

Stručni rad

**RAZVOJ FINE MOTORIKE I GRAFOMOTORIČKIH VJEŠTINA U
OKVIRU JUTARNJEG DEŽURSTVA**

Stanka Erjavec

Osnovna škola Louisa Adamiča Grosuplje

Sažetak

Kao učiteljica razredne nastave u 1. razredu u članku predstavljam konkretne i jednostavne aktivnosti za razvoj fine motorike i grafomotorike u kojima učenici tijekom ove školske godine aktivno sudjeluju za vrijeme jutarnjeg dežurstva. S uvođenjem aktivnosti započela sam krajem rujna, kada su se učenici prvog razreda već prilagodili novom okruženju. Iako su rezultati rada pozitivni i primjetni, s aktivnostima ćemo nastaviti sve do kraja školske godine.

Uz spomenute aktivnosti, u okviru jutarnjeg dežurstva obavljamo i aktivnosti povezane s čitanjem, kreativnošću, kretanjem i opuštanjem.

Ključne riječi: jutarnje dežurstvo, grafomotorika, fina motorika, 1. razred

1. Uvod

Već nekoliko godina radim kao druga stručna djelatnica u 1. razredu i satnicu nadopunjujem jutarnjim dežurstvom, kao dijelom proširenog programa. U našoj se školi održava od 6.30 do 8.30. Za to vrijeme učenicima je potrebno pružiti sigurno i poticajno okruženje za učenje u kojem mirno čekaju na početak nastave. Neki učenici dolaze u školu već vrlo rano, pa učitelj za vrijeme jutarnjeg dežurstva mora brižljivo planirati raznolik niz aktivnosti koje učenicima omogućuju razvijanje različitih znanja, vještina i sposobnosti.

Posljednjih godina kod sve više učenika prvog razreda primjećujem slabije razvijenu finu motoriku i grafomotoričke vještine odnosno učestalije probleme kod aktivnosti koje iziskuju razvijeno ručno umijeće. Stoga smo kolegica, razrednica 1. razreda i ja odlučile da će učenici ove vještine aktivno i usmjerenom razvijati tijekom cijele školske godine, prije svega u okviru jutarnjeg dežurstva.

Poznato je da učenici općenito preferiraju neusmjerene slobodne aktivnosti, što znači da najviše vole slobodnu igru u kutcima za odmor, crtanje, bojenje, sastavljanje kockica ili razne društvene igre. Unatoč tome, za vrijeme jutarnjeg dežurstva treba im ponuditi što više praktičnih usmjerenih aktivnosti i odgovarajuće ih motivirati da sa zanimanjem i veseljem posežu za predloženim aktivnostima, znajući da će izraditi nešto vrijedno pohvale.

2. Praktične aktivnosti za poboljšanje fine motorike i grafomotoričkih vještina

U nastavku navodim praktične aktivnosti za poboljšanje fine motorike i grafomotoričkih vještina koje redovito provodimo tijekom jutarnjeg dežurstva. To su:

- gradnja Lego kockicama i razne slagalice
- oblikovanje plastelina, gline, mase za modeliranje i slanog tijesta
- zatezanje matica i vijaka
- rukovanje kvačicama
- prebiranje i razvrstavanje predmeta pincetom
- crtanje slova i brojeva u grizu, brašnu ili pijesku
- izvođenje ležeće osmice
- crtanje X-a i ležeće osmica po zraku
- izrezivanje traka i jednostavnih likova
- izrezivanje složenijih oblika
- vezanje vijače i vezica
- oblikovanje uzica u obliku brojeva i slova

- grupno oblikovanje slova i brojeva vlastitim tijelom
- hvatanje, dodavanje i bacanje balona te velikih ili malih lopti
- vezenje, nizanje, šivanje
- aktivnosti s plišanim žicama
- prelijevanje vode
- gužvanje i trganje papira
- crtanje uzoraka, brojeva i slova na „piši-briši” foliji
- upotreba geoploče i drvenih štapića za računanje
- kopčanje i šivanje gumba
- korištenje spajalica
- kreativno pribadanje čavlića u boji
- poticanje crtanja s nedominantnom rukom
- poticanje crtanja oblika s nogom
- slaganje odjeće
- grafomotoričke vježbe
- vježbe za spretne prste i opuštenu ruku
- bojanke i labirinti
- vježbe opuštanja
- vježbe disanja
- *brain gym* vježbe
- FIT aktivne stimulacije (projekt Fit4Kid).

2.1. Opis nekih od praktičnih aktivnosti

Kao učitelji 1. razreda imamo na raspolaganju velik broj didaktičkih igračaka koje doprinose razvoju fine motorike i poboljšanju koordinacije oko-ruka, a koje naravno uspješno koristimo tijekom različitih aktivnosti u odgojno-obrazovnom procesu. Ovdje ubrajamo slagalice različitih veličina, geoploče, štapiće za računanje, Lego kocke, čavliće u boji, kreativne blokove za slaganje, „piši-briši” podloge za crtanje s različitim uzorcima, grafomotoričke vježbe – i još mnoge druge.

