



RODZIELSTWO
POD PAPUGAMI

Ola Wojciechowska



**Kluczowy przewodnik
po motoryce małej**

Pomoc w realizacji projektu:

Redakcja i korekta:

Anna Gidaszewska [@annagidaszewska](https://www.instagram.com/annagidaszewska)

Redakcja merytoryczna:

Katarzyna Piaskowska (fizjoterapeuta) [@hejho.o.dzieciach](https://www.instagram.com/hejho.o.dzieciach)
hejhoodzieciach.pl

Projekt graficzny i skład:

Agnieszka Dmitruczuk [@dymi.lab](https://www.instagram.com/dymi.lab)

Copyright © by Ola Wojciechowska

Wydawca: Kluczowa Edukacja

Wydanie II

Gdynia 2022

ISBN: 978-83-960722-1-4

Sprzedaż: olawojciechowska.pl/sklep/

Proszę, uszanuj moją pracę i nie rozpowszechniaj tego e-booka w nielegalny sposób osobom trzecim. Jeśli planujesz wykorzystać wybrane fragmenty mojego e-booka, użyj cytatów i podaj ich źródło (tytuł tego e-booka i autorkę).

Wstęp	6
1. Motoryka mała, wszystko, co ważne od momentu przyjścia dziecka na świat	12
1.1. Czym jest motoryka mała i dlaczego nie powinnaś tak bardzo przywiązywać się do słownikowej definicji	13
1.2. Odruchy, układ nerwowy i zmysły – ważne elementy w rozwoju dziecka	15
1.3. Jak wspierać rozwój motoryki małej od pierwszych dni życia dziecka	24
1.4. Rozwój umiejętności chwytania i manipulowania przedmiotami	28
1.5. Trudności na drodze rozwoju motoryki małej	40
1.6. Czynniki mające wpływ na sposób, w jaki rozwija się dziecko	45
1.7. Samodzielność a motoryka mała – związek idealny	47
1.8. Nauka samoobsługi w zakresie jedzenia i picia	50
1.9. Motoryka mała a rozwój mowy	57

2. Chwyt narzędzia pisarskiego	60
2.1. Chwyt narzędzia pisarskiego – dlaczego to takie ważne	61
2.2. Etapy rozwoju chwytu narzędzia pisarskiego	65
2.3. Tajemnica prawidłowego chwytu	80
2.4. Czy każde odstępstwo od normy powinno niepokoić?	83
2.5. Chwyt czteropalcowy – czy zawsze należy go korygować?	86
2.6. Skąd mam wiedzieć, że chwyt dziecka jest wystarczająco dobry?	93
2.7. Kiedy udać się po pomoc do terapeuty ręki?	97
3. Od malowania do nauki pisania – rozwój sprawności grafomotorycznej	100
3.1. Zmiany w podejściu do dobierania narzędzi do prac manipulacyjnych	101
3.2. Prawidłowa postawa przy biurku	104
3.3. Grafomotoryka – co to takiego i jak się rozwija?	107
3.4. Początek przygody z malowaniem – jak je wdrożyć i od jakich akcesoriów zacząć?	116
3.5. Pierwsze narzędzie pisarskie dziecka – jak je wybrać?	120
3.6. Kredki czy pisaki – co lepsze na start?	122
3.7. Trójkątne kredki – prawdziwa historia	124

3.8. Kredki kamienie, stożki i inne gadżety – czy są OK?	132
3.9. Nauka rysowania – kiedy i jak zacząć?	136
3.10. Dziecko oporne i niechętnie do malowania, rysowania czy kolorowania – jak postępować?	144
3.11. Nożyczki – czym kierować się przy wyborze?	148
3.12. Nauka pisania	159
3.13. Ołówek, długopis czy pióro – co wybrać do nauki pisania?	178
3.14. Ważny moment decyzyjny	188

Materiał dodatkowy

O metodach nauczania, edukacji i podejściu do wychowania	191
Edukacja doświadczalna vs karty pracy a rozwój motoryki małej	196
Wspieranie prawidłowego rozwoju motoryki małej a budowanie relacji z dzieckiem	199
„Nie umiem”, „nie dam rady”, „znowu źle to zrobiłem”, jak pracować z dzieckiem, które w siebie nie wierzy?	202
Jak sobie radzić, gdy nic nie działa i wszystko zawodzi?	206
O autorce	210
Bibliografia	211

Wstęp



Nigdy nie lubiłam czytać przedmów ani przydługich wstępów, ale wiem, że czasami bez tego ani rusz. Przede wszystkim bardzo zależy mi na tym, by każdy, kto sięgnie po ten „Kluczowy przewodnik po motoryce małej”, wiedział, dlaczego i w jakim celu powstał, oraz co w nim znajdzie.

