

Zásady správneho písania

Priprava: Mgr. Katarína Adamovičová, Školský špeciálny pedagóg

Dôležité zásady správneho písania – zhrnutie

- + **pozitívny prístup** k písaniu a navodenie radostnej atmosféry,
- + **správne pohodlné sedenie** na celej stoličke, zabezpečujúcej stabilitu tak, aby dieťa malo celé chodidlá na zemi a lavicu v optimálnej výške pre písanie,
- + **uvoľnenie ruky pred, ale aj počas písania**, rôznymi pohybmi a cvičením prstov, zápästia, aj celej ruky (napríklad za sprievodu riekaniek),
- + **správne držanie písacích potrieb** palcom a prostredníkom, ukazovák je položený ľahko zhora, pričom prsty sú pokrčené, nie prehnuté,
- + **správne natočenie zošita** u prvákov smerom nahor tak, aby pravý roh smeroval doľava nahor,
- + **vhodné osvetlenie**, aby si dieťa pri písaní netienilo, aby ho svetlo príliš neoslňovalo, alebo aby sa mu nepoškodil zrak,
- + **primeraná doba písania** je v priemere pre začínajúcich prvákov približne 10 – 15 minút (asi 4 riadky v prváckej písanke),
- + **správny výber písacích potrieb** (ceruzky s väčším hrotom) a pera (väčšina pier má ergonomickú úchopovú zónu v tvare trojuholníka, ktorá dieťa navedie na správne držanie, ale bez nácviku ho nezaručuje).



BÁSNIČKY NA ROZCVIČOVANIE PRSTÍKOV PRED PÍSANÍM

„Tancuje, tancuje mačička,“ (dieťa krúži zápästím oboma rukami proti sebe)

„točí sa jej suknička.“ (dieťa krúži zápästím oboma rukami od seba)

Všetky moje prsty (rýchle otváranie a zatváranie prstov)

schovali sa v hrsti. (do dlane)

Raz sa prsty hádali, akú prácu konali.

Palec ten je silný ... (kmitanie palcom)

Ukazovák pilný ... (kmitanie ukazovákom)

Prostredník je najdlhší ... (kmitanie prostredníkom)

Prsteník je najkrajší ... (kmitanie prsteníkom)

Maliček je najmenší ... (kmitanie malíčkom)

Rúčky, rúčky, ručičky, máte pekné prstíčky. (kmitanie všetkými prstíkmi)

Máte pekné dlane, zatlieskajme na ne. (potlesk)

BÁSNIČKA NA PRÍPRAVU PRED PÍSANÍM

Pozor, žiaci prváci! (očný kontakt s učiteľom)

Čo robíme pri práci?

Zošiť mierne nakloníme (nakloniť písanku)

a rovno sa posadíme. (vyrovnať chrbátik)

