají vztah k ročnímu období.

2.2 Další dovednosti dítěte před vstupem do první třídy a na počátku

školní docházky:

- a) Před vstupem do školy:

Chytá malé míčky s rukama nad hlavou.

Navlékne nit do jehly.

Stříhá podle linie.

Později již také chytí míč jednou rukou.

K hodu použije celé tělo.

Nakreslí jednoduchý kříž.

Umí napnout a uvolnit.

b) Při vstupu do školy:

Má osvojený správný úchop tužky.

Nakreslí dům, strom, slunce,

Samo se obleče.

Nakreslí postavu s přibližně osmi detaily.

Zaváže uzel okolo tužky.

V sedmi letech nakreslí kosočtverec.

Vystřihuje dané tvary.

2.3 Správné sezení a správný úchop psacího náčiní:

2.3.1 Pravidla pro správnou pozici vsedě:

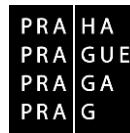
- a) Obě chodidla jsou položena celou plochou na podlaze, rovnoběžně vedle sebe asi na šířku boků.
- b) Stehna jsou vodorovně, pokud to jde a stejně tak holenní kosti. (Výška holení určuje výšku židle, na které dítě sedí.)
- c) Dítě sedí vzpřímeně, s rovnoměrnou zátěží na celých hýždích a rovnou páteří (sedí s rovnými zády a neprohýbá se).
- d) Paže, kterou se píše, je opřena celým předloktím o stůl, stejně tak zápěstí a samotná ruka leží na stole.
- e) Hlava je rovně.
- f) Tělo a stůl se dotýkají přibližně ve výšce pupku.

2.3.2 Správný úchop psacího náčiní:

- a) Tužka je mezi palcem a ukazovákem (tyto prsty tužku drží).
- b) Oporu poskytuje prostředník.



OPERAČNÍ PROGRAM PRAHA
ADAPTABILITA



- c) V prstech ani kloubech není viditelné napětí.
- d) Plec se pera dotýká bříškem a je mírně pokrčený.
- e) Ukazovák je výš než palec.
- f) Podložky se dotýká malíková hrana ruky.

2.3.3 Správná poloha papíru, na který dítě píše

- a) Papír (sešit) nesmí být příliš blízko k tělu a praváci mají list natočený doprava a leváci doleva.
- b) Úhel natočení ale závisí na potřebách každého dítěte zvlášť.

3. Jak se v prostředí třídy dá poznat, že něco není v pořádku

3.1 Osvojený nesprávný úchop psacího náčiní:

- a) Chybné je postavení prstů ruky, která drží psací náčiní.
- b) Příliš křečovitě držení.
- c) Velký tlak při psaní – písmo je protlačené hluboko.
- d) Držení tučky až u hrotu – tedy příliš nízko a blízko u papíru, na který píše.
- e) Jiný sklon sešitu.
- f) jiný sklon písma.
- g) Chybný sklon ruky – je vtočená v zápěstí.

3.2 Kreslení a psaní:

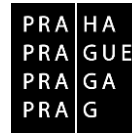
- a) Dítě má velmi chudé kresby.
- b) Když je volná kresba, kreslí to samé téma a výkres vypadá vždy stejně.
- c) Dítě kreslit odmítá.
- d) Přetahuje a čmárá.
- e) Písmo je velmi neupravené, je velké, hranaté a jsou v něm časté přepisy.
- f) Dítě při psaní neudrží řádku.
- g) Často jej bolí ruka, protřepává.
- h) Má oproti svým vrstevníkům pomalé tempo, práci často přerušuje.
- i) Hůře si osvojuje nově probírané tvary písmen.

3.3 Nevyhraněná lateralita

K jejímu vyhranění dochází zpravidla v průběhu předškolního věku.



OPERAČNÍ PROGRAM PRAHA
ADAPTABILITA



V poslední době ale přibývá dětí, které ještě nemají vyhraněnou laterálníitu na počátku první třídy nebo jsou tzv. obouruké (ambidexter).

U těchto dětí jednoznačně platí pravidlo – laterálníitu určí buď psycholog v pedagogicko-psychologické poradně, nebo dětský neurolog. Určitě rozhodnutí o tom, jaké je rozložení laterality u dítěte, nespadá do rukou kohokoliv jiného. Je nepřipustné dětem nutit naši vůli a přesvědčení a dávat mu cokoliv jen do jedné ruky. Současně se také stále ještě objevují tendence k přeučování dětí z leváků na praváky – toto je velice závažné negativní jednání a přeučování dětí může mít velmi silné důsledky na osobnost přeučovaného dítěte.

4. *Základní principy a postupy nápravy.*

Nejlepší způsob rozvoje a nápravy motorických funkcí, je přirozený pohyb dítěte. Určitě by se mu vněm nemělo bránit a velmi žádoucí je, podporovat děti v pohybových aktivitách. Při potížích v případech vážnějších a těžších forem dysbalancí je dobré obrátit se na dětského fyzioterapeuta či ortopeda.