Od dawna szukałam rozwiązania, dzięki któremu mogłabym w jeszcze lepszy sposób pomagać rodzicom i nauczycielom zgłębiać podstawową (i kluczową!) wiedzę dotyczącą rozwoju motoryki małej. Odkąd tylko zaczęłam tworzyć w sieci, regularnie otrzymuję powtarzające się pytania, które w głównej mierze dotyczą: etapów rozwoju chwytu narzędzia pisarskiego, ogólnego rozwoju motoryki małej, sposobów wsparcia tego

rozwoju, narzędzi na start dla dziecka czy etapów rozwoju sposobu trzymania nożyczek. Z punktu widzenia rozwoju i edukacji dziecka – to bardzo ważne tematy, dlatego postanowiłam, że zbiorę całą swoją wiedzę i doświadczenie w formie przewodnika.

Chciałabym, żebyś wiedziała, Droga Czytelniczko, i wiedział, Drogi Czytelniku, że nie bez powodu zwracam się do Ciebie w rodzaju żeńskim w tej publikacji. Kiedy tylko pomyślałam o jej stworzeniu, stanął mi przed oczami wizerunek kobiety – matki i/lub nauczycielki wychowania przedszkolnego, być może dlatego, że sama nią jestem (lub byłam – nauczycielką). Na początku swojej drogi zawodowej poszukiwałam odpowiedzi na wiele podstawowych pytań z zakresu rozwoju motoryki małej, niestety dość trudno było je w tamtym czasie znaleźć. Liczne szkolenia w połączeniu ze zbieraniem doświadczenia w trakcie pracy z dziećmi pozwoliły mi poukładać wszystkie najważniejsze informacje w całość, dzięki temu mogę teraz ułatwiać życie innym – początkującym rodzicom, opiekunom i nauczycielkom/nauczycielom.

Choć treść „Kluczowego przewodnika po motoryce małej” została stworzona w bezpośrednim odniesieniu do rodzica, to jestem przekonana, że informacje tu zawarte w dużej części wesprą również nauczycielki (i nauczycieli) wychowania przedszkolnego.

Znajdziesz tutaj odpowiedzi na pytania związane z rozwojem motoryki małej u dzieci w wieku 0-6 lat, choć np. informacje dotyczące nauki pisania świetnie wpasują się również w etap wczesnoszkolny. Skupiłam się przede wszystkim na:

- ważnym aspekcie rozwoju motoryki małej już od pierwszych dni,
- życia dziecka,
- wpływie samodzielności na jej rozwój,
- rozwoju chwytu narzędzia pisarskiego,
- rozwoju sposobu trzymania nożyczek.

Ponadto wskazałam wszystkie narzędzia, które będą idealne na start, przy czym, oczywiście, nie mogłam nie wspomnieć o ważnym aspekcie, jakim jest nauka rysowania, malowania, wycinania i pisania. To bardzo ważne etapy nie tylko z perspektywy rozwoju dziecka, ale także z perspektywy jego dalszej edukacji. Na każdym z tych etapów udzielam Ci wskazówek, jakie aktywności możesz wdrażać z dzieckiem, by jeszcze lepiej szło Wam wspieranie rozwoju małych łapek. Absolutnie priorytetowe jest dla mnie to, żeby aktywności te były na tyle nieskomplikowane, by każdy był w stanie je odtworzyć. Co więcej, staram się wybierać takie, które nie będą od Ciebie wymagały dodatkowego nakładu finansowego.

