


# DYSGRAFIA

je vývinová porucha písania, ktorá postihuje grafickú stránku písomného prejavu, t. j. čitateľnosť a úpravu. Vývoj a úroveň grafomotoriky je na úrovni defektu a prejavuje sa zníženou schopnosťou alebo až neschopnosťou zvládnuť grafickú stránku písomného prejavu. Žiak je rezistentný voči bežným pedagogickým postupom.

**Agrafia** je strata už nadobudnutých schopností písať.

## Je dôležité upozorniť



*Dysgrafik má problémy s písaním už od začiatku školskej dochádzky, ktoré sa obyčajne prehľbujú. Veľa rodičov, ale aj učiteľov „vidí“ dysgrafiú aj tam, kde problémy a ťažkosti dieťaťa sú spôsobené inou príčinou napr.: nedostatočnou úrovňou grafomotoriky v začiatkoch školskej dochádzky, vplyvom málo podnetného prostredia, nezaujmom o grafomotorické činnosti, ako aj nedostatočnou automatizáciou písomného prejavu.*

Tak ako existujú nepravé dyslexie, môžeme hovoriť aj o sekundárnych dysgrafických ťažkostiach.

**Okrem vyššie uvedeného dysgrafia úzko súvisí aj s dysortografiou a dyslexiou a často sa objavujú spoločne.**

Pre úplnosť je potrebné spomenúť, že grafický prejav je vždy ovplyvňovaný aj celkovou praxiou jedinca. **Praxia** je schopnosť plánovať a v určitom časovom slede vykonávať zmysluplné pohyby, pričom vzniká tzv. kinestetická melódia. Predpokladom je spolupôsobenie jednotlivých oblastí mozgu, ktoré uskutočňujú špecifické úlohy.

**Ak má jedinec nedostatočne rozvinuté praktické schopnosti hovoríme o dyspraxii.** Vyznačuje sa nápadnou motorickou neobratnosťou, respektíve poruchou priestorovej orientácie. Pohybom, ktoré vykonáva chýba plánovitosť. Dyspraktické dieťa je nešikovné, ťažkopádne, často nesústredené. Je potrebné zdôrazniť, že to nie je porucha hybnosti, ale porucha vnímania telesnej schémy spracovania kinestetických, taktilných a vestibulárnych podnetov.

**Spolupohyby a dysociácie funkcií** sú neúčelné pohyby, ktoré dieťa prevádza súčasne s pohybmi cieľovými. Napr.: pri písaní vyplazuje jazyk, pomáha si celým telom. Nie je vhodné ich zakazovať, ale usilovať sa o zlepšenie zámerných pohybov a ich automatizáciu.

Sú aj jedinci s dysgrafiou u ktorých nie sú diagnostikované poruchy, či oslabenia vyššie uvedených schopností, napriek tomu píšu nečitateľne. Napr. žiak krásne kreslil, chodil do ZUŠ na výtvarný odbor, ale písmo mal nečitateľné.



Obrázok 1: Ukážka práce žiaka 3. ročníka s dysgrafiou – prepis textu:

## Prejavy dysgrafie:

- + dieťa ťažko napodobňuje tvary písmen a číslíc a ťažko si ich aj zapamätáva
- + typické sú zámenny písmen, zrkadlové písanie písmen a číslíc
- + dieťa píše kľčovito, písmo je ťažkopádne
- + písmo môže byť príliš veľké alebo malé, neurovnané, trasľavé, vejárovité, nedodržiava liniatúru a hranice slov
- + píšú s nadmerným alebo nedostatočným prítlakom na podložku
- + prítomné môžu byť aj ťažkosti s organizáciou pohybov pri písaní, ktoré musia byť zautomatizované v špecifickom poradí
- + deti s dysgrafiou majú problémy orientovať sa v zošite
- + písomný prejav je ťažko čitateľný až nečitateľný, je celkovo neupravený, veľakrát nepoužiteľný napríklad na učenie sa
- + tempo písania je výrazne pomalé
- + písanie odčerpáva dieťaťu veľa energie, vytrvalosti a času
- + ťažkosti pretrvávajú až do vyšších ročníkoch

Dysgrafia nie je porucha z časového hľadiska, resp. spomalenosti jedinca, ide o celkové postihnutie schopnosti písania. Aj keď má dieťa na písanie veľa času, stále nie je schopné dotiahnuť svoj rukopis k lepšiemu. Dysgrafik sa snaží svoje písmo aj opraviť, preto je v jeho písme častý výskyt škrtancov a machúl. Nemá absolútny význam takéhoto jedinca trápiť sústavným tréningom písania, alebo dokonca určitým preučaním písania.