Iako se učenici obično vole igrati s didaktičkim igračkama, ponekad je određenu aktivnost potrebno oprezno uplesti putem igre ili (ne)usmjerenih aktivnosti. Vrlo je važno učenicima što prije sustavno ponuditi različite prilike za vježbu te u tome biti ustrajni i dosljedni.

Geoploče vrlo su prikladne za razvoj ručnog umijeća, jer učenici s gumicama u boji samostalno oblikuju različite likove, uzorke i crteže, na primjer kuću, vozilo ili životinju. Pri radu razvijaju finu motoriku, vizualno-motoričku koordinaciju i misaone procese. Uz neke geoploče dolaze i kartice s već nacrtanim uzorcima.

Drveni štapići za računanje – Cuisenaireovi štapići

Učenicima podijelimo predloške na kojima su nacrtani predmeti. Svaki učenik treba i list s kvadratnom mrežom (1 cm) na koji postavlja odgovarajuće štapiće

kojima će sastaviti predmet s predloška. Zatim učenike potaknemo da oboje svoj proizvod i usporede rješenja.

Upotreba štipaljki

Na uzicu pričvrstimo kartončice s računskim operacijama, slovima, slogovima, riječima ili rečenicama. Učenici otkvače karticu i odnesu je u školsku klupu, gdje riješe zadatak, na primjer izračunaju račun. Zatim ga donesu natrag, pričvrste na uzicu i ponove aktivnost.

Djecu podijelimo u skupine. Svaka skupina dobije uzicu i određen broj kvačica. Uzica može biti napeta ili slobodno ležati na podu. Na nju je potrebno fiksno pričvrstiti kvačicu. Ovo je dobra vježba za pravilan stisak i jačanje snage u prstima. Pobjeđuje skupina koja pravilno pričvrsti najviše kvačica.

Korištenje uredskih spajalica

Učenici pričvršćuju spajalice na različito debeo karton ili papir. Pomoću spajalica mogu sastavljati lance od kojih oblikuju brojeve, slova, likove ili različite vrste linija.

Modeliranje

Jednostavne aktivnosti gnječenja i oblikovanja plastelina, gline, slanog tijesta ili mase za modeliranje mogu biti izvrsna aktivnost za razvijanje fine motorike, koncentracije, kreativnosti, kao i preciznosti. Učenik u proizvoljno oblikovanu smjesu može postaviti čačkalice, slamke ili šibice te oblikovati slova, riječi, brojeve i uzorke.

Plišane žice

Na plišane žice učenici vole nizati perlice, makarone ili kratke slamke te tako oblikovati razne ogrlice ili narukvice. Aktivnost je korisna i za učenje dovršavanja nizova.

Umetanje plišanih žica u kuhinjsko cjedilo s većim rupicama može biti zabavna igra. Cjedilo se pretvara u voće po izboru kroz koje gmižu crvi s jedne strane unutra, a s druge van. Aktivnost se može nadograditi postavljanjem žice na lijevu i desnu stranu cjedila. Tako su djeca prisiljena koristiti obje ruke.

Prelijevanje vode najprije vježbamo na terasi ispred učionice. Vodu iz vrčeva koje držimo u kuhinjskom kutku ulijevamo u lončice i šalice. Na početku na otvorenom vježbamo i zahvaćanje te nalijevanje vode kutljačom.

Gužvanje i trganje papira

Učenici gužvaju različite otpadne papire. Gužvanjem izrađuju grude različitih veličina ili manje kuglice. U dvije se skupine u školskoj dvorani ili na otvorenom gradaju izrađenim lopatama. Pobjeđuje grupa koja u protivničko polje ubaci više gruda.

U okviru likovne kulture možemo izraditi kolaž od kuglica papira ili različito velikih komada koje trgamo.

Papirnati ubrus

Učenici izrađuju ubrus ispreplićući trake.

Prvo iz časopisa ili kolaž papira izrežu trake. Za učenike prvog razreda primjerene su šire trake. Jednom kada savladaju sustav prepletanja, koriste uže trake.

Kopčanje i šivanje gumba

Stara košulja s malo većim gumbima izvrstan je i besplatan alat za učenje zakopčavanja i otkopčavanja gumba. Tko bi pomislio da u početku to može predstavljati velik problem. Na košulju ili komade odgovarajuće tkanine učenici također mogu prišiti veće gumbе. Za to nam je potreban deblji konac i deblja igla.

Vezenje

Za razvijanje ručnog umijeća koristimo razne setove, blokove za vezenje i ploče za šivanje, a šablone od kartona i plastičnih tanjura možemo izraditi i sami.