4.1 *Rozvoj hrubé motoriky*

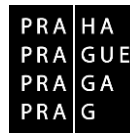
- a) Zaměřujeme se především na největší klouby v těle a jejich hybnost
- b) Pohyb, který tělo vykonává, má veliký rozsah a záběr
- c) Nejpřirozenější pohyb je chůze a běh
- d) Sportovní aktivity, na které děti hlásíme, by měly být všestranné. Jednostranné aktivity vytvářejí dysbalance a jednostranná zátěž napomáhá k nerovnoměrnostem ve vývoji svalového aparátu dětí. A je také příčinou nadměrného přetěžování dětí
- e) Nejvhodnější aktivity, které vedou k harmonizaci a rozvoji hrubé motoriky dětí, jsou všestranná cvičení, která jsou zaměřena na celé tělo, ale s přijatelnou zátěží

Některé doporučené aktivity pro rozvoj hrubé motoriky:

- a) Chůze, běh, lezení
- b) Cvičení rovnováhy
- c) Manipulace s předměty (míč)
- d) Konkrétní příklady jsou: skákání panáka, hody míčem, „škatulata, hýbejte se“, plavání a vodní aktivity vůbec, turistika

4.2 *Rozvoj jemné motoriky*

- a) Rozvoj pohybu v malých kloubech a tedy jemnější činnosti, které jsou svým rozsahem podstatně kratší.



b) Konkrétní příklady: trhání papíru, vázání uzlů, manipulace s drobnými předměty, skládání kartiček, cvrnkání kuliček, sestavování drobných figurek, modelína, mokrá píseň, pletení různých tvarů, kroužkování.

4.3 Rozvoj koordinace pohybů

- a) Osvojování si dovednosti souhybů
- b) Osvojování si dovednosti protipohybu
- c) Provádění několika různých pohybů najednou

A pro všechny úrovně osvojování si dovednosti uvolnění a napětí. A s tím spojená dovednost vnímání vlastního těla, rozlišení částí tělesného schématu.

4.4 Rozvoj prostorového vnímání

4.5 Rozvoj zrakového vnímání

5. Možnosti rozvoje grafomotoriky u dětí – různé metody a postupy

5.1 Možné postupy a metody

Při výběru postupu je potřeba jednoznačně stanovit, jaký by měl být cíl. K čemu se chceme při reedukaci přiblížit a co vlastně budeme potřebovat řešit. Podle toho se stanovuje náplň celého kurzu.

Vždy je potřeba mít na paměti, že každé dítě je jiné, jiná je kvalita jeho úrovně grafomotoriky, a tedy nelze mít jednotná očekávání na děti ve skupině.

5.2 Jak se dívat na dětskou kresbu

Děti zpravidla ve věkové skupině 4. – 6. rok vědí dopředu, co chtějí nakreslit.

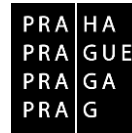
Předškoláci preferují více základní barvy, používají je, jak chtějí. Lidskou postavu kreslí nejčastěji od 3. roku věku a první je hlavonožec.

Hlavonožec má hlavu a tělo v jednom. Během předškolního věku dochází k velkému vývoji a v kresbě postavy dojde k rozlišení hlavy a trupu na dvě části, jsou rozlišeny horní a dolní končetiny a přibývají detaily - například klobouk na hlavě.

Když dítě přijde do školy, nakreslená postava by už měla mít hlavu, trup, ruce, nohy, krk a vlasy. Končetiny by měly být vyznačeny čarami.

To, že je kresba na úrovni věku dítěte neznamena, že kresba musí být pěkná. Má v ní být vyjádřeno to, co je pro danou věkovou skupinu důležité a dané. Dítě prostřednictvím kresby vyjadřuje své představy o světě a dítě bývá se svojí kresbou spokojené. Dětská kresba zahrnuje fantazie a také emoce.

Kresbu předškoláků chápeme jako přípravu na psaní a tak rozvoj grafomotoriky chápeme jako důležitý pro předcházení specifických poruch učení.



5.3 Hlediska zařazení dětí do skupinové či individuální reedukace grafomotoriky.

Při zařazování dětí do trénování grafomotoriky je dobré vědět, zda:

- a) Dítě používá při kreslení jen jednu ruku nebo ruce střídá
- b) Jakým způsobem drží tužku
- c) Jak dělá čáry
- d) Jak nakreslí postavu
- e) Zda a jak obkreslí základní geometrické tvary
- f) Jak zachází s prostorem stránky
- g) Jaký je obsah kresby – detaily
- h) Jaká jsou témata kreseb
- i) Jak píše
- j) Jak vypadá písmo

6. *Postup na FZŠ Brdičkova:*

6.1 *Sestavení skupinek dětí*

Obecná pravidla stanovení rozvoje grafomotoriky u dětí 1. stupně této školy.

Na konci školního roku 2013 / 2014 a na počátku školního roku 2014 / 2015 proběhla depistáž a screening v prvních a druhých třídách. Ve spolupráci s pedagogy a školní psycholog a speciální pedagog vytipovali děti, které by nácvik grafomotorických dovedností potřebovaly.

Byli osloveni rodiče a byly sestaveny dvě skupinky dětí:

- a) děti z druhých tříd
- b) děti ze třetích tříd
- c) současně byly vybrány děti, pro které bylo lepší začít s individuálním nácvikem.

