

Správné a špatné držení psacích potřeb



Správné držení – špetkový úchop

Palec drží, prostředníček podpírá a ukazováček je položen lehce shora (lehké položení můžeme motivovat zobáním kuřátek a ukazováčkem na pero lehce poklepeme).

K nácviку je třeba dítě vědomě vést již v mateřské škole a doma (již od chvíle, kdy dítě poprvé bere psací a kreslicí potřeby do ruky a začíná tak s prvním kreslením – obvykle mezi 2. a 4. rokem).



Špatné držení – křečovitě držení

Palec i ukazováček drží příliš křečovitě – velký tlak na pero, z toho důvodu se také ukazováček prohýbá.



Špatné držení – hrníčkový úchop

Palec drží, prsteníček podpírá a prostředníček s ukazováčkem jsou položeny shora.



Špatné držení – nízké křečovitě držení Palec i ukazováček drží příliš křečovitě – velký tlak na pero, z toho důvodu se také ukazováček prohýbá, pero je drženo příliš nízko – blízko hrotu.



Špatné držení – špetkový úchop s palcem

Prostředníček podpírá, ukazováček shora, ale palec je příliš vysunutý a ohnutý přes pero.



Špatné držení – protažená hrstička

Prsty jsou oproti správnému držení protaženy, podpírá prsteníček.



Špatné držení – pěstičkový úchop

Palec ohnutý přes pero a ostatní prsty jsou sevřeny v pěst.



Špatné držení

Hrot pera nesměřuje k rameni.

Velký tlak na psací a kreslicí potřeby



Přiměřený tlak na štětec

Malování štětcem je vhodné k uvolnění ruky. Správný tlak poznáme při malbě štětcem, kdy je stopa plynulá.



Velký tlak na štětec

Nemá-li dítě ruku uvolněnou, příliš tlačí na psací potřeby. Velkým tlakem se štětiny štětce ohýbají. K uvolnění ruky a získání přiměřeného tlaku je malba štětcem velmi vhodná.

Správné a špatné sezení



Správné sezení

Z bočního pohledu vidíme, že dítě sedí na celé židli – obě chodidla jsou celou plochou opřena o podlahu, paty jsou pod kolena. Důležitá je i vzdálenost hlavy od podložky a rovná záda.



Správné sezení

Čelní pohled nám ukazuje vhodnou vzdálenost kolen (mezi kolena vložíme dvě pěsti – viz video č. 1). Ruka, která nepíše, přidržuje sešit.



Správné sezení

Vzdálenost mezi hranou sedátka a podkoleními jamkami by měla být přibližně 5 cm.



Správné sezení

Kolena by měla být od sebe na šíři dvou dětských pěstiček

Pokud dítě u psaní nebo kreslení špatně sedí, je vhodné nenásilnou formou toto sezení opravit. Nesmíme také zapomenout, že dítě vychováváme především příkladem.



Špatné sezení

Nohy zaháknuté za židličku



Špatné sezení

Noha natažená, pokřivená záda



Špatné sezení

Sezení na kraji židle, špatné postavení nohou



Špatné sezení

Levá ruka na horním okraji papíru psací plochy, hlava příliš nad papírem, kulatá záda (kyfotické držení)