



Správný úchop

Nesprávné úchopy

Hrstičkový úchop



Na tomto úchopu se podílejí čtyři prsty – palec, ukazováček, prostředníček a prsteníček, který tužku podpírá. U dětí s tímto úchopem je potřeba včas nastavit a fixovat správný špetkový úchop. Někteří rodiče tento úchop považují za správný a to je také jeden z důvodů, proč ho používá při psaní mnoho školáků i dospělých.

Špetkový úchop se silným přitlakem na psací náčiní



Pokud je ruka spastická, nejsou uvolněné prsty a dlaň ruky, vzniká i při správně vyvozeném špetkovém úchopu silný tlak na psací náčiní. Prsty jsou sevřené, jsou v napětí a omezeny v pohybu.

Špetkový úchop se sevřenými prsty v dlani



Někdy má dítě správně vyvozenou špetku, ale malíček a prsteníček jsou sevřené v dlani. Při kreslení/psaní se po určité době i prostředníček posunuje do dlaně. Přiklání se tam, kde vzniká větší napětí.

Úchop s vysoko položeným ukazováčkem



Prsty vytvářejí přílišný tlak na psací náčiní, ukazováček se prohýbá a je ve špatném položení. Prsty jsou omezené v pohybu a při potřebě delšího a rychlejšího psaní se snižuje rychlost a kvalita písma. Ruka bolí a je v napětí.

Úchop s palcem přes psací náčiní



Ukazováček a prostředníček jsou na správném místě, ale palec není naproti ukazováčku, ale je vysunutý přes psací náčiní. Při tomto úchopu se tužka posunuje z místa kožní řasy mezi palcem a ukazováčkem na třetí článek ukazováčku a směřuje místo za rameno od těla. Při fixování tohoto nesprávného úchopu se může vyklenout i zápěstí a vzniká drápovitý úchop, který znemožňuje při psaní pohybovat zápěstím.

Klarinetový úchop



Bříška čtyř prstů se opírají o tužku, palec je v opozici. Prsty nemají potřebu vytvářet pohyb, ten vychází ze zápěstí a lokte. Ruka většinou není položená na podložce a tužka stojí na špičce, někdy směřuje od těla.

Cigaretový úchop



Tužka leží mezi ukazováčkem a prostředníčkem, palec může být položen na tužce, nebo je přes tužku. Někdy se může také palec a ukazováček spojit bříšky nad tužkou. Úchop nedovoluje pohyb prstů a tužka klouže mezi prsty.

Držení psacího náčiní příliš nízko



Držení psacího náčiní příliš vysoko



Základní škola a Mateřská škola Mladá Boleslav
17.listopadu 1325, příspěvková organizace
17.listopadu 1325, Mladá Boleslav 29301