Zależy mi na tym, żebyś po przeczytaniu „Kluczowego przewodnika po motoryce małej” stała się bardziej świadoma

tego, jak ważna jest motoryka mała i żebyś się dowiedziała, jak w prosty sposób możesz wspierać jej rozwój. Jeśli będziesz znała konkretne etapy jej rozwoju, łatwiej będzie Ci obserwować, czy Twoje dziecko rozwija się w normie lub na granicy normy, czy też wymaga konsultacji. W kontekście norm ważne jest też to, żebyś wiedziała, że każde dziecko rozwija się w inny sposób, a przede wszystkim w swoim tempie. Powinnaś być uważna na jego potrzeby i bacznie obserwować to, w jaki sposób nabywa kolejne umiejętności. Natomiast nie powinnaś wpadać w panikę, jeśli okaże się, że Twoje dziecko nie opanowało jeszcze jednej z umiejętności, która przypada na konkretny etap rozwoju.

Pamiętaj, że zwykle, aby stwierdzić jakiegokolwiek zaburzenie rozwoju u dziecka, musi wystąpić szereg nieprawidłowości. Co w wielkim skrócie oznacza, że wiele niepokojących objawów lub czynników musi nakładać się na siebie, byśmy mogli mówić o zaburzeniu. Istnieje też możliwość, że objawów jest mniej, ale występują z taką intensywnością i są na tyle uporczywe, że utrudniają dziecku codzienne funkcjonowanie. Wówczas również możemy mieć do czynienia z zaburzeniem, ale żaden poradnik, przewodnik, żadna książka nie zastąpi wizyty u specjalisty. Nie będę się tutaj zajmować instruowaniem Cię, jak odkryć zaburzenie u dziecka, choć wspomnę o najpopularniejszych zaburzeniach. Bynajmniej nie dlatego, żebyś mogła dokonać samodiagnozy dziecka, ale po to, żebyś wiedziała, jakie objawy mogą być niepokojące i z którymi warto zwrócić się do specjalisty.

Diagnozę w kierunku zaburzeń motoryki małej przeprowadza się stacjonarnie u wykwalifikowanego specjalisty posiadającego uprawnienia do jej przeprowadzania. Najlepiej, jeśli będzie to terapeuta ręki, czyli specjalista, który ukończył szkolenie z terapii ręki, posiadający wiedzę, umiejętności i narzędzia do diagnozowania. Niestety, obecnie nie istnieją regulacje prawne, które jasno opisują zawód terapeuty ręki. Zwykle jednak szkolenia z terapii ręki kierowane są do: nauczycieli, pedagogów, logopedów, fizjoterapeutów lub rehabilitantów. Warto, aby specjalista terapii ręki miał ogólną wiedzę dotyczącą rozwoju dziecka i procesu edukacyjnego, w którym odpowiedni poziom funkcjonowania motoryki małej jest niezbędny. Jako rodzic masz prawo przypuszczać, że coś jest nie tak, masz prawo czuć niepewność i chcieć to zweryfikować (i chwała Ci za to!), ale to nie Ty jesteś osobą, która powinna dokonywać diagnozy. Tak, nawet jeśli jesteś po kursie lub szkoleniu specjalistycznym, uważam, że nie powinnaś przeprowadzać diagnozy własnego dziecka. Wolę podawać w wątpliwość nasz rodzicielski obiektywizm i skierować się z danym problemem do innego specjalisty, który potwierdzi lub obali nasze przypuszczenia. Mam takie przekonanie, że jako rodzice niestety nie potrafimy być w pełni obiektywni, co może doprowadzić do zaburzonego wyniku przeprowadzonej przez nas diagnozy. Poza tym zadaniem rodzica jest najzwyczajniej w świecie bycie rodzicem, nie terapeutą, diagnostą czy psychologiem. Czym innym jest wspieranie procesu edukacyjnego i terapeutycznego przez

rodzica, postępowanie zgodnie ze wskazówkami terapeuty czy nauczyciela, a czym innym samodzielne diagnozowanie czy prowadzenie terapii.

Moim marzeniem jest, by rodzice i nauczyciele wykorzystywali proste, codzienne sytuacje do wspierania rozwoju motoryki małej. Nie musimy wymyślać hiperkreatywnych zabaw, żeby nasze dzieci miały szansę na rozwijanie sprawności rąk. Musimy wiedzieć, co ma znaczenie, żeby podejmować odpowiednie kroki. „Kluczowy przewodnik po motoryce małej” został stworzony po to, żebyś wiedziała, co ma znaczenie i jakie kroki powinnaś podjąć.

