

**JE VAŠE DÍTĚ DYSPRAKTICKÉ?**

Dyspraxie je specifická porucha obratnosti, schopnosti vykonávat složité úkony. Děti postižené touto poruchou jsou pomalé, nezručné, někdy neupravené. Obtíže mívají v psaní, kreslení, tělesné a pracovní výchově, případně i při mluvení, pokud dyspraxie způsobuje artikulační neobratnost. Dyspraxie může být podkladem dalších specifických poruch učení (např. dysgrafie – poruchy psaní, dyspinxie – poruchy kreslení). Vedle deficitů v oblasti motorické se vyskytují i poruchy v oblasti percepční (vnímání).

Projevy dyspraktických obtíží se vyskytují již v předškolním věku. Je ale nutné nezaměnit poruchu s příznaky opožděného vývoje. Důležité je posoudit, zda dítě:

* zaostává ve všech nebo jen v některých oblastech vývoje,
* jak se dítě vyvíjí – normálně, podle běžných měřítek, pouze poněkud pomaleji,
* zda je v rodině výskyt specifických poruch učení,
* zda dítě v rozhodujících stádiích vývoje nebylo dlouhodoběji či vážně nemocné (to by mohlo jeho vývoj zbrzdit).

Dítě, jehož vývoj je poněkud opožděn, ale žije v podnětném rodinném prostředí a má dobré rozumové předpoklady, brzy své vrstevníky „dožene“, jeho vývoj se srovná. Naopak dětem s koordinačními obtížemi toto bude trvat poněkud déle, protože se obtížněji učí osvojení některých dovedností, přestože se s nimi v minulosti již setkaly.

##### *DÍTĚ MŮŽE MÍT OBTÍŽE V TĚCHTO ČINNOSTECH*:

**Věk 3 - 7 let**

1. Jízda na tříkolce.
2. Kreslení, vybarvování, malování, stříhání, skládání puzzle.
3. Skákání snožmo nebo na jedné noze, stoj na jedné noze.
4. Komunikace s vrstevníky.
5. Soustředění, velmi snadno se nechá vyrušit.
6. Rozlívá nápoje, neumí spořádaně jíst.
7. Je nevnímavý/á nebo naopak příliš citlivý/á na senzorické podněty - např. na hlasité zvuky.
8. Některé děti (ne všechny) mohou mít silně nerady určité druhy potravin, látek nebo činnosti jako česání, stříhání nehtů.
9. Potíže v oblasti sebeobsluhy - se zapínáním knoflíků, čistěním zubů, oblékáním, zavazováním, tkaniček, při jídle s držením příboru.

**Věk 7 - 11 let**

* 1. Obtíže v sociálních interakcích s vrstevníky - tyto děti si často raději hrají s dětmi mladšími.
  2. Jízda na kole.
  3. Obtíže při psaní a používání nůžek.
  4. Při sezení v lavici se různě ohýbají a hrbí.
  5. Straní se dětem na hřišti, bloumají opodál.
  6. Jsou neobratní při hrách s míčem.
  7. Stálým problémem je oblékání/svlékání, zavazování tkaniček - zvláště v rychlosti.
  8. Doma reagují někdy výbuchem zlosti, toto chování se ale neobjevuje ve škole.
  9. Dítě se může jevit jako stále neklidné - vrtí se nebo si chce stále pohrávat s věcmi kolem.

**11 let a více**

1. Obtíže s organizováním času.
2. Potíže se zvládáním školních požadavků, je pro ně velmi náročné naplánovat si svou činnost.
3. S obtížemi se zapojují do skupinových her - tyto děti jsou podstatně lepší např. v plavání než ve fotbale.
4. Obtížně si vybavují informace - zvláště v rychlosti.
5. Sociální interakce - obtížně navazují i udržují kamarádství s vrstevníky.
6. Náročné jsou pro ně každodenní úkoly jako připravit si svačinu, vyčistit si zuby…
7. S obtížemi vykonávají činnosti, které vyžadují použití různého náčiní - např.školní úlohy při laboratorní práci.
8. Zkoušení - obtížné je pro ně podat výkon pracují-li v časovém stresu.
9. Různé náhlé změny mohou u těchto dětí vyvolat zvýšenou úzkostnost. Pokud je to možné, měly by být změny plánované a děti na ně předem připravené.
10. Od svých vrstevníků se liší nižším stupněm vyspělosti - jejich emoční projevy často odpovídají nižšímu věku.

**16 let a více**

1. Problematický může být výběr profesní orientace - často není zcela jasné, v čem je jedinec dobrý, vzhledem k tomu, že mu chybí zážitky úspěchu.
2. Obtíže naučit se řídit automobil.
3. Sociální interakce - problémem může být navazování přátelství a vztahů, ale i snížená sebedůvěra.
4. Přetrvávající obtíže v základní sebeobsluze - v činnostech jako je holení nebo při přípravě jídla - např. používání otvíráku, rozbalování a zabalování potravin apod.
5. Oslabení exekutivních funkcí - s obtížemi rozlišují důležité od nepodstatného.
6. Mohou být hůře přijímáni svými vrstevníky.

##### *JAK MŮŽEME DĚTEM POMOCI?*

##### Ke zlepšení požadovaných dovedností, stejně jako ke zvýšení sebedůvěry dítěte přispěje pouze individuální přístup zaměřený na jeho konkrétní potřeby. Odborná práce s dítětem by měla probíhat třikrát týdně 10 - 20 minut. Práce se skupinou dětí je vhodná zvláště pro rozvoj pohybové koordinace, další cíle naší práce by se měly zaměřovat na:

1. Zvyšování sebedůvěry
2. Učení postupům, jak dosahovat výukových požadavků
3. Učit dítě přizpůsobovat se prostředí, aby bylo schopno samo tyto požadavky plnit.
4. Zvládání změn
5. Je možné, že někteří budou potřebovat pomoc stálou, ale s postupem času méně intenzivní. S přibývajícím věkem se tato pomoc bude pravděpodobně více týkat organizačních a studijních požadavků.

**Vhodné mimoškolní aktivity**

*Jóga* – prospívá uvolnění a uvědomování si vlastního těla, umožňuje cvičit vlastním tempem.

*Plavání* – posiluje horní i dolní polovinu těla, podporuje otužování, ve vodě je možno hrát spoustu her.

*Fotografování* – tvůrčí činnost, kterou dítě může ukázat svým známým.

*Vaření* – pomáhá k rozvoji jemné a hrubé motoriky (válení, vykrajování, míchání, hnětení).

*Keramika* – prospívá koordinaci pohybů a zvyšování svalového napětí, rozvíjí tvůrčí potenciál dítěte.

*Jízda na koni* – pomáhá zlepšovat stabilitu, koordinaci pohybů, umožňuje vnímat rytmus, podporuje sebedůvěru dítěte, výjimečný je vztah dítě – kůň.

*Turistika* – umožňuje optimální zvolení obtížnosti trasy, vlastní tempo a poznávání nového. *Nesoutěživé záliby* – chování zvířátek, rybaření, zpívání, atd.