## Dysgrafiou spôsobujú oslabenia v oblasti

- + hrubej a jemnej motoriky
- + v pohybovej koordinácii
- + v priestorovej orientácii
- + poruchy v systémoch, ktoré zabezpečujú prenos sluchového alebo zrakového vnemu do grafickej podoby
- + v zrakovej a pohybovej pamäti

Často ide o kombináciu oslabení. Najčastejšia býva kombinácia oslabenia v jemnej motorike a schopnosti zapamätať si motorické vzorce tvarov grafém.

## Reedukáciu dysgrafie



*Na základe diagnostiky v poradenskom centre je potrebné diagnostikované oslabenia čiastkových funkcií, ktoré majú vplyv na nácvik a automatizáciu pisateľských zručností **trénovať**. V prípade, že napriek tréningu výrazne pretrvávajú, musíme hľadať a **zvoliť kompenzačné mechanizmy**.*

### **A: Cvičenia na stimuláciu jednotlivých oslabení**

#### **+ Rozvíjanie jemnej a hrubej motoriky (pohyby paží, dlaní a prstov)**

##### *Cvičenia na pohyby paží:*

naťahovanie, upažovanie do strán, vzpažovanie, krúženie, alebo napodobňovanie určitých pohybov (sekanie, plávanie a pod.)

##### *Cvičenie pre dlane:*

tlaky dlaňami proti sebe, krúženie zápästím, strečing prstov a svalov predlaktia.

##### *Cvičenia pre dobrý pohyb prstov:*

klopkanie prstami o stôl, napodobňovanie hrania na gitare, imitácia hrania na klavíri, vzájomné dotýkanie prstami oboch rúk, dotyk palca s inými prstami, napodobňovanie strihania.

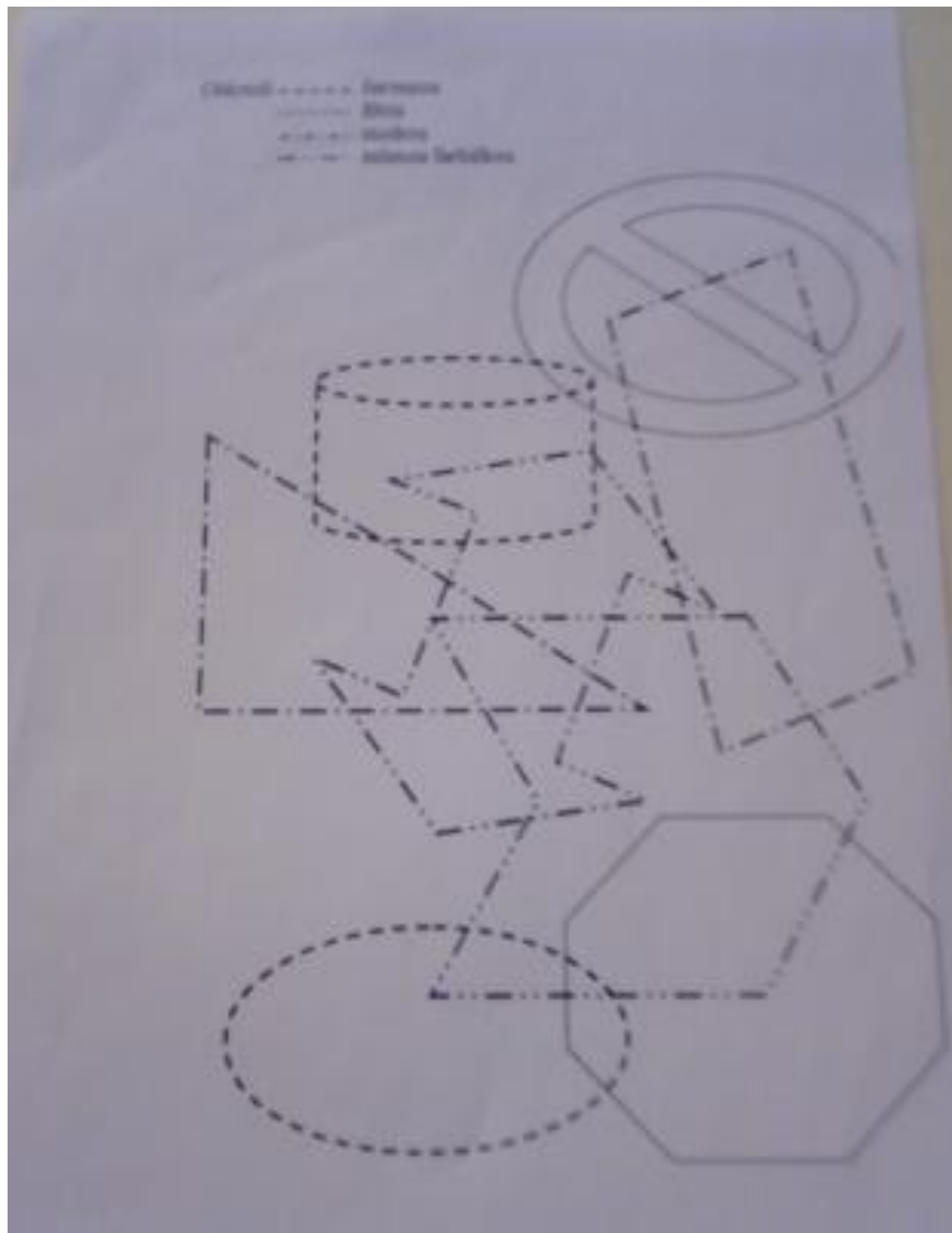
*Uvoľnenie ramenného pletenca má celkový efekt na držanie pera – dieťa potom nepíše krčovito a strnulo. Ideálne je precvičovať celé telo, vrátane svalov krku a chrbtice. Pri týchto cvičeniach je veľmi dôležité, aby boli aplikované pravidelne a najlepšie pred samotným písaním.*

