

# NÁCVIK PSANÍ

**V naší škole vyučujeme čtení a psaní metodou analyticko-syntetickou (sluchová analýza = rozkládání; významná pro nácvik čtení a sluchová syntéza = skládání; významná pro nácvik psaní).**

Nejdůležitější je dodržování a zapamatování si HYGIENICKÝCH NÁVYKŮ PŘI PSANÍ, přičemž UVOLŇOVACÍ CVIKY jsou nezbytné a zásadní!!!

## 1. SEZENÍ

- správná poloha těla, hlavy, rukou, nohou
  - správná vzdálenost očí od podložky (zjistíme podepřenou rukou pod bradou)
  - sedí na celé židli
  - dosáhnou plně celými chodidly na zem
  - kolena nad patami
  - kolena na pěstičky od sebe
  - nesmí si mačkat podkolenní jamky
  - natočení psací plochy
- má-li dítě špatný sklon písma, první, po čem jdeme, jaký má sklon sešitu

## 2. ÚCHOP

- ukazováček uvolněný – zobe slepička
- tužka před špičkou k nám → postavíme se, uchopím palce a ukazováčkem, sklopím 2. rukou a podložím prostředníkem
- trénujeme 3 prsty
- papírová kulička – a tou zamětnám malík a prsteníček a s ní přendáváme třemi prsty různé věci (nebo do pet lahve vkládáme fazolky, hrášek, čočka apod.)
- modelování, skládání, trhání, stříhání, přehýbání, práce s papírem, modelínou, manipulační činnosti (navlékání, skládání)
- hmatové hry – poznávají předměty, v písku, míček, jemná motorika, mouka – vykreslují písmenka, čísla, puzzle, korálky, mozaiky, navlékání
- správné osvětlení (především doma – konzultace s rodiči)

- levák – osvětlení z pravé strany a naopak
- pozor – nevhodné je mít na psací ploše sklo !
- (1. studí, 2. odráží světlo při psaní, musí být teplo při jakékoliv práci – PC, psaní); tmavá psací plocha není vhodná pro oči (tudíž volíme světlou)
- důležitá je POZITIVNÍ ATMOSFÉRA při psaní

Vodička: „Nechte leváky drápat“

- masírovat ruce, uvolňovat ruce, promasírovat ruce
- uvolňovat před psáním hrubou i jemnou motoriku (různá cvičení viz hry, cviky, přípravy pro 1. třídu, osnovy), dále pak např. ležatá osmička, stírací tabulka, do vzduchu, štětcem na tabuli, houbou, brkem na tabule apod.
- procvičujeme ruce i po psaní

Další zdroje: [www.jakspravnepsat.cz](http://www.jakspravnepsat.cz)

Didaktika počátečního čtení a psaní, UK, Křivánek a Vildová  
Nechte leváky škrábat, Vodička

## **PŘÍPRAVNÉ OBDOBÍ:**

- uvolňovací cviky, základní hygienické návyky + propojení s TV, uvolnění – VOLNÝ PAPÍR
- stírací tabulky
- celou rukou i ramínkem, ležatá osmička
- jemná motorika → prsty – propojeno s Vv a Pč (nejjednodušší je sněhuláček, tři kuličky nad sebou), muchláme kuličky, lepíme vatu na sněhuláka, lepíme kuličky apod.

## **JEMNÁ MOTORIKA**

**PROSTOROVÁ ORIENTACE** – pet lahev – plníme fazolkami, hrachem apod.

- zaměstnáme tři prsty (kulička ve zbývajících dvou prstech) + úchop penálu, sešitu apod.
- můžeme využít adaptéry, nechytat tužku či pero jako řadící páku → ale toto řešíme již ve školce – od centropenu (sada osmi fixů), fixa s adaptérem, klást důraz na držení (u zápisu si tohoto všimnou a říci rodičům – nikoliv však před dítětem)
- můžeme též využít stránky [www.jakspravnepsat.cz](http://www.jakspravnepsat.cz) – a pustit dětem videa na interaktivní tabuli (zde máme, jak správně sedět, uchopit psací náčiní i různé cviky na uvolnění jemné i hrubé motoriky)
- hlavně CVIČIT ruku I PO PSANÍ

## DRUHÁ ETAPA

- přechod již k samotnému psaní

**VŠECHNY OČI NA TABULI!** → učitel ukazuje velký tvar písmenka

1. děti zkouší ve vzduchu, na tabuli, na vál/tác s moukou, štětcem, na stírací tabulku, brkem, do písku