6.2 *Skupinová grafomotorika*

6.2.1 *Rámcový cíl prvního kurzu skupinové grafomotoriky*

Této formě činnosti bylo věnováno první pololetí školního roku 2014 / 2015 a svojí náplní měla tato skupinová práce podpořit rozvoj těchto oblastí:

- a) hrubé motoriky
- ⇒ zlepšení koordinace pohybů hrubé motoriky
- b) pravolevé a prostorové orientace
- c) rozvoj vnímání vlastního tělesného schématu
- d) vnímání vlastního napětí a uvolnění, vnímání druhého člověka
- ⇒ postupné uvolňování napětí hlavních svalových skupin a zlepšení jejich koordinace
- e) zlepšování celkového držení těla
- f) orientace na druhém člověku, vnímání druhého
- g) zlepšování motoriky horní končetiny
- h) uvolňování zápěstí a vůbec svalů celé ruky
- i) rozvoj taktilního vnímání

- j) nácvik jednoduché automasáže ruky k odstranění napětí ve svalech ruky
- k) nezbytnou součástí tohoto kurzu je nácvik kooperace a snaha o rozvoj vlastního uspokojení ze své práce (výtvarné projevy dětí nebyly hodnoceny standardním způsobem, ale vlastním pocitem dětí, že vše udělaly správně, práce dětí nebyly porovnávány).

6.2.2 Prostředky k nácviku těchto dovedností byly:

- a) prvky a cviky z asijských zdravotních cvičebních systémů (taiji, Ba Duan Jin)
- ⇒ volba a struktura cviků byla přizpůsobena věku a možnostem dětí, posun dětí ve zvládnutí konkrétních dovedností byl individuální
- b) jednoduché prvky masážních technik horních končetin a horních zad
- c) grafomotorické cvičení – prsty rukou, houba, voskovka.

Do této skupiny byly zařazeny děti, které:

- a) potřebovaly spíše podpořit a jen „dovolnit“.
- b) potřebovaly začít s rozvojem hrubé motoriky, aby pak mohly v druhém pololetí absolvovat cvičení na rozvoj jemnější motoriky.

6.2.3 Uspořádání hodiny:

Časová dotace:	1 vyučovací hodina týdně, 45 minut
Věk dětí:	2. ročník (1. skupina) 3. ročník (2. skupina)
Potřeby:	balicí papír, školní houby, misky na vodu, silnější voskovky
Místo konání:	tělocvična, podlaha pokrytá linem
Formy práce:	a) pohybová část b) výtvarná část

(Pozice při výtvarné části – práce na zemi v předem určené pozici.)

Obecné uspořádání hodiny:

1. pozdrav
2. přípravná cvičení – zaměření na hrubou motoriku
3. cvičení, která zjemňují pohyby a učí nás vnímat svoje tělo – napětí a uvolnění
4. prvek z Ba Duan Jin – opakování, procvičení
5. nácvik nového prvku Ba Duan Jin
6. promítnutí pohybu z některého prvku na papír
7. ukončení, úklid
8. relaxace
9. rozloučení

Postup nácviku prvků:

Od větších kloubů k menším – pohyb „na sucho“

Od větších prvků k jemnějším – na papír

6.3 *Individuální péče:*

Této formy reedukace se účastnily děti, které potřebovaly ještě intenzivnější detailnější nácvik dovedností.

Svoji náplní navazuje na první – skupinovou reedukaci. Více soustředění je na jemnou motoriku a samotné psaní.

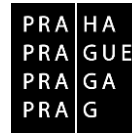
Pokud tyto děti měly potíže, které již ukazovaly na latentní SPU, probíhala k tomu preventivně reedukace, intermodality a zrakové percepce.

6.4 *Teoretické podklady problematiky rozvoje grafomotoriky u dětí pro pedagogy.*

Pro pedagogy prvního stupně proběhly dva na sebe navazující semináře. První byl zaměřen na komplexní pohled možností přístupu pedagogů k dětem s potížemi v psaní a možnostem rozvoje grafomotoriky v prostředí třídy a vyučování.



OPERAČNÍ PROGRAM PRAHA
ADAPTABILITA



Současně bylo úkolem tohoto semináře ukázat pedagogům 1. stupně, co dělají děti na skupinovém kurzu grafomotoriky. Pedagogové tak dostali představu o tom, co tyto děti vědí, jaké dostaly informace a rámcové dovednosti, které si odnesly.



7. *Přílohy:*

1. Seminář o grafomotorice pro pedagogy
2. Popis průběhu masáže celé paže a ruky
3. Sestava osmi cviků

(k rozvoji hrubé motoriky, koordinace pohybů, k uvolňování a napětí, k nácviku vnímání celého pohybu)

4. Náplň prvního skupinového kurzu
5. Náplň pokračujícího kurzu pro skupinu dětí

7.1 *Seminář o grafomotorice pro pedagogy školy*

Seminář měl dvě části, které na sebe svým obsahem navazovaly.

První část semináře:

Ta byla zaměřena na teoretické podklady pro rozvíjení grafomotorických schopností u dětí a rozvoj hrubé motoriky. Seznámení se s jednoduchou masáží, kterou si děti během kurzu osvojily a používají ji běžně při psaní. Je zaměřena na odstraňování svalového napětí z ruky a prstů ruky.

Obsah a náplň prvního semináře (časová dotace 60 minut):

- a) Teoretické podklady.
- b) Praktické ukázky.
- c) Praktický zácvik správných technik držení kompenzačních pomůcek.
- d) Správný postup a použití jednoduchých masážních technik.