#### **+ Uvoľňovacie cvičenia**

*Nácvik veľkých tvarov*, ktoré postupne zmenšujeme, používame rôzne písacie materiály (napr.: krieda, pastelky, uhlík, tuš) a píšeme na rôzne materiály (napr.: baliaci papier, tabuľa, noviny). Tvary dieťa nielen obťahuje a píše, ale ich môže aj „písať“ s natiiahnutou rukou vo vzduchu s otvorenými alebo zatvorenými očami.

*Plynulosť a rytmizácia pohybov*, ktorú podporujeme rôznymi riekankami, hudobným doprovodom. Dieťa by malo vidieť, ako tvar vzniká, verbalizujeme ho.

*Ukážka PL na nácvik grafomotoriky a figúry a pozadia*



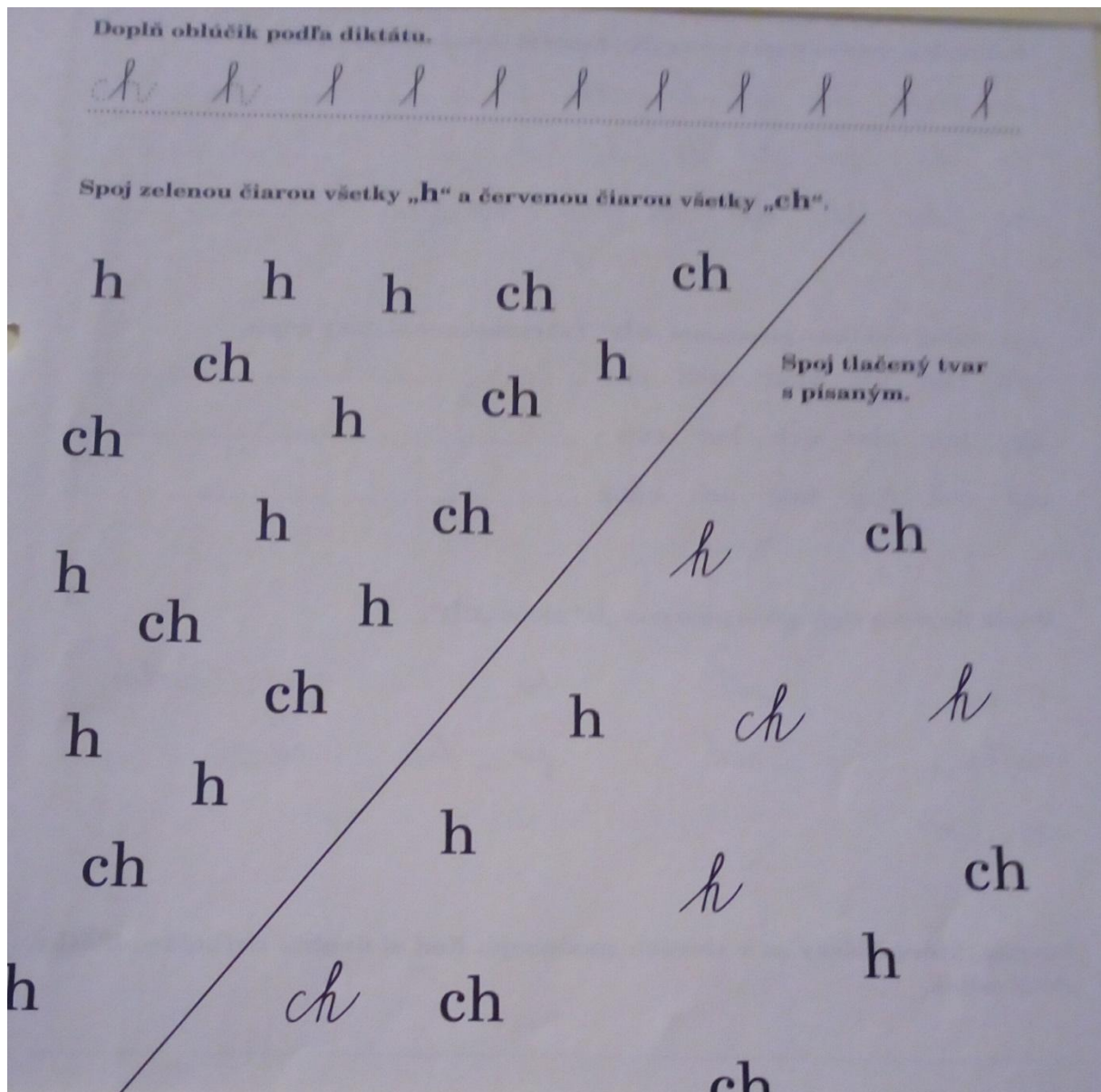
**✚ Utvrďovanie a nácvik písania psme a spojov medzi nimi**

