Załącznik
do Uchwały nr 7/2026/2027
Rady Pedagogicznej
Przedszkola Publicznego nr 4
im. „Słonecznego uśmiechu” w Czeladzi
z dnia 27 sierpnia 2026 roku

INNOWACJA PEDAGOGICZNA

„Ręce pełne możliwości”

Wspieranie sprawności manualnej, grafomotorycznej i koordynacji ruchowej dzieci

1. Tytuł innowacji

„Ręce pełne możliwości” – wspieranie sprawności manualnej, grafomotorycznej i koordynacji ruchowej dzieci.

2. Rodzaj innowacji

Innowacja metodyczno-programowa o charakterze terapeutycznym, ruchowym i grafomotorycznym.

3. Adresaci

Dzieci w wieku przedszkolnym 3–6 lat, w szczególności dzieci wymagające wsparcia w zakresie motoryki małej, koordynacji wzrokowo-ruchowej, grafomotoryki, praksji oraz samodzielności.

4. Czas i częstotliwość realizacji

Innowacja będzie realizowana od września do czerwca roku szkolnego.

Zajęcia będą odbywać się raz w tygodniu przez około 30 minut, z dostosowaniem czasu i stopnia trudności do wieku oraz możliwości dzieci.

5. Uzasadnienie wprowadzenia innowacji

Sprawność dłoni rozwija się w ścisłym związku z motoryką całego ciała, stabilizacją obręczy barkowej, napięciem mięśniowym, koordynacją wzrokowo-ruchową oraz prawidłowym odbiorem bodźców sensorycznych. Trudności w tych obszarach mogą wpływać na samoobsługę, manipulowanie przedmiotami, rysowanie, wycinanie i późniejszą naukę pisania.

Innowacja „Ręce pełne możliwości” łączy ćwiczenia terapii ręki z zabawą, ruchem, działaniami sensorycznymi i zadaniami grafomotorycznymi. Systematyczne, atrakcyjne ćwiczenia pozwolą dzieciom wzmacniać dłonie i palce, doskonalić precyzję ruchów oraz budować wiarę we własne możliwości.

6. Cel główny

Wspieranie wszechstronnego rozwoju sprawności manualnej i grafomotorycznej dzieci poprzez systematyczne ćwiczenia ruchowe, manipulacyjne, sensoryczne i samoobsługowe.

7. Cele szczegółowe

Dziecko:

- wzmacnia mięśnie obręczy barkowej, ramion, przedramion, nadgarstków i dłoni
- doskonali stabilizację posturalną oraz prawidłową pozycję podczas pracy stolikowej
- rozwija koordynację obustronną i współpracę obu rąk
- usprawnia koordynację wzrokowo-ruchową
- doskonali ruchy precyzyjne dłoni i palców
- rozwija praksję, czyli umiejętność planowania i wykonywania ruchów
- kształtuje prawidłowy chwyt narzędzia pisarskiego
- reguluje siłę nacisku podczas rysowania i pisania
- rozwija orientację w schemacie ciała i przestrzeni
- usprawnia percepcję dotykową i czucie głębokie
- doskonali czynności grafomotoryczne
- zwiększa samodzielność w czynnościach samoobsługowych
- wydłuża czas koncentracji na zadaniu
- rozwija cierpliwość, wytrwałość i poczucie sprawczości

8. Metody pracy

- ćwiczenia wzmacniające motorykę dużą i obręcz barkową
- ćwiczenia rozmachowe i relaksacyjne kończyn górnych
- zabawy manipulacyjne i konstrukcyjne
- ćwiczenia koordynacji obustronnej oraz przekraczania linii środka ciała
- ćwiczenia sensoryczne z wykorzystaniem różnych faktur i mas plastycznych
- zabawy paluszkowe, nawlekanie, zapinanie, przekładanie i sortowanie

- ćwiczenia grafomotoryczne i przygotowujące do pisania
- elementy Metody Dobrego Startu
- ćwiczenia oddechowe i relaksacyjne
- zadania rozwijające samodzielność i czynności dnia codziennego

