

Etapy rozwoju motoryki – dzieci 3-5 r. ż.

Wiek	Etapy rozwoju motoryki dużej	Etapy rozwoju motoryki małej
3-latki	Dzieci, na ogół, mają już podstawową sprawność lokomocyjną tzn. chodzą, biegają, skaczą obunóż, pokonują schody krokiem dostawnym. Ruchy dzieci trzyletnich są jeszcze mało precyzyjne. Często występują ruchy niecelowe i dodatkowe, zwłaszcza, gdy dzieci uczą się wykonywać nową czynność. Ruchy charakteryzuje globalność (przy wykonywaniu czynności porusza się całe ciało dziecka). Typowa w tym wieku jest niezręczność manualna i powolność ruchowa. Mięśnie trzylatków są słabe, a więzadła stawowe rozciągliwe, co powoduje dużą męczliwość i niską precyzję ruchów.	rysuje pionową i poziomą linię prostą, krzyżyk oraz koło buduje wieżę z ośmiu elementów umie odwzorować konstrukcje przestrzenne i płaskie (np. klocki ułożone w formie mostku, pociąg czy czekoladki) potrafi się rozebrać i założyć niektóre części garderoby (majtki, luźne spodnie, kapcie) – posługuje się łyżką, widelcem oraz kubkiem samodzielnie wykonuje podstawowe czynności higieniczne (korzysta z toalety, umie umyć twarz i ręce oraz wytrzeć się ręcznikiem) potrafi nawlekać duże korale na gumową linkę wkłada klocki różnego kształtu do właściwych otworów

		rysuje postać człowieka w formie głowonogów umie ulepić z plasteliny obwarzanek lub rogalik, jeśli mu się pokaże jak to zrobić
4-latki	W zakresie dużego ruchu doskonaleniu ulega koordynacja, poprawia się równowaga. Wydłużają się kroki, dzieci coraz sprawniej biegają i skaczą. Dzieci trzy i czteroletnie nie potrafią na ogół łączyć dwóch różnych czynności ruchowych. Utrzymuje się dominacja procesów pobudzenia nad procesami hamowania w układzie nerwowym Jest to czas znaczących zmian fizycznych w organizmie dzieci. Wydłużają się kończyny, wzmocnieniu ulegają mięśnie i stawy. Dojrzewa i doskonali swoją sprawność układ nerwowy.	odwzorowuje podstawowe kształty (oprócz opanowanych już wcześniej linii prostych, koła i krzyżyka), potrafi narysować kwadrat i prostokąt nabiera wprawy w rysowaniu po śladzie rysuje w ograniczonym polu (potrafi się zmieścić między dwoma liniami, np. zaznaczając drogę w środku ścieżki) zamalowuje powierzchnię kartki lub jej wyznaczony fragment (bez precyzyjnego trzymania się w ramach wyznaczonych granic) opanowuje coraz więcej umiejętności samoobsługowych (czesze włosy, myje zęby, buzię, rozbiera się i ubiera bez zapinania guzików itp.) rysuje prosty schemat człowieka (co najmniej cztery elementy ciała, pojawia się tułów) – potrafi przeciąć kartkę nożyczkami

		potrafi ulepić z plasteliny proste kształty tematyczne (np. bałwanka)
5-latki	Jest to okres dalszego doskonalenia sprawności i precyzji ruchu. Dzieci swobodnie biegają, wydłuża się krok. Rośnie sprawność chodzenia po płaszczyźnie i po schodach. Dzieci swobodnie podskakują, kopią, rzucają i łapią piłkę. Doskonalą się umiejętności wymagające utrzymania równowagi. W tym wieku dzieci powinny osiągnąć dobry stopień w zakresie umiejętności samoobsługowych takich jak: samodzielne jedzenie, mycie się, ubieranie. Cały czas czynnikiem wpływającym na rozwój umiejętności motorycznych jest ich ćwiczenie w działaniu, w związku z tym dorośli muszą dawać dzieciom czas i przestrzeń na aktywność ruchową.	ma w pełni opanowane czynności samoobsługowe (łącznie z zapinaniem i odpinaniem guzików; sześciolatek potrafi zasnurować buty na kokardkę)* potrafi tworzyć rysunki tematyczne (rysując i pisząc dziecko wykonuje ruchy dłonią, uruchamia nadgarstek) ruchy dłoni są precyzyjne (drze papier na drobne kawałki i przykleja w określonym miejscu) ma prawidłowo ukształtowany chwyt pisarski (chwyt trójpalcowy – dziecko trzyma ołówek między palcem wskazującym a kciukiem i opiera na palcu środkowym) potrafi wycinać nożyczkami różne kształty (np. koło, kwadrat) potrafi kolorować w konturze bez wychodzenia za linie

	Pięciolatki dzięki procesom dojrzewania układu nerwowego opanowują już sprawności wymagające łączenia kilku czynności np. bieg i rzucanie piłki do celu. Dzieci pięcioletnie rozwijają umiejętność wykonywania ruchu na podstawie instrukcji słownej, wcześniej skuteczną formą instruowania była tylko prezentacja. Ważnym przejawem dojrzałości i wzrostu zaawansowania sprawności ruchowej jest przewidywanie. Uwidacznia się ono w odpowiednim przygotowaniu ciała do wykonania zaplanowanej przez dziecko czynności. Ta antycypacja ruchowa kształtuje się w wyniku wielokrotnych doświadczeń ruchowych	
--	---	--