Teoretické podklady pro seminář:

Co má dítě umět před vstupem do školy – školní připravenost:

- a) Má osvojený správný úchop psacího náčiní => špetka
- b) Ovládá čaru a směr čáry – pokud toto nefunguje, jedná se pravděpodobně o percepčně motorickou poruchu koordinace pohybu
- c) Dítě by mělo kreslit s radostí

Z hlediska rozvoje jemné motoriky by dítě mělo při vstupu do první třídy zvládat:

- a) Uchopí do špetky.
- b) Přebírá korálky, hrách, drobné předměty.
- c) Třídí předměty podle tvaru, barvy, velikosti.
- d) Vykrajuje formičkami z těsta.
- e) Zašroubuje matku.
- f) Navlékne nit, korálky.
- g) Správně se oblékne.



- h) Zapne si zip, knoflíky.
- i) Během první třídy by mělo umět zavázat tkaničky.
- j) Stříhá papír nůžkami.

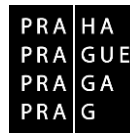
Z hlediska kresby:

- a) Nakreslí panáka
- b) Kreslí kruh podle předlohy
- c) Kreslí čtverec podle předlohy
- d) Kreslí trojúhelník podle předlohy
- e) obkresluje, napodobuje tiskací písmo
- f) obkresluje, napodobuje více písmen, například svoje jméno
- g) vybarvuje omalovánky
- h) dokresluje nedokončené obrázky
- i) respektuje čáry, nepřetahuje, vybarvuje celou plochu
- j) jedním tahem spojí dva body vodorovně i svisle
- k) volná kresba je dobrovolná a s radostí

Pozornost: alespoň 10 minut

Základní orientace a vztahy v prostoru:

- a) nahoře a dole
- b) před a za
- c) vpředu, vzadu, uprostřed
- d) nad, pod
- e) orientace na vlastním těle
- f) vpravo, vlevo - děti mají právo se plést ještě ve druhém ročníku
- g) první, poslední, uprostřed
- h) větší, menší, lehčí, těžší
- i) barvy



Praktické ukázky:

- d) základní pravidla a cviky k rozvoji hrubé motoriky
- e) základní cviky jemné motoriky – především zápěstí a prstů ruky
- f) základní masáž horních zad, uvolnění celé paže a ruky – s praktickým nácvikem
- g) seznámení se z různými dostupnými pomůckami a také s variantami cvičení, která lze zařazovat do vyučování v rámci hodin českého jazyka a psaní, výtvarné výchovy, tělesné výchovy a pracovních činností.

Druhá část semináře:

- a) Cvičení zaměřená na jemnou motoriku, která lze provádět ve třídě a zařazovat do výuky.
- b) Praktický nácvik pohybu paže.
- c) Konkrétní dotazy a možnosti řešení daných situací.
- d) Principy uvolňování celého těla.
- e) Principy uvolňování horní končetiny.
- f) Uvolňování ruky.

(Nácvik cviků k podpoře uvolnění zápěstí a prstů ruky, koordinační činnost a rozvoj zrakového vnímání.)

Věnovali jsme se konkrétním příběhům, potížím dětí a reálným možnostem v rámci výuky v souvislosti s rozvojem grafomotoriky. Jako velmi aktuální se ukázalo téma laterality, nevyhraněnosti laterality a možnostem pedagoga v této souvislosti.)

- g) Praktická část – nácvik ve dvojicích

7.2 *Nácvik uvolňovacích masáží*

Popis průběhu masáže celé paže a ruky (rámcový)

Masáž ruky:

- a) Vytrásání celé končetiny => uvolnění svalů celé končetiny a části horního m. trapezius.
- b) Postupně vytahovat jemně jednotlivé prsty ruky.
- c) Je možno přidat další techniky k rozvolnění napětí ruky – jejích svalů, šlach a vazů.
- d) Vytrásání celé končetiny.

Masáž zad:

Začíná vždy na m. trapezius u krční páteře a hlavy. A postupuje se směrem ven k ramennímu kloubu.

- A) Hlazení siluety.
- B) Jemné tření dlaní po zádech.
- C) Vlnky přes záda.
- D) Poklepávání po horních zádech.
- E) Hlazení siluety.

(Je možno přidat ještě další doplňující masážní techniky)

7.3 *Sestava osmi cviků Popis cviků.*

První cvik:

- a) Základní postoj.
- b) Sepnout ruce ve výši břicha a dlaně jsou otočeny nahoru.
- c) S nádechem zvedneme ruce do výšky pod ramena.
- d) Dlaně obrátíme směrem dolů a s výdechem je zatlačíme dolů pod pas.
- e) Zase obrátíme dlaněmi nahoru a s nádechem zvedneme až nad hlavu.
- f) Ruce rozpojíme a po stranách jdou dolů do upažení s výdechem.

Druhý cvik:

- a) Postoj široký, přisednout, ruce jsou sevřené v pěstí na stehnech.
- b) S nádechem zvedáme ruce před hrudník a máme pořád pěsti.
- c) Pravou pěst otevřeme a s výdechem jde ruka do upažení a my ji sledujeme.
- d) Současně jde levá ruka jako při napínání tětiny luku.
- e) Pak jdou obě ruce zpátky před tělo a sledujeme pořád pravou ruku.

Třetí cvik:

- a) Základní postoj.
- b) Ruce jdou společně pod pupík a tam se rozdělí.
- c) Levá ruka jde nad hlavu.
- d) Pravá ruka jde dolů vedle těla.
- e) Pak ruce prohodit.
- f) Nakonec se sejdou zase dole pod pupíkem a pak jdou do strany – každá do své a pak na stehna.
- g) Vystřídat ruce.