**PL – Spoj tlaen písmeno s takým istým psanm písmenom**



**PL – Spoj mal písmeno s takým istým veľkým písmenom. Psmena obtiahni farbikou.**





### PL č. 1 - na precvičovanie spojov s písmenom „v“ a písmenom „b“

Prepíš slabiky tlačnými písmenami na písané – každé inou farbou.

**vr**

**vy**

**vl**

**vz**

**br**

**by**

**bl**

**bz**







## Nácvik správneho sedenia a držania písacej potreby – hygiena písania

Pri nácviku grafomotorických zručností Mlčáková (2009, s.53-58) odporúča dodržiavať tieto hygienické a technické podmienky:

### *Správne sedenie*

Dieťa sedí na celom sedadle, nie na jeho kraji, pričom nohy celou svojou plochou má na podlahe. Táto poloha mu zaručuje stabilitu.

### *Poloha hlavy*

Hlava je mierne naklonená nad písankou, oči sú od nej vzdialené približne tridsať až tridsaťpäť cm.

### *Poloha rúk*

Predlaktia sú voľne položené na písacej doske a smerujú do pravého uhla, ktorého predpokladaný vrchol je v strede detského tela. Lakte sú v správnej polohe, ak mierne presahujú okraje písacej dosky a sú nepatrne vzdialené od tela.

### *Poloha nôh*

Pri písaní sedí dieťa na stoličke tak, že dve tretiny dolnej končatiny (stehna) sú na sedadle a jedna tretina je voľná

### *Poloha zošita*

Zošit je celou plochou na písacej doske. Pri písaní zvierá so spodným okrajom dosky uhol pätnásť až dvadsaťpäť stupňov. Pravý dolný roh písanky je približne o tri až štyri detské prsty vyššie ako ľavý.

### *Správne držanie grafického materiálu*

Základom správneho držania ceruzky či pera je úplná voľnosť hornej končatiny. Písadlo držia prvé tri prsty ruky, palec, ukazovák, prostredník. Palec je mierne ohnutý a pridrižiava písací prostriedok z ľavej strany zhora. Ukazovák prečnieva nad palcom a smeruje k hrotu. Prostredník ho pridrižiava sprava prvým článkom. Posledné dva prsty (prstenník, malíček) sú mierne ohnuté dovnútra dlane a slabo sa dotýkajú.



