

# FINA MOTORIKA I GRAFOMOTORIKA

Motorički razvoj započinje razvojem grube motorike (sjedenje, puzanje, hodanje, trčanje) zatim se nastavlja razvojem fine motorike i grafomotorike. Fina motorika je niz koordiniranih pokreta kostiju, zglobova i mišića šake, a posebno prstiju, u svrhu izvođenja preciznih pokreta. Povezana je s **koordinacijom oko-ruka**, tj. sa sposobnošću da ruka izvrši zadatak koji smo vidjeli okom.

Grafomotorika je sposobnost držanja olovke i pisanja. Grafomotoričkim vježbama dijete ne razvija samo motoriku već i **pažnju, koncentraciju, orijentaciju, govor, spoznaju. Dijete pamti otprije usvojene pokrete, koristi se njima u novim situacijama i razmišlja.**

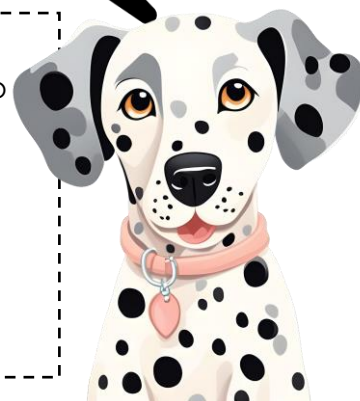
Poticanjem fine motorike ruku, potičemo i **susjedne zone u mozgu koje upravljaju govorom.**

**Pravilan hvat olovke:** S otprilike pet godina (najkasnije do šeste), hvat olovke postaje pravilan. Olovka se tada drži vrhovima prstiju (kažiprsta, palca i srednjaka), a prilikom pisanja miču se prsti. Olovka se drži 1-2 cm iznad vrha.



Možemo smatrati da je dijete savladalo grafomotoričke vještine:

- Kada je **odabralo dominantnu ruku** koju će koristiti za pisanje (djeca u pravilu do pete godine odabiru dominantnu ruku)
- **Pravilno drži olovku** vrhovima prstiju (palcem, kažiprstom i srednjim prstom)
- Ima **adekvatan pritisak olovke na papir** i linija koju nacрта je jasna
- Može **precrtati krug, kvadrat, trokut i romb**
- Savladalo je **bojanje unutar linija**
- Crta **prepoznatljive crteže** i zna **napisati svoje ime** tiskanim slovima



**PRAVILNO SJEDENJE** također igra važnu ulogu u vještini pisanja:

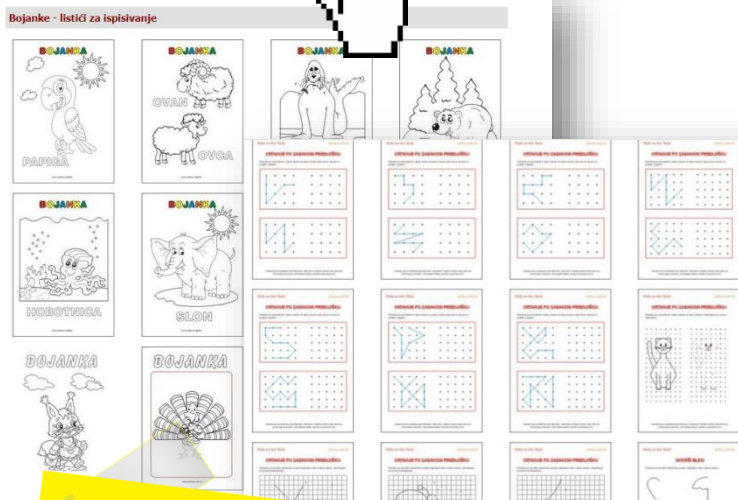
- Stražnjica se cijelom površinom nalazi na stolici (ne na rubu stolice)
- Stopala stoje ravno na podu
- Podlaktice se opušteno odmaraju na stolu
- Stol i stolica bi visinom trebali odgovarati djetetu



**ARTREA** ONLINE GRAFOMOTORIKA, LABIRINTI, TOČKALICE, CRTALICE, BOJANKE ZA PRINTANJE

<https://www.artrea.com.hr/onlinegrafomotorika.html>

<https://www.artrea.com.hr/labirinti.html><https://www.artrea.com.hr/tockalice.html><https://www.artrea.com.hr/bojankepdf.html>



Korisne web stranice s vježbicama i aktivnostima za razvoj grafomotorike:

<https://vrtic-vieverica.zagreb.hr/UserDocslimages/2020/Za%20roditelje/Razvoj%20grafomotorike.pdf>

<https://vrtic-segrthlapic.zagreb.hr/default.aspx?id=229>



**Crtanje voštanim bojama** koje su se **istrošile ili izlomile**, tako da su ostali kratki komadići. Male komadiće dijete neće moći držati šakom, već će upotrijebiti prstiće i vježbati njihov položaj.

**Guljenje mandarina ili manjih naranči.** Time će dijete vježbati hvat prstima i povlačenje (kod guljenja).  
Izvor: <https://vrtic-tratincica.zagreb.hr/>



**Literatura i dodatne informacije:**

<https://dvtatincica-barban.hr/njezino-velicanstvo-grafomotorika>  
<https://maslacak-zapresic.hr/poticanje-razvoja-grafomotorickih-vjezbi-kod-djeteta-predskolske-dobi/>  
<https://www.radost-porec.hr/sto-je-grafomotorika-i-kako-potaknuti-njezin-razvoj/>  
<https://www.djecjivrticmalimornari.hr/index.php/programi/za-predskolce/item/39-prezentacija-grafomotorika-i-pravilan-hvat-olovke>  
<https://djecjivrticzabica.hr/grafomotorika>