Čtvrtý cvik:

- a) Základní postoj, ruce volně za záda.
- b) Nádech a s výdechem otáčet hlavu do jedné strany. Stejně tak jdou do strany oči.
- c) Hlava se začne pomalu zase vracet doprostřed a oči zase sledují směr pohybu.
- d) To samé na druhou stranu.



Pátý cvik:

- a) Široký postoj, přisednout. Ruce jsou opřené o stehna.
- b) S nádechem jdeme do jedné strany, ruce jsou stále na stehnech. Vydechneme.
- c) Vrátime se na střed.
- d) S nádechem do druhé strany a zase vydechneme.
- e) Vrátit na střed.

Šestý cvik:

- a) Základní postoj.
- b) S nádechem jdou ruce před břicho.
- c) S výdechem hluboký předklon.
- d) Překlopit dlaně tak, aby byly rovnoběžně s podlahou.
- e) Vytáhneme je a pak se zvedneme zase nahoru do základního postoje.

Sedmý cvik:

- a) Široký postoj, přisednout. Ruce jsou sevřené v pěst a opřené o stehna.
- b) S nádechem je obě maličko zvedneme.
- c) Pravá ruka jakoby drží meč. Levá ruka udělá pohyb jakoby vytahovala ten meč z pochvy a pak jde s tím pomyslným mečem do upažení.
- d) Vyměnit ruce.

Osmý cvik:

- a) Základní postoj. Ruce jsou podél těla.
- b) S nádechem se stoupáme na špičky a současně se dlaně překlopují tak, aby se jakoby opřely o zem.
- c) S výdechem se spustíme na paty.
- d) Povolit dlaně.
- e) Opakovat celé.

Každý cvik se opakuje 3krát. Cviky se provádějí pomalu, výjimkou je cvik sedmý, který se dělá dynamicky. Cvičí se v botách.

7.4 *Náplň prvního skupinového kurzu grafomotoriky*

Kurz trval 4 měsíce a náplň jednotlivých hodin se posouvala podle toho, jak děti reagovaly na probrané cviky. Měřítkem positivity nebyla přesnost pohybů, ale jejich vnímání. Proto je níže pospaný obsah jednotlivých lekcí spíše orientační.

První měsíc – rámcový program:

Cvičení:

- a) Správný postoj a držení hlavy.
- b) Pevnost postoje – rovnováha, vnímání vlastního těžiště.
- c) Cviky na uvolnění svalstva zad a krku vzadu, procvičení páteře.
- d) První dva celé cviky.
- e) Základ masáže dlaně.
- f) Uvolňování celého těla.

(přes uvolnění rukou, samotných nohou a nakonec vše dohromady)

Důraz je kladen především na správný postoj, držení hlavy, uvolňování celého těla, relaxace.

Výtvarná část:

Velké pohyby, práce s vodou na arch A2, práce na zemi.

Jednotlivé hodiny (lekce):

První hodina:

- a) Zahájení, přivítání.
- b) Nácvik správného postoje.
- c) Hledání těžiště.
- d) Cviky k rozcvičení.
- e) Cviky rotační.
- f) Nácvik rovnováhy – postoj na jedné noze.
- g) Uvolnění horních končetin.
- h) Diagnostická kresba – volné téma.
- i) Úklid.
- j) Rozloučení.



Druhá hodina:

- a) Zahájení, přivítání.
- b) Nácvik správného postoje a držení hlavy.
- c) Hledání těžiště.
- d) Cviky k rozcvičení.
- e) Rotační cviky.
- f) Rovnováha – postoj na jedné noze.
- g) První cvik ze sady osmi cviků.
- h) Masáž ruky – úvod.
- i) Relaxační cvičení vleže.
- j) Rozloučení.

Třetí hodina:

- a) Zahájení, přivítání, seznámení s náplní hodiny.
- b) Nácvik správného postoje a držení hlavy.
- c) Hledání těžiště. Cviky na rovnováhu.
- d) Cviky k rozcvičení.
- e) Uvolnění horní končetiny.
- f) Rotační cviky.
- g) První a druhý cvik ze sady osmi cviků.
- h) Masáž ruky – procvičení.
- i) Kresba vodou na zemi. Kruhy.
- j) Úklid
- k) Rozloučení.

Druhý měsíc – rámcový program:

Cvičení:

- a) Nácvik správného postoje.
- b) Nácvik správného držení hlavy.
- c) Cviky k rozcvičení.



- d) Uvolňování jednotlivých končetin.
- e) Uvolňování celého těla.
- f) Opakování dvou ucelených cviků z prvního měsíce.
- g) Nácvik dalších tří nových ucelených cviků.
- h) Nácvik pohybu celé paže, který vychází z pletence ramenního a ze samotné lopatky přes zápěstí.
- i) Doplnující cviky k uvolňování zápěstí, šlach ruky a kloubů ruky.
- j) Oční pohyby.

Výtvarná část:

Velké pohyby, práce s vodou na arch A2, práce na zemi.