*Zo skúseností v poslednej dobe sa ukazuje, že problematike dodržiavania hygienických návykov pri písaní sa v poslednej dobe nevenuje adekvátne pozornosť a podceňuje sa. Preto je potrebné zvlášť na tento problém poukazovať a to nielen u detí, ktoré majú problémy, ale u všetkých detí.*

## **Používanie ergonómických písacích potrieb, nástavcov, trojhranný program**

**Grafický materiál** u mladších detí volíme objemnejší, aby sa deťom lepšie uchopoval a zanechával širšiu, mäkkú stopu. Vhodné sú mäkké voskové bloky, široké tabuľové kriedy, široké pastelky. U starších detí volíme grafický materiál ako sú kriedy, uhličky, špajdle, pastelky, masťný a suchý pastel. **Fixky, perá a tvrdé ceruzky sú nevhodné** z dôvodu nesprávneho nácviku prítlaku a úchopu písadla. Pri nesprávnom úchope je možné používať plastový držiak (násadku) na zlepšenie úchopu, prípadne ceruzky hrubšieho priemeru, na ktorých by dieťa malo možnosť naučiť sa správnej polohe uloženia prstov na ploche písadla. Pri kreslení je potom adekvátne zmenšovať priemer ceruzky od najhrubšej po najtenšiu. hranaté ceruzky sú k cvičeniam vhodnejšie ako guľaté, pretože prsty tak získavajú hlboké hmatové informácie.

### **Kompenzačné možnosti**

1. ***Písanie tlačným písmom*** eliminuje stres z vybavovania správnych tvarov písmen, vyhľadávania spojenia medzi hláskou a písmenom. Je vhodnejšie tolerovať až na 2. stupni, na 1. stupni by sa kvalita tlačeneho písma mohla zhoršovať až na nečitateľné znaky.
2. ***Písanie na počítači v kombinácii s písaním rukou*** (kratšie celky). Pri tomto druhu kompenzácie je vhodné naučiť prstoklad, resp. dobrú orientáciu na klávesnici počítača. Aby písanie bolo plynulé, nie zdĺhavé vyhľadávania písmen.
3. ***Kopírovanie poznámok*** z učiva v niektorých predmetoch, kde nie je nutné priame písanie, zatiaľ čo žiak vykonáva náhradné cvičenia (kreslenie, náčrt, práca s učebnicou, relaxačné cvičenia...).



***Univerzálne metódy, odporúčania a pracovné listy ktoré by pomohli všetkým deťom neexistujú, lebo každé dieťa má individuálne vzorce narušenia. Pokiaľ má dieťa už diagnostikovanú dysgrafiú alebo aj inú vývinovú poruchu, je dôležité, aby rodič pravidelne spolupracoval s odbornými zamestnancami poradenského zariadenia, ktorí dieťa diagnostikovali.***

## **Prax potvrdila, že základom úspechu je:**

- + pozitívna motivácia, teda neukazovať dieťaťu, čo nevie, ale stavať na tom čo dokáže,
- + postupovať individuálnym tempom,
- + umožniť mu, aby si zručnosti v písaní správne osvojilo a dostatočne precvičilo,
- + usilovať sa pri nácviku zapájať čo najviac zmyslov, t. z. multisenzoriálny prístup,
- + jednota pôsobenia pedagóga, rodiča a terapeuta.

## **Zásady práce pre rodičov dieťaťa s poruchou učenia**

1. Zmena postoja voči dieťaťu
2. Pokojná rodinná atmosféra
3. Trpezlivý a citlivý prístup
4. Pracovať bez násilia a „nešťastných“ príkazov
5. Pokojné pracovné miesto
6. Stanoviť si reálne ciele
7. Menej je niekedy viac
8. Určiť si pravidlá cvičenia
9. Voliť pre dieťa zaujímavý spôsob cvičenia
10. Pochvala
11. Dieťaťu pomáhať, ale nebyť jeho otrokom
12. Prežívať príjemné spoločné chvíle
13. Spolupráca s odborným zamestnancom poradenského zariadenia
14. Spolupráca s pedagógom

### Literatúra:

- Mlčáková, R.: Grafomotorika a počáteční psaní. Praha 2009 : Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-2630-4
- Stanová, S.: Čo je potrebné vedieť o dysgrafii. [online] Dostupné na: <https://www.komposyt.sk/pre-odbornikov/ziak-so-svvp/preview-file/dysgrafia-952.pdf>
- Stanová, S.: Naučme sa spolu čítať. 1. časť. Bratislava 2001 : KF – PRINT, ISBN 80 - 96 86 10 – 4 – 2
- Zelinková, O.: Poruchy učení. Praha 2003 : Portál, s.r.o., 264 s, ISBN 978 – 80 – 7376 – 541 – 1