Przyjemnej lektury!

Ola



1.

Motoryka mała, **wszystko, co ważne**
od momentu przyjścia dziecka na świat

1.1.

Czym jest motoryka mała i dlaczego nie powinnaś tak bardzo przywiązywać się do słownikowej definicji

Chciałabym, żebyś myśląc o motoryce małej, której słownikowa definicja nawiązuje do precyzyjnych ruchów dłoni i palców, nie patrzyła tylko na dłonie i palce. Powód jest banalnie prosty – żeby motoryka mała miała szansę się rozwijać, cała kończyna górna musi być sprawna (od obręczy barkowej, aż po same palce). Natomiast, żeby kończyna górna działała sprawnie, motoryka duża musi być odpowiednio rozwinięta. Bez sprawnych nóg, mięśni brzucha, grzbietu czy głowy – kończyna górna, a następnie precyzyjne ruchy dłoni i palców nie mają szansy się rozwijać. To jeden z powodów, dla których już od pierwszych dni życia musimy rozsądnie i świadomie wspierać rozwój dzieci.

Zwróć uwagę na ten ciąg zdarzeń: ręka, czyli nadgarstek, dłoni i palce są wspierane przez pracę mięśni całej kończyny górnej, do sprawnego sięgania po przedmioty potrzebujemy zaangażować obręcz barkową i staw łokciowy. Aby obręcz barkowa i staw łokciowy (a co za tym idzie – mięśnie całej

kończyny górnej) mogły sprawnie funkcjonować – potrzebujemy zaangażować mięśnie brzucha i grzbietu. Mięśnie brzucha i grzbietu są nam potrzebne, aby utrzymać stabilną, wyprostowaną postawę ciała. Aby wszystkie grupy mięśniowe mogły się prawidłowo rozwijać, niezbędny jest odpowiedni rozwój obwodowego i ośrodkowego układu nerwowego. Odpowiedni rozwój na poziomie mózgowym (neuronalnym) jest potrzebny, aby dziecko było w stanie nabywać nowe umiejętności, a ich nabywanie jest dziecku niezbędne, by układ nerwowy miał szansę się prawidłowo rozwijać. Jak widzisz, koło się zamyka, właśnie dlatego cały czas powtarzam, że to wszystko jest systemem naczyń połączonych.

Każda umiejętność i aktywność, z którą dziecko ma do czynienia od narodzin, jest istotna, opowiem o tym nieco więcej w dalszej części przewodnika. Podpowiem Ci tam również, co możesz zrobić, by mądrze i świadomie wspierać rozwój tych umiejętności.



1.2.

Odruchy, układ nerwowy i zmysły – ważne elementy w rozwoju dziecka

Niezbędnym etapem w rozwoju dziecka są pierwsze miesiące jego życia, kiedy naturalnie występują u niego różnego rodzaju odruchy. Odruchy te po kilku miesiącach wygasają, a w ich miejsce pojawiają się świadome i w pełni kontrolowane ruchy. Do odruchów zauważalnych u dziecka w pierwszych miesiącach życia należą m.in.: odruch Moro, odruch chwytny, odruch odwracania głowy (szukania) czy odruch ssania.

Kiedy rozmawiamy o rozwoju motoryki małej, oczywiście jednym z kluczowych odruchów jest dla nas odruch chwytny. Prawdopodobnie kojarzysz ten moment, kiedy noworodkowi (a później niemowlakowi) przykładasz palec do nasady dłoni (to ta część, w której kończy się dłoń, a pojawiają się palce, charakterystyczne miejsce, w którym bardzo często nam dorosłym pojawiają się odciski), na co automatycznie reagują jego palce, zaciskając się wokół Twojego. Oprócz tego, że zaciskają się palce malucha, możemy zaobserwować również ruch przyciągania ręki do siebie. Ruch ten wykonywany jest poprzez

pracę stawu łokciowego i obręczy barkowej. To właśnie nazywamy odruchem chwytym, który (jak każdy odruch) jest poza kontrolą dziecka, ale jest on niezbędny w celu rozwinięcia umiejętności dokonywania świadomych, w pełni kontrolowanych ruchów. Taka umiejętność kontrolowania ruchów ma swoją nazwę – to praksja, którą „Słownik Języka Polskiego PWN” opisuje jako zdolność wykonywania ruchów celowych¹. Nie można jednak zapomnieć, że praksja to też **umiejętność planowania tych ruchów**, zarządzania nimi, kontrolowania ich i organizowania tak, by były ze sobą zgrane i prowadziły do realizacji postawionego sobie zadania, np.:

- **czworakowanie** wymaga ułożenia się na brzuchu, podparcia się na rękach i wyprostowania ich, podciągnięcia kolan w kierunku brzucha i uniesienia pupy do góry, a następnie naprzemiennego poruszania się kończyn górnych i dolnych,
- **wspinaczka** po drabince wymaga zaplanowania współpracy rąk i nóg, odpowiedniego chwytu szczebli, naprzemiennego przekładania nóg i rąk, tak by ostatecznie dojść na szczyt drabinki.

To właśnie nazywamy praksją, a inaczej planowaniem motorycznym.

Oczywiście nie możemy zapominać, że każdy z odruchów wnosi coś ważnego do rozwoju dziecka. W kontekście przetrwania niesamowicie ważny jest odruch ssania, który jest

¹ <https://sjp.pwn.pl/slowniki/praksja.html>

dziecku niezbędny do przyjmowania pokarmu, a tym samym do przeżycia. Natomiast nie będę pochylać się nad wszystkimi pozostałymi odruchami, ponieważ nie są one tematem głównym tego przewodnika. Chcę tylko, żebyś pamiętała, że każdy z tych odruchów jest istotny w perspektywie rozwoju dziecka.

Aby dziecko mogło wykształcić umiejętność kontrolowania ruchów, jego układy nerwowy i mięśniowy muszą osiągnąć odpowiedni poziom dojrzałości. Przy czym występowanie w rozwoju dziecka tych właśnie odruchów świadczy o tym, że układ nerwowy jest w procesie kształcenia.

Wspomniałam wcześniej, że żeby układ nerwowy się rozwijał, dziecko musi uczyć się nowych umiejętności, a z drugiej strony, żeby mógł uczyć się nowych umiejętności – jego układ nerwowy musi się rozwijać. Chciałabym, żebyś wiedziała, jakie czynniki wpływają na rozwój układu nerwowego naszych dzieci, a należą do nich m.in.:

- **dotyk** (zmysł zewnętrzny),
- **ruch**,
- **różnorodne bodźce** (różnorodne to słowo klucz),
- **codzienne doświadczenia**,
- **poznawanie świata i otoczenia przez pozostałe zmysły zewnętrzne (smak, węch, słuch, wzrok)** oraz zmysły wewnętrzne, których istnienia często nie jesteśmy świadomi (interocepcja, równowaga i czucie głębokie).

Podejrzewam, że informacja o zmysłach wewnętrznych mogła Cię zaskoczyć, dlatego wyjaśnię Ci pokrótce, co to za zmysły, gdzie są zlokalizowane i za co są odpowiedzialne. Podam Ci oczywiście ich specjalistyczne nazwy, ale nie chcę, abyś zaprzętała sobie nimi głowę. Ważniejsze jest dla mnie to, żebyś była świadoma ich istnienia i wiedziała mniej więcej, czego dotyczą, ponieważ są one bardzo ważne nie tylko w perspektywie rozwoju motoryki małej, ale też w perspektywie całokształtu rozwoju dziecka. W każdej chwili możesz wrócić do mojego przewodnika i przypomnieć sobie, co, jak, po co i dlaczego.

Zmysły wewnętrzne wg C.S. Kranowitza są to: „zmysły podświadome, które regulują funkcje ciała, takie jak bicie serca, głód i pobudzenie. [...] Nazywane są też ukrytymi, specjalnymi, bliskimi lub somatosensorycznymi²”.