První hodina:

- a) Přivítání a seznámení s tím, co se bude dělat.
- b) Správný postoj, těžiště, správné držení hlavy.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění horní končetiny.
- e) Nácvik uvolnění dolní končetiny.
- f) Rotační cviky.
- g) Procvičení druhého cviku.
- h) Začátek třetího cviku.
- i) Tlačení celé horní končetiny proti opoře.
- j) Práce s vodou a houbou na zemi – velké kruhy.
- k) Ukončení a rozloučení.

Výtvarná část:

- a) Voda, houba a arch A2, na zemi velké pohyby rukou přes celý papír.

Druhá hodina:

- a) Přivítání a zahájení hodiny.
- b) Správný postoj, těžiště, správné držení hlavy.



- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění horní a dolní končetiny.
- e) Třetí cvik celý.
- f) Masáž ruky druhému, automasáž.
- g) Rotační cviky.
- h) Cvičení ve dvojicích.
- i) Malování na zemi – voda, houba, veliký arch.
- j) Úklid.
- k) Relaxace – dýchání do břicha.
- l) Rozloučení.

Výtvarná část:

Na zemi, papír, houba a voda. Velké pohyby přes celý papír.

Třetí hodina:

- a) Zahájení a přivítání.
- b) Zásady správného postoje.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění celého těla najednou.
- e) Opakování druhého a třetího celého cviku.
- f) Čtvrtý cvik celý.
- g) Cvičení ve dvojicích.
- h) Automasáž, začátek masáže zad.
- i) Malování vodou na zemi.
- j) Ukončení a rozloučení.

Výtvarná část:

- a) Arch A4, voda, houba, velké pohyby přes celý arch.

Čtvrtá hodina:

- a) Zahájení, seznámení s obsahem hodiny.



- b) Zásady správného postoje.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění celého těla najednou.
- e) Procvičení třetího cviku.
- f) Pátý cvik celý.
- g) Cvičení ve dvojicích.
- h) Malování na zemi – vlny.
- i) Ukončení a rozloučení.

Výtvarná část:

Arch A4, voda, houba, na zemi – velké pohyby, které vedou oči.

Třetí měsíc – rámcový program:

Cvičení:

- a) Přivítání, zahájení a seznámení s obsahem hodiny.
- b) Procvičování správného postoje.
- c) Správné držení hlavy.
- d) Uvolňování končetin a celého těla
- e) Opakování již probraných cviků.
- f) Procvičení zápěstí ruky.
- g) Cítění dlaní.
- h) Nové dva celky.
- i) Procvičování masáže zad.
- j) Opakování automasáže ruky.

Výtvarná část:

- a) Práce na velký arch papíru na zemi, voskovky. Velké pohyby, práce většími klouby.

Jednotlivé lekce:



První hodina:

- a) Přivítání a seznámení s obsahem hodiny.
- b) Správný postoj, cvičení rovnováhy – zavřít oči.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolňování končetin a pak celého těla najednou.
- e) Opakování pátého cviku a jednoho dle výběru dětí.
- f) Masáž celé paže.
- g) Automasáž ruky – opakování.
- h) Malování na zemi vodou a houbou – vlnky.
- i) Povídání o malování.
- j) Ukončení a rozloučení.

Druhá hodina:

- a) Přivítání a zahájení.
- b) Správný postoj.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolňování celého těla.
- e) Opakování všech probraných cviků.
- f) Masáž celé paže a ruky.
- g) Dlaně proti sobě – nácvik vnímání vlastního těla.
- h) Koordinační cvičení prstů ruky.
- i) Malování na zemi voskovkami – kombinace kruhů a vlnek.
- j) Ukončení a rozloučení.

Třetí hodina:

- a) Zahájení hodiny, seznámení s programem.
- b) Správný postoj.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolňování celého těla najednou.
- e) Opakování třetího cviku.
- f) Celý jeden nový (šestý) cvik.
- g) Rotační cvičení.



- h) Cvičení na rozhýbání zápěstí.
- i) Trhání papíru.
- j) Malování voskovkami – volné téma.
- k) Úklid a rozloučení.

Čtvrtá hodina:

- a) Zahájení, přivítání, seznámení s programem.
- b) Správný postoj.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolňování celého těla najednou.
- e) Opakování tří cviků podle přání dětí.
- f) Sedmý cvik celý.
- g) Cvičení ve dvojicích. Chůze po prostoru se zavřenýma očima.
- h) Běh po tělocvičně – do kříže.
- i) Dechová cvičení.
- j) Malování voskovkami – práce s plochou (P – L orientace).
- k) Úklid a rozloučení.

Čtvrtý měsíc – rámcový program:

Cvičení:

- a) Opakování a procvičování celého postoje.
- b) Nácvik rovnováhy.
- c) Kompletní masáž.
- d) Nácvik posledního celého cviku.
- e) Opakování všech probraných cviků.
- f) Nácvik dýchání do břicha.
- g) Vnímání vlastního těla.
- h) Orientace v prostoru.

Výtvarná část:



- a) Práce na A4, voskovky na zemi, vsedě u stolu.

Celý kurz skončil zopakováním základních pohybových aktivit a rekapitulací automasáže ruky.

Obsah jednotlivých lekcí:

První hodina:

- a) Zahájení, seznámení s programem.
- b) Správný postoj.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Rotační cviky.
- e) Osmý cvik celý.
- f) Masáž zad a automasáž ruky.
- g) Cvičení ve dvojicích k rozvoji vnímání druhého.
- h) Nácvik vnímání vlastního těla.
- i) Dýchání do břicha vleže.
- j) Kroužení voskovkami na A 4 na zemi.
- k) Povídání o malování a rozloučení.