9. Formy pracy

- praca indywidualna
- praca w parach
- praca w małych zespołach
- praca z całą grupą

10. Przykładowe pomoce

- piłki, woreczki, obręcze, tunele i taśmy gimnastyczne
- klamerki, pęsety, szczypce, spinacze i gumki recepturki
- koraliki, sznurki, przewlekanki, układanki i klocki
- plastelina, masa solna, ciastolina, piasek kinetyczny i masy sensoryczne
- papier, kredki, flamastry, farby, nożyczki, klej i dziurkacze
- tablice i karty grafomotoryczne, szablony oraz labirynty
- guziki, zamki, sznurowadła i pomoce do ćwiczeń samoobsługowych
- materiały o zróżnicowanej fakturze oraz pojemniki do sortowania

11. Harmonogram

Miesiąc	Temat	Przykładowe działania
Wrzesień	Poznaję swoje dłonie	diagnoza wstępna; zabawy integracyjne; schemat ciała; ćwiczenia dłoni i palców; poznawanie faktur
Październik	Silne ramiona i sprawne dłonie	ćwiczenia obręczy barkowej; podpory; tory przeszkód; przenoszenie i pchanie; zabawy z piłką
Listopad	Dwie ręce – jeden zespół	koordynacja obustronna; przekraczanie linii środka; nawlekanie; przewlekanie; składanie papieru
Grudzień	Palce pracują	ugniatanie i lepienie; klamerki; pęsety; sortowanie drobnych elementów; świąteczne prace manualne
Styczeń	Widzę i działam	koordynacja wzrokowo-ruchowa; układanki; odwzorowywanie; labirynty; rzuty do celu
Luty	Chwytam prawidłowo	ćwiczenia chwytu pęsetkowego; manipulowanie drobnymi przedmiotami; dobór narzędzia; chwyt kredki
Marzec	Rysuję coraz sprawniej	linie pionowe, poziome i ukośne; koła i pętle; szlaczki; regulowanie nacisku narzędzia
Kwiecień	Wycinam, składam, tworzę	posługiwanie się nożyczkami; wydzieranki; origami; klejenie; prace konstrukcyjne
Maj	Potrafię zrobić to sam	guziki, zamki, sznurowadła; nalewanie; przekładanie; pakowanie; ćwiczenia samoobsługowe
Czerwiec	Moje ręce potrafią	powtórzenie ulubionych ćwiczeń; praca końcowa; prezentacja umiejętności; diagnoza i podsumowanie

12. Przewidywane efekty

Po zakończeniu innowacji dziecko:

- sprawniej wykonuje ruchy dłoni i palców
- lepiej koordynuje pracę obu rąk
- wykazuje większą precyzję i płynność ruchów
- przyjmuje stabilniejszą pozycję podczas pracy przy stoliku
- prawidłowiej posługuje się kredką, nożyczkami i innymi narzędziami
- lepiej odwzorowuje wzory i wykonuje zadania grafomotoryczne
- sprawniej wykonuje czynności samoobsługowe
- dłużej koncentruje się na zadaniu
- chętniej podejmuje aktywności manualne i plastyczne
- odczuwa większą pewność siebie i satysfakcję z własnej pracy

13. Ewaluacja

Ocena skuteczności innowacji będzie prowadzona poprzez:

- obserwację dzieci podczas zajęć
- diagnozę funkcjonalną na początku i na końcu realizacji programu
- analizę wytworów dzieci i kart grafomotorycznych
- dokumentowanie wybranych aktywności i postępów
- rozmowy z nauczycielami i rodzicami
- krótką ankietę dla rodziców

14. Podsumowanie

Innowacja „Ręce pełne możliwości” ma stworzyć dzieciom warunki do systematycznego rozwijania sprawności manualnej poprzez ruch, zabawę i twórcze działanie. Odpowiednio dobrane ćwiczenia będą wspierały nie tylko przygotowanie do pisania, ale również samodzielność, koncentrację, planowanie ruchu oraz poczucie własnej wartości.