

## 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 koleny. 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 zapomínat, že dítě vychováváme především příkladem.



### Špatné sezení

Nohy zaháknuté za židličku



### Špatné sezení

Noha natažená, pokrivená 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)

## 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 nácvičení 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 – křečovitité držení

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



### Špatné držení – hrníčkový úchop

Palec drží, prsténíček 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.

## Dítě půjde do školy a nevysloví určitá písmena

Logopedickými problémy bývají způsobené nedostatečně rozvinutou motorikou mluvidel, jež se vyvíjí současně s motorikou ruky. Zatímco do pěti let věku dítěte jsou určité prohřešky ještě tolerovatelné, od pěti/šesti let už se nejedná o roztomilé žvatlání, ale o vývojovou vadu. Pokud tedy slyšíte, že váš potomek nezvládne srozumitelně vyslovit polovinu abecedy, obraťte se na svého dětského pediatra, který vás doporučí vhodnému logopedovi.