Druhá hodina:

- a) Přivítání, zahájení a seznámení s programem.
- b) Správný postoj. Cvičení rovnováhy, hledání těžiště.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění celého těla.
- e) Opakování všech osmi cviků. Zpřesňování.
- f) Rotační cviky – opakování.
- g) Cvičení ve dvojicích.
- h) Masáž – kompletní ve dvojicích.
- i) Kroužení a vlnky voskovkami u stolu, arch A 4.
- j) Ukončení a rozloučení.

Třetí hodina:

- a) Zahájení a seznámení s programem hodiny.
- b) Správný postoj. Hledání těžiště, nácvik rovnováhy.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění celého těla.
- e) Opakování všech osmi cviků.
- f) Automasáž ruky – opakování a procvičování.
- g) Zahřívání a prohřívání ruky – k zvýšení ohebnosti.
- h) Dýchání do břicha vleže, vnímání vlastního těla.
- i) Malování – voskovky: kroužení, vlny a vlnky, arch A 4. U stolu na židli.
- j) Úklid, ukončení a rozloučení.

Čtvrtá hodina:

- a) Zahájení a seznámení s programem hodiny.
- b) Správný postoj. Hledání těžiště, rovnováha.
- c) Cviky k rozcvičení.
- d) Uvolnění těla v prostoru.
- e) Opakování všech osmi cviků.
- f) Rotační cviky.
- g) Zahřívací masáž ruky – procvičení.
- h) Závěrečná diagnostická kresba. Voskovky, arch A4, u stolu.
- i) Rozloučení.

7.5 *Náplň pokračujícího skupinového kurzu pro děti*

Tento blok byl sestaven pro skupinku dětí z druhého ročníku, které se účastnily již prvního kurzu v prvním pololetí.

Náplň pokračování navazuje na obsah prvního kurzu.

Pozornost je věnována především:

- a) Opakování a procvičování správného postoje a držení hlavy.
- b) Opakování osmi cviků z prvního kurzu.
- c) Rozvoj jemnější motoriky.
- d) Koordinační cvičení na koordinaci větších a menších kloubů ruky.
- e) Cviky na uvolňování a zjemňování práce šlach a vazů v oblasti zápěstí a ruky.
- f) Cvičení na jemnou koordinaci prstů ruky.
- g) Cvičení na zrakovou percepci a její propojení s rukou.
- h) Jednotahovky.
- i) Vizuomotorika.
- j) Opakování a rozšíření automasáže ruky.
- k) Cvičení ke zlepšení taktilního vnímání.

Časová dotace: 1krát týdně 45 minut v době vyučování.

Místo konání: tělocvična s voděodolnou podlahou.

Potřeby: houby, misky s vodou, archy formátu A2, voskovky, archy formátu A4

Celkem 10 lekcí.

Na počátku každé lekce je přivítání, seznámení s programem a na konci je rekapitulace a rozloučení. Děti nejsou porovnávány a měřítkem úspěšnosti jejich práce je to, zda mají ze své práce dobrý pocit ony samy.

První měsíc – rámcový program:



Cvičení:

- a) Opakování osmi cviků.
- b) Opakování rotačních cviků.
- c) Procvičování uvolňování celého těla.
- d) Opakování masáže ruky a paže.
- e) Cviky na uvolňování ruky. J.U.
- f) Relaxační cvičení.
- g) Zásady správného sezení.

Výtvarná část:

- a) Diagnostická kresba – A4 formát, voskovky. U stolu na židli.
- b) Kresba voskovkami, formát A4 – kruhy, vlny a vlnky.

Jednotlivé lekce:

První hodina:

Cvičení:

- a) Opakování celé sady osmi cviků.
- b) Uvolňování celého těla – pohyb po prostoru.
- c) Rotační cviky.
- d) Masáž zad a paží.
- e) Cviky na uvolnění zápěstí.

Výtvarná část:

- a) Diagnostická kresba.

Druhá hodina:

Cvičení:

- a) Opakování dvou cviků z procvičené sady.



- b) Uvolňování celého těla.
- c) Rotační cviky.
- d) Masáž zad ve dvojicích a masáž paží a rukou.
- e) Cviky na uvolnění zápěstí.

Výtvarná část:

- a) Nácvik držení voskovky.
- b) Kresba kruhů.

Třetí hodina:

Cvičení:

- a) Opakování čtvrtého a osmého cviku ze sady osmi cviků.
- b) Postupné uvolňování celého těla.
- c) Cviky na uvolnění ramenního kloubu
- d) Masáž paží a rukou.
- e) Cviky na uvolnění zápěstí.
- f) Cviky na uvolnění svalů ruky.

Výtvarná část:

- a) Kresba kruhů voskovkami.
- b) Kresba vln a vlnek voskovkami.

Čtvrtá hodina:

Cvičení:

- a) Opakování druhého a třetího cviku ze sady osmi cviků.
- b) Postupné uvolňování celého těla.



- c) Rotační cviky.
- d) Cviky na uvolnění ramenního kloubu.
- e) Masáž rukou.
- f) Cviky na uvolnění svalů, šlach a vazů ruky.

Výtvarná část:

Kreslení kruhů, vln a vlnek dohromady, arch A4, voskovky.