2. od velkých tvarů → k menším – zafixují si

3. nechytat jejich ruku a névést (vzápětí vypínají mozek), samy píší a my je dirigujeme a slovně vedeme, co, kam, jakékoliv

!!! nepsat domácí úkoly nanečisto !!! (trénujeme např. na tabulku)

**ZÁKAZ PROPISKY** na 1. stupni

- orientace v liniatuře – puntík vlevo v 1.řádku, vysvětlit, co znamená „vynech řádek“, ukazovat, kde mají začít psát

- pokud se písmenko setkává s linkou „Ahoj linko“, např. „letadlo vyletí psací e – ahoj linko, nesprávně napsané písmeno vždy **ŠKRTÁME !!!**

- nemluvíme o „pravé“ a „levé“ straně, jelikož strany a prostorovou orientaci vůbec se teprve učíme, pro zjednodušení u psaní písmen mluvíme o straně „u dveří“ a „u okna“.

- háček = tzv.spodní zátrh

## COMENIA SCRIPT – neplnohodnotné písmo

### PSANÍ V PÍSANCE:

**1. KONTROLA HYGIENICKÝCH NÁVYKŮ (veškerých)**

**2. OBTÁHNOUT TVARY předepsané tužkou**

**3. VŽDY píšeme pouze jeden řádek! Poté okamžitá zpětná vazba – kontrola !!!**

**4. ZVÝRAZŇOVAČ – zvýraznit si vždy POVEDENÉ písmenko** → to nejpovedenější a zakroužkovat si ho. Zpočátku ho dětem pomáháme hledat, posléze ho již citem poznají děti samy a radostně si ho zakroužkují. Nikdo nepíše dopředu ! (např.ti, co již dopsali, kreslí si či zkouší písmenko na stírací tabulku)

2. řádek – všichni čekají a píšeme zase společně

- píšeme maximálně 4 řádky

- zkouška rychlosti (nikdy ale neměříme na čas, jen orientačně):

→ slabší dítě 180 x opakování pro zafixování, průměrné dítě 80 x opakování a šikovnému stačí 20 x opakování

- u prvního nového písmene vždy vše v písance dokončit

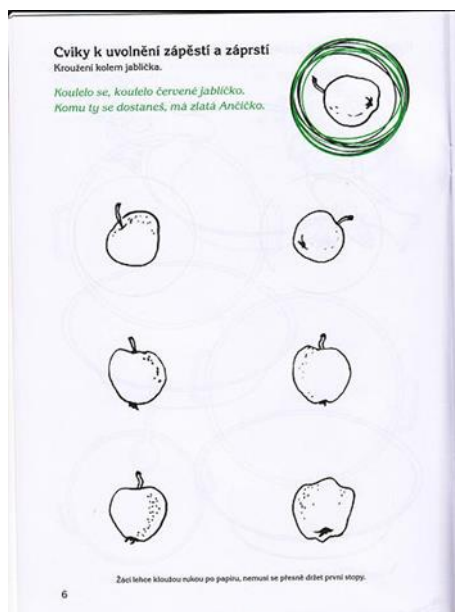
## CHYBY GRAFICKÉ:

- 1. deformace tvaru písma** (obtahování, vzduch, stírací tabulka, slovní doprovod, nácviky, cviky)
- 2. nestejnornost a neúměrnost písma** → pomohou pomocné linky (klidně i ve vyšších třídách)
- 3. nestejnorný sklon** – natočení sešitu, uvolnění rukou procvičujeme stále! Neuvolnění může být příčinou nesprávného psaní.  
STÁLE CVIČIT, UVOLŇOVAT
- 4. stáčení písma (konec řádku)** – vyžadovat dělení na slabiky – vyžadujeme ve druhé třídě, v 1. třídě vytleskáváme rytmus, slabiky
- 5. silný přítlak na tužku** (únava, neuvolněnost, křečovitě držení)

## Nácvik samotného psaní - analyticko-syntetická metoda ve výuce psaní

Nácvik výuky touto metodou probíhá ve třech etapách:

### 1. Období přípravných cviků na psaní, tzv. „předslabikářové období“



Představuje počátek výuky. Probíhá současně s přípravou na čtení.