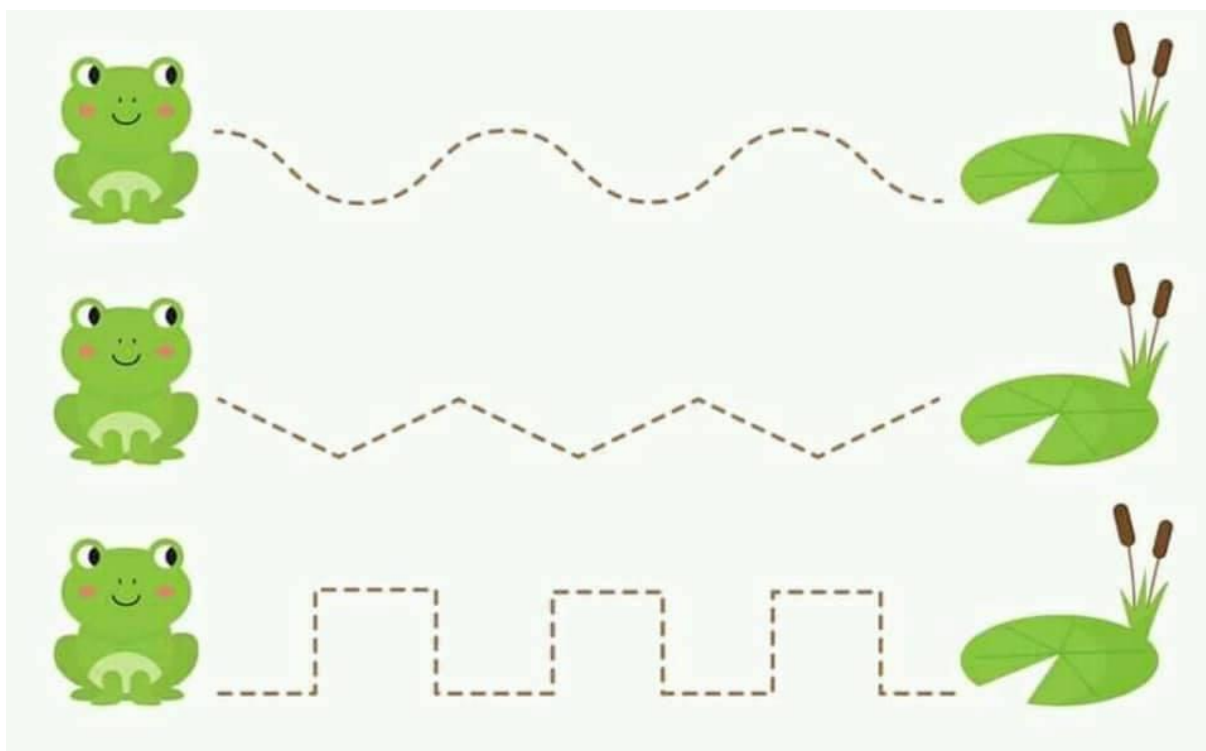
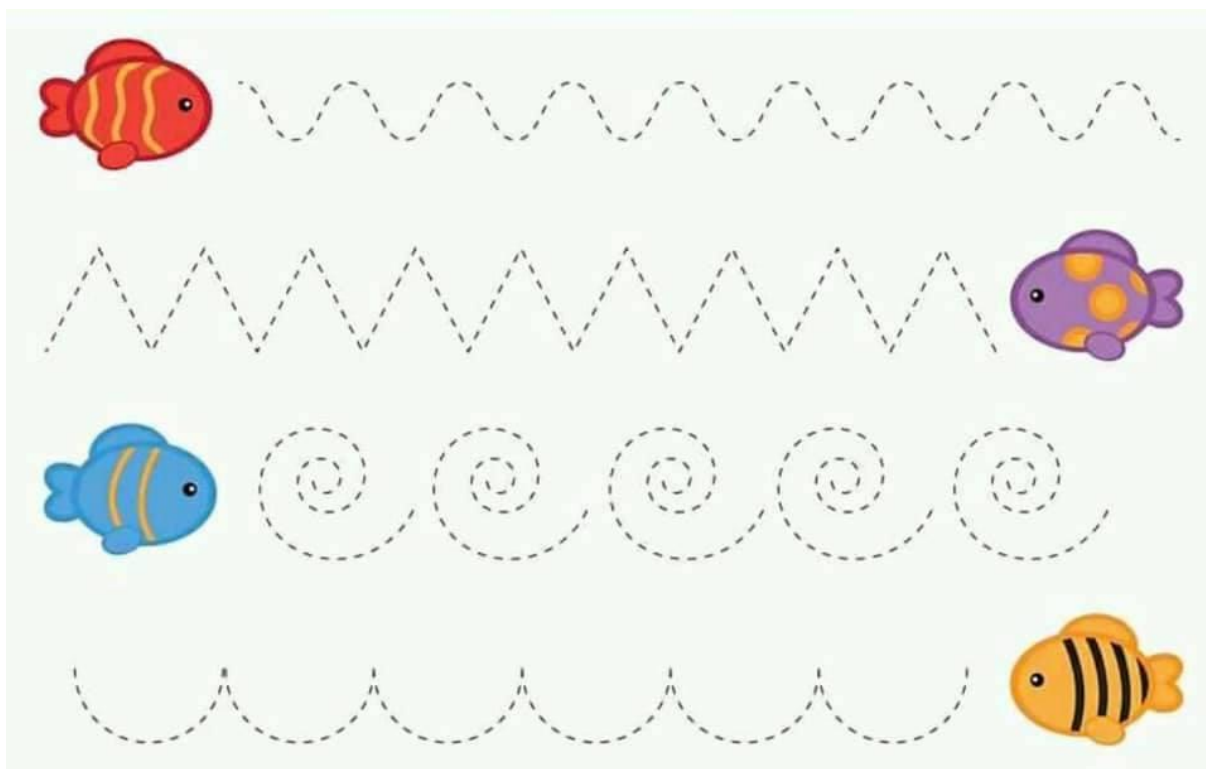
Oba lakte musia na lavici byť, (položiť lakte na lavicu)

nechceme predsa nosom do lavice ryť. (odmerať si vzdialenosť tváre od písanky)

A chodidlá, kde ich máš?

Na zemi ich vyrovnáš. (položiť nôžky na dlážku)

Hravé pracovné listy na precvičenie grafomotoriky





Zdroje:

<https://mamaaja.sk/clanky/dieta/zasady-spravneho-pisania-ktore-by-rodicia-mali-poznat>

<https://www.facebook.com/PediatricOccupationalTherapySolutions/photos/pcb.1853127084851145/1853125474851306>