Druhý měsíc – rámcový program:

Cvičení:

- a) Opakování osmi cviků.
- b) Cviky na uvolňování celé paže – především ramenního kloubu.
- c) Cviky na uvolňování zápěstí.
- d) Cviky na uvolňování svalů a vazů ruky.
- e) Automasáž ruky – procvičování.
- f) Rotační cviky.
- g) Opakování cviků rovnováhy.
- h) Správné sezení, držení hlavy.

Výtvarná část:

- a) Kresba voskovkami – vlnky, „účka“, smyčky jedním tahem.
- b) Rozvoj zrakové percepce – cvičení z Dílčího oslabení výkonu Zrakové diferenciacce.

Jednotlivé lekce:

První hodina:

- a) Opakování dvou z osmi cviků.
- b) Cviky na uvolňování ramenního kloubu.
- c) Automasáž celé ruky.
- d) Cviky na uvolnění zápěstí.
- e) Cviky na uvolnění a protažení svalů ruky.



- f) Uvolnění horní končetiny a celého těla.
- g) Koordinační cvičení pro prsty ruky.

Výtvarná část:

- a) Procvičování „úček“, vlnek.
- b) Cvičení na podporu zrakového vnímání.

Druhá hodina:

- a) Uvolnění celého těla.
- b) Opakování dvou z osmi cviků.
- c) Cvičení na uvolňování ramenního kloubu.
- d) Cviky na uvolnění zápěstí.
- e) Cviky na uvolnění svalů ruky.
- f) Koordinační cvičení pro prsty ruky.

Výtvarná část:

- a) Jednotahovky.
- b) Rozvoj zrakového vnímání.

Třetí hodina:

- a) Opakování dvou z osmi cviků.
- b) Cviky na uvolnění ramenního kloubu.
- c) Cviky na uvolnění zápěstí.
- d) Cviky na uvolnění svalů ruky.
- e) Koordinační cvičení na prsty ruky.

Výtvarná část:

- a) Cvičení na rozvoj zrakového vnímání a prostorové orientace.
- b) Jednotahovky.

Čtvrtá hodina:

- a) Opakování dvou z osmi cviků.
- b) Cviky na uvolnění ramenního kloubu.



- c) Automasáž ruky.
- d) Cviky na uvolnění zápěstí a prstů ruky.
- e) Jemná koordinační cvičení prstů ruky.

Výtvarná část:

- a) Jednotahovky, bludiště.
- b) Cvičení na rozvoj zrakového vnímání.

Třetí měsíc – rámcový program:

- a) Opakování osmi cviků – výběr.
- b) Cviky na svaly, šlachy a vazy ruky.
- c) Cviky na uvolnění ramenního kloubu.
- d) Cviky na rovná záda.
- e) Automasáž ruky.
- f) Správné sezení, držení hlavy.

Výtvarná část:

- a) Jednotahovky.
- b) Cvičení vizuomotoriky.
- c) Rozvoj zrakové percepce – DOV.

Jednotlivé lekce:

První hodina:

Cvičení:

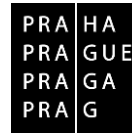
- a) Opakování osmi cviků.
- b) Uvolnění celého těla.
- c) Uvolnění zápěstí a svalů ruky.
- d) Koordinační cvičení prstů ruky.
- e) Opakování zásad správného sezení a držení hlavy při sezení.

Výtvarná část:

- a) Jednotahovky



OPERAČNÍ PROGRAM PRAHA
ADAPTABILITA



- b) Cvičení zrakové percepce – DOV (Dílčí oslabení výkonu)

Druhá hodina:

Cvičení:

- a) Osm cviků – výběr dvou z nich a jejich opakování
- b) Cviky na rovná záda
- c) Správné sezení u stolu
- d) Uvolnění zápěstí a ruky
- e) Automasáž ruky
- f) Koordinační cvičení prstů ruky

Výtvarná část:

- a) Jednotahovky.
- b) Bludiště.

8. *Literatura:*

1. Pokorná, Věra: Teorie, diagnostika a náprava specifických poruch učení, Portál, 1997, 1. vydání
2. Žáčková, H., Jucovičová, D.: Dysgrafie, Tiskárna Van Druck, 2009, 2. rozšířené vydání
3. Svatošová, T.: Písmo jako vědomá stopa pohybu, Tiskárna Van Druck, 2009

Důležitá kvalifikační oprávnění pro možnost využití kompletní náplně tohoto semináře:

- a) Absolvent speciální pedagogiky
- b) Trenérská licence II. třídy
- c) Osvědčení o Rekvalifikačním kurzu pro masérské služby mimo obor zdravotnictví vydávaný MŠMT
- d) Zkušenosti se systémem cvičení, která jsou v rámci kurzu používána k pohybu a jeho rozvoji u dětí tak, aby napomohl k uvolňování, zlepšování koordinace pohybů a jejich zpřesňování a zjemňování.

Irena Mýtinová:

Speciální pedagog

Trenér II. třídy (akreditovaný kurz)

Učitel taiji

Učitel zdravotních asijských cvičení

Absolvent akreditovaného Rekvalifikačního masérského kurzu pro masérské služby mimo oblast zdravotnictví

Absolvent akreditovaného kurzu Písmo jako vědomá stopa pod vedením ak. malířky Tány Svatošové v Dyscentru Praha (2010)