W skład zmysłów wewnętrznych wchodzi:

- **zmysł interoceptywny (interocepcja)** – za odczuwanie odpowiedzialne są tutaj narządy wewnętrzne; jest to zmysł, który pozwala naszemu organizmowi funkcjonować, co więcej, to on jest odpowiedzialny za nasze przetrwanie. Kranowitz pisze, że zmysł ten „reguluje takie funkcje jak: głód, pragnienie, trawienie, ciepłota ciała, nastrój, tętno i stan pobudzenia³”;

² C.S. Kranowitz, *Nie-zgrane dziecko. Zaburzenia przetwarzania sensorycznego – diagnoza i postępowanie*, Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk 2012, s. 263.


³ Tamże, s. 67.

- **zmysł przedsionkowy (równowaga)** – zlokalizowany w uchu wewnętrznym, „dostarcza informacji na temat położenia głowy w stosunku do powierzchni ziemi, ruchu naszego ciała w przestrzeni oraz równowagi⁴”;
- **zmysł proprioceptywny (propriocepcja, czucie głębokie)** – zlokalizowany w mięśniach i stawach, bodźce odbierane są za pomocą ucisku, rozciągania, kurczenia, a także układania i poruszania części ciała względem siebie.

Przypuszczam, że o ostatnim zmyśle, czyli tzw. czuciu głębokim, możesz wiedzieć najwięcej (lub chociaż miałaś okazję wcześniej o nim słyszeć), ponieważ jest on dość często omawiany w kontekście zaburzeń o podłożu sensorycznym. Bardzo istotne jest, aby czucie głębokie prawidłowo funkcjonowało u dzieci, ponieważ jest ono odpowiedzialne m.in. za odpowiednią kontrolę napięcia mięśniowego, planowanie i prowadzenie ruchu, koordynowanie pracy mięśni czy wspieranie w procesie kształtowania schematu własnego ciała. Czucie głębokie jest też bardzo ważne w kontekście odpowiedniego rozwijania odruchów oraz wspierania w procesie samoregulacji (wyciszania emocji, regulacji pobudzenia). Wszelkie aktywności typu: ugniatanie, uciskanie, pchanie, ciągnięcie, rozciąganie, uderzanie, podnoszenie (dźwiganie), będą skutecznie aktywizowały czucie głębokie, a tym samym wpływały kojąco na dziecko. Do moich ulubionych aktywności

⁴ Tamże, s. 67.

pobudzających zmysł czucia głębokiego należą (a ulubionych dlatego, że najczęściej dzieci w trakcie zajęć czerpało z nich przyjemność i chętnie je wykonywało):

- 
- ulepienie dużej kuli z ciastoliny (tak szerokiej, aby zmieściła dłoń dziecka) i mocne (a zarazem szybkie) odbicie w niej dłoni dziecka;
 - ulepienie dwóch kul z ciastoliny i próba wskoczenia na nie stopami (jedna kula to miejsce dla jednej stopy) – przy tej aktywności dziecko dodatkowo ćwiczy zmysł równowagi :);
 - przepychanie ściany – pamiętasz czasy Mariusza Pudzianowskiego w „Strong Manach – Siłacze”? Mniej więcej tak to wygląda, tylko my nie ciągniemy tira, a pchamy ścianę. Stajemy naprzeciwko ściany w takiej odległości, by móc oprzeć na niej otwarte dłonie, a jednocześnie mieć ręce wyprostowane w łokciach i z całej siły napieramy na nią, próbując przesunąć ją chociaż o milimetr;
 - ugniatanie plasteliny – plastelina jest nieco twardsza niż ciastolina, ugniatanie jej w palcach będzie bardzo fajnie oddziaływało na palce (oczywiście dziecko może ugniatać ją też w całej dłoni);
 - gniotek – możesz przygotować go z dzieckiem samodzielnie, wtedy na pewno sprawi mu to jeszcze więcej frajdy. Do przygotowania gniotka potrzebny Wam będzie: balon, mąka ziemniaczana i pusta, sucha butelka. Do butelki wsypujecie mąkę ziemniaczaną

w ilości dostosowanej do wielkości balonu (i wielkości gniotka, którego chcecie stworzyć), następnie balon nadmuchujecie i okręćcie jego „ogonek”, tak by powietrze się z niego nie wydostało. Trzymając zakręcony balon z powietrzem w środku, naciągacie końcówkę ogonka na butelkę (tak by nie wypuścić z niego powietrza), wtedy odkręćcie balon, trzymacie go w miejscu naciągnięcia, tak by nie zsunął się z butelki i obracacie butelkę, tak by mąka przesywała się do balonu. Zawijajecie balon i gniotek gotowy, na koniec możecie go przyozdobić przy pomocy markera lub farb. Później już pozostaje tylko zabawa w ugniatanie.