Vezivanje

Znamo da većini učenika treba više ponavljanja kako bi naučili vezati vijaču i/ili cipele. Zato možemo izraditi jednostavno pomagalo.

Od kartona izrežemo obris stopala koji će nam poslužiti kao cipela. Sa strane napravimo rupice kroz koje provučemo vezicu.

Ležeća osmica

Stručnjaci vjeruju kako je ovo pomagalo u prva tri razreda nezamjenjiv alat za razvoj koncentracije, rada ruku i očiju, pažnje i vizualne percepcije. Redovitom uporabom jačamo pokrete koji su neophodni za razvoj i povezivanje lijeve i desne hemisfere. Upotrebljavamo je tako da pikulom, manjom kuglicom ili olovkom učenik putuje po udubini ploče, aktivirajući djelovanje obiju polovica mozga.

Također se preporučuje da prije težih misaonih procesa po zraku crtaju velik znak „X” ili ležeće osmice. Pritom je važno da očima prate vrške prstiju.

Korištenje pincete

Pravilnom upotrebom plastične pincete učenici razvijaju koordinaciju očiju i ruke te finu motoričku kontrolu odnosno sve ključne vještine potrebne za kontrolu olovke i drugih pomagala. Pincetom mogu razvrstavati obojene cofleke, kuglice, grah, kamenčiće, kukuruz i druge prirodne materijale. U našem je razredu vrlo popularna aktivnost koju su učenici nazvali „Pomozimo Pepeljugi“. Pepeljugin maćeha nasula je u kutiju nekoliko vrsta graha, kukuruza i raznih kamenčića koje mora razvrstati želi li navečer otići na ples. Umjesto ptičica, u poslu joj pomažu djeca. Pincetom (kljunom) prenose sjemenke i kamenčiće te ih razvrstavaju u posudice. Kad je kutija prazna, Pepeljuga može otići na ples, a učenici zaslužuju slobodnu aktivnost.

3. Zaključak

U članku sam opisala neke od aktivnosti koje s učenicima od početka školske godine aktivno provodimo tijekom jutarnjeg dežurstva. Jednom su određene vježbe obavezne, a drugi put ako učenici to žele. Naravno, aktivnosti provodimo i za vrijeme nastave, jer svaka se aktivnost može nadograditi, promijeniti ili prilagoditi.

Najveću korist od vođenog rada imaju učenici s manje razvijenim motoričkim sposobnostima, jer su s vremenom, uz poboljšanje fine motorike, poboljšali i ustrajnost, preciznost te pozitivnu sliku o sebi.

Također moram primijetiti kako se grafomotorika osjetno pogoršala kada su se učenici nakon tromjesečnog školovanja na daljinu vratili u školu. Zato smo u veljači i ožujku provodili još više aktivnosti, a ustrajan rad urodio je plodom.

Provođenje aktivnosti kolegica i ja kombiniramo s metodom *brain gym*, vježbama disanja i opuštanja te FIT aktivnim stimulacijama. Kombinacijom svih spomenutih aktivnosti svim je učenicima poboljšano ručno umijeće, ustrajnost i preciznost pri radu, a u učionici je istovremeno stvorena pozitivnija i ugodnija klima.

Ovaj sam članak napisala kako bih iz prakse potvrdila da se zacrtani ciljevi mogu postići posve jednostavnim i laganim vježbama, a posebno da se ustrajan rad bogato nagrađuje. Slovenska poslovice „Što Janez nauči, to Janez zna” moja je vodilja od prvog dana poučavanja i uvijek iznova potvrđuje kako vrijedi i u suvremeno doba. Naravno, u svakom je procesu učenicima potrebno pružiti konstruktivne povratne informacije, pozitivna očekivanja i ohrabrenje.

4. Popis literature

- [1.]Sovinc, Nina; Krašovec, Bojana; Bizjak, Anja. 2020. *Vaje za spretne prste: zbirka vaj za zaznavanje in obvladovanje telesa*. Založba Rokus Klett. Ljubljana.
- [2.]Fricelj, N.; Golob, N.; Podgorelec, M.; Suhoveršnik, P. *Spretni prstki*. https://ucilnice.arnes.si/pluginfile.php/2094406/mod_resource/content/1/Spretni%20prstki.pdf (pristupljeno 23. ožujka 2021.).
- [3.]Zadravec, A. *Igre za spretne prste*. <http://www.popp-maribor.si/files/2016/10/Igre-za-spretno-prste-1001-ideja.pdf> (pristupljeno 23. ožujka 2021.).
- [4.]Gajić, M. *Aktivnosti za razvijanje fine motorike*. https://ucilnice.arnes.si/pluginfile.php/1967710/mod_resource/content/1/Fina%20motorika%20-%20opis%20in%20aktivnosti%20za%20razvoj.pdf (pristupljeno 23. ožujka 2021.)