Nejdříve je nutné připravit ruku na psaní před samotným nácvikem. Rozvíjíme jemnou motoriku žáků. Lehké a uvolněné paže, předloktí, zápěstí, záprstí, jemných a koordinovaných docílí děti různými manipulačními činnostmi (navlékání korálek, vytrhávání a vystřihování papíru, modelování, malování, zavazování tkaniček, manipulace s drobnými předměty, skládání obrázků atd.). K předpokladům, které je třeba posilovat, patří také zdokonalení smyslového vnímání, duševních schopností, zrakové vnímavosti, tvarové paměti a představivosti. Důležitá je schopnost soustředěné cílené koncentrace, návyk pracovat na určitém místě, držení psacího náčiní, orientace v ploše i prostoru. Děti pomocí uvolňovacích a kresebných cviků píší plynulým, volným pohybem, odstraňujeme křečovitě a úporné psaní. Přípravné cviky provádíme měkkým psacím materiálem, cviky provádíme co nejčastěji v kratších chvilkách, je důležité děti k jejich provádění co nejlépe motivovat. Pozor na přetěžování (dlouhá doba psaní).

## 2. Období vlastního nácviku písma, slabikářové období

Přibližně po třech měsících by měly být děti připraveny na **samotný nácvik písma**. V této etapě se děti učí psát jednotlivé **tvarové prvky písma**, postupují od těch nejjednodušších ke složitějším. Nejdříve tvar píší ve větší velikosti, poté zmenšují. Musí dokázat co nejpřesněji *dodržet nejen tvar písma, ale také jeho velikost, sklon, psát plynule, písmo rytmicky*



vyvážit.

Vlastní nácvik písmen začíná nejjednoduššími, tedy písmeny e, é, i, í, u, ů, ú, m. Při nácviku psaní písmen se srovnávají tvary tiskací a psací abecedy. Psací pohyb je doprovázen slovním popisem. Pomocí čtení a psaní

i pomocí obrázků, které pojmenovávají, je neustále upevňována hláska a písmeno (v tiskací i psací podobě). K upevnění znalosti tvarů písmen se užívá především opisu, přepisu i diktátu. Děti píší nejprve měkkou tužkou a poté, co podávají dlouhodobě dobré stálé výkony, přecházejí ke psaní perem. Při vyvození nového písmene učitel vychází z jeho tiskací varianty, kdy názorně ukáže dětem, jak z tohoto písmena jeho nakloněním a přidáním spojovacích tahů vznikne písmeno psací. Je důležité spojovat počáteční uvedení písmena a nácvik psaní s rytmickou říkankou, při které lze provádět rytmický popis tahu. Děti sledují pohyb učitelovy ruky při demonstraci psacího pohybu na tabuli, zkouší jej napodobovat, samy si zkouší napsat velký tvar písmena na tabuli nebo jinou podložku, přecházejí k obtahování a psaní tvarů větších formátů na vodorovné ploše a postupně přecházejí k menší velikosti písma. Pro dodržení správné výšky písma můžeme dětem umožnit užívat pomocné linky pro střední, horní o dolní délky písmen. Děti se takto naučí psát všechna velká i malá psací písmena. Výuka psaní je provázána s výukou čtení a postupem času začínají děti psát **slabiky, slova a věty**. Je důležité vést žáky k tomu, aby jen bezmyšlenkovitě nevyplňovali prázdné řádky v písankách, ale aby svůj výtvar srovnávali se vzorem, nacházeli a uvědomovali si případné nedostatky a snažili se je odstranit.

### 3. Období zdokonalování rukopisu, tzv. „poslabikářové období“

Tato fáze nastupuje poté, kdy děti mají probrána všechna písmena psací abecedy a upevněnou dovednost jejich psaní. Děti **opakují**



vaříč  
konvice  
myčka  
pračka  
sušička  
žehlička  
mandl  
vysavač

18



lygr  
gorila  
slon  
zebra  
žirafa  
gazela  
hroch  
Které zvíře poznáš?

Slabikář 8/2

19

**probrané učivo, utvrzují své vědomosti.** V různých formách cvičení, vylepšují svůj rukopis, celkovou úpravnost. Neustále opravujeme **sezení a držení těla při práci.** Není důležité jen zvládnutí vizuální stránky písma a žádoucí rychlosti psaní, podstatné je

také ***porozumění psanému textu***. Děti se mu učí prostřednictvím opisování nebo přepisování přiměřených textů, jež mají formu otázky, na kterou mají žáci odpovědět, nebo úkolu, který mají splnit. Mohou také kresbou vyjádřit daný text nebo o něm vyprávět. Pokračují v rozvoji hodnocení vlastního psacího výkonu a zpětné vazby.