Musisz wiedzieć, że czasami zdarza się tak, że dzieci z zaburzonym układem czucia głębokiego mają potrzebę dostymulowania się, czyli dostarczania sobie większej liczby bodźców na poziomie czuciowym. Wspominam tak dużo o czuciu głębokim dlatego, że jeśli u dziecka występuje na tym poziomie problem, to może on się objawiać w postaci nieprawidłowego chwytu. I mówiąc o nieprawidłowym chwycie, mam na myśli zarówno sposób chwytania przedmiotów (np. zabawek), jak i chwyt narzędzia pisarskiego, o którym więcej przeczytasz w dalszej części przewodnika. Przy czym nieprawidłowy chwyt wynikający z zaburzonego systemu czucia głębokiego często może być prawidłowy w kontekście ułożenia palców. To, co jest w nim nieprawidłowe, to zbyt duża siła nacisku, którą dziecko próbuje stymulować to czucie głębokie. Niestety,

taki wzmożony nacisk może przyczyniać się do bólu i dyskomfortu, a w następstwie do narastającej niechęci dziecka do aktywności z kredką czy długopisem w ręce.

W kontekście zmysłów, które odgrywają kluczową rolę w rozwoju dziecka, zdarzyło mi się kilka razy otrzymać od rodziców pytanie, które z pozoru może wydawać się niespecjalnie znaczące, a jednak jest superważne. Nie jest to dokładny cytat, ale sens pytania jest zachowany:

Czy istnieją zmysły ważniejsze od innych w kontekście rozwoju noworodka i niemowlaka?

I choć uważam, że wszystkie zmysły są ważne, to w trakcie rozwoju maluszka są takie, które warto uznać za priorytetowe.

Ze zmysłów zewnętrznych na tym początkowym etapie na czołówkę wysuwa się – dotyk, natomiast z wewnętrznych – równowaga i czucie głębokie. Co więcej, jestem pewna, że regularnie uskuteczniasz co najmniej kilka z aktywności, które wymienię poniżej, a które mają wspaniały wpływ na pobudzanie zmysłów, o których wspomniałam przed chwilą.



Do aktywności mających wpływ na wspieranie rozwoju poprzez pobudzenie wymienionych zmysłów należą:

- kotysanie i bujanie (zarówno na rękach, jak i w kotysce, a także w huśtawce w przypadku dziecka siedzącego),
- chustonoszenie (genialnie wpływa na czucie głębokie i równowagę),
- przytulanie,
- głaskanie,
- mizianie,
- masowanie (tutaj bardzo polecam książeczkę o masażach dziecięcych prof. Marty Bogdanowicz, „Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki”, Wydawnictwo Harmonia),
- noszenie na rękach,
- podnoszenie do góry,
- bliskość rodzica/opiekuna.



1.3.

Jak wspierać rozwój motoryki małej od pierwszych dni życia dziecka

Bardzo zależy mi na tym, by obalić powszechnie krążący mit, jakoby noworodek nie miał możliwości rozwijania motoryki małej. Wiesz już, że sam odruch chwytny jest elementem wspierającym ten rozwój. Natomiast musisz też wiedzieć, że aktywności, w których dziecko ma szansę rozwijać partie mięśniowe, niezbędnych do precyzyjnego posługiwania się w przyszłości dłońią i palcami jest więcej.

Należą do nich m.in.:

- leżenie na brzuchu,
- obracanie się z pleców na brzuch i odwrotnie,
- pełzanie,
- siadanie,
- czworakowanie.

Podejrzewam, że znam powód, dla którego panuje przekonanie, że nie da się rozwijać motoryki małej u najmłodszych (noworodków i niemowląt). Tym powodem jest to, o czym

opowiedziałam Ci wcześniej, czyli wpajanie wszystkim wokół, że motoryka mała to precyzyjna praca dłoni i palców – i koniec. Tymczasem, gdy dochodzi do spotkań terapeutycznych z dzieckiem mającym zaburzenia motoryki małej, pracuje się z całym ciałem. Dlaczego? Spowodowane jest to tym, o czym wspominałam wcześniej – motoryka mała nie ma szansy rozwijać się prawidłowo, jeśli systematycznie nie pracujemy nad resztą ciała dziecka. Jeżeli któraś z partii jego ciała nie funkcjonuje na odpowiednim poziomie, to dłoń i palce również nie będą pracowały w taki sposób, w jaki powinny. To tak jak w szkole: jeśli dziecko nie pozna liter, nie nauczy się, jakie dźwięki reprezentują, to nie ma szans, że ruszy z czytaniem.

Twoim zadaniem, jako rodzica lub opiekuna dziecka, jest stworzenie mu takiej przestrzeni, aby miało szansę rozwijać wszystkie te umiejętności. W tym miejscu muszę przytoczyć jedną, bardzo częstą zresztą, sytuację, z którą jako osoba pracująca z rodzicami mam styczność. Mianowicie regularnie dostaję od nich wiadomości wskazujące na to, że ich dziecko nie lubi leżeć na brzuchu. Kiedy dopytuję, jak przygotowują przestrzeń dla dziecka i co sami robią w trakcie tego leżenia, okazuje się, że:

- są zbyt daleko – pamiętaj, że noworodek nie dość, że na początku widzi zamazany obraz, i tak naprawdę same jego kontury w odcieniach szarości, to widzi to wszystko na odległość kilkudziesięciu centymetrów,
- nie angażują się w tę aktywność.



W sytuacji braku zaangażowania zawsze sugeruję kilka rozwiązań:

- 1.** Położyć dziecko na swoim brzuchu, mówić do niego i zwyczajnie skutecznie ten bliski kontakt.
- 2.** Położyć dziecko przed sobą i samemu również ułożyć się na brzuchu, nieco po skosie od dziecka, ponieważ maluch na początku zdecydowanie lepiej widzi na boki niż na wprost. W tej sytuacji możemy próbować pokazywać mu książeczki kontrastowe dostosowane do jego możliwości wzrokowych.
- 3.** Położyć dziecko na brzuchu i ułożyć się obok niego, a przed sobą postawić książeczkę kontrastową.

Oczywiście rozwiązań jest więcej, ale te trzy otwierają już przed Tobą wachlarz możliwości. Pamiętaj, by w trakcie tych aktywności komunikować się z dzieckiem, czyli po prostu mówić do niego, rozmawiać z nim, odpowiadać swoimi dźwiękami na dźwięki, które wydaje. Dodatkowo w celu wspierania sprawności wodzenia wzrokiem i skupiania uwagi na przedmiocie (która zwykle wykształca się około pierwszego miesiąca życia dziecka) możesz, tak jak wspomniałam wcześniej, pokazywać mu książkę lub zabawkę w kontrastowych kolorach. To, co jest ważne, i na co powinnaś zwrócić uwagę, to:

- pokazuj ją w odpowiedniej odległości od jego twarzy (mówi się, że powinna być ona trzymana na długość kończyny górnej dziecka);
- przesuwanie zabawki przed oczami dziecka rozpocznij od boku do środka (powiedzmy, że od wysokości ucha dziecka, powoli przechodząc na wprost jego twarzy);
- ruch musi przebiegać w wolnym tempie, żeby dziecko miało możliwość za nim podążać.

To bardzo ważna aktywność, która jest dziecku niezbędna do prawidłowego rozwijania sprawności wzrokowych. Obracanie się z pleców na brzuch wymaga zaangażowania mięśni całego ciała, to nie lada wyzwanie dla Twojego malucha. Niemowlę zwykle opanowuje tę umiejętność po skończonym szóstym miesiącu życia. Nauka siadania, a następnie zachowanie pozycji siedzącej wymagają solidnej pracy mięśni grzbietu i brzucha, aby tę pozycję stabilnie utrzymać. Każda z tych umiejętności musi zostać opanowana, by później na ich podstawie, czyli zarazem na podstawie wypracowania siły większych grup mięśniowych, te mniejsze (motoryka mała) mogły zacząć sprawnie działać.

