

## Ćwiczenia ułatwiające opanowanie prawidłowego chwytu i sposobu trzymania kredki.

Wskazówki dla rodziców, chcących samodzielnie pracować z dziećmi.

**Uwaga** - należy zadbać o prawidłową pozycję dziecka przy pisaniu i rysowaniu - stopy na podłodze, plecy proste, łokcie leżą na biurku, prawidłowy jest chwyt pisaka, kartka (zeszyt) leży w pozycji – górny róg od strony ręki wiodącej lekko, skośnie do góry

1. Swobodne bazgranie na dużych arkuszach papieru, flamastrami, kredkami, farbami.
2. Zamalowywanie dużych powierzchni farbami grubym pędzlem dziecko stoi (nie siedzi) przy stoliku o odpowiedniej do jego wzrostu wysokości
3. Zamalowywanie obrazków w książeczkach do malowania
4. Kalkowanie obrazków, obrysowywanie szablonów, rysowanie po śladzie
5. Cięcie po narysowanych liniach - prostych frędzelki, - falistych serwetki
6. Wycinanie najpierw prostych, potem nieco bardziej skomplikowanych kształtów z papieru kolorowego
7. Modelowanie z plasteliny, modeliny, masy papierowej najpierw kuleczek, wałeczków; później form bardziej złożonych - zwierząt, postaci ludzkich, liter
8. Stemplowanie i kolorowanie
9. Wydzieranie z kolorowego papieru i naklejanie wydzieranki na papier
10. Rysowanie w liniach wzorów literopodobnych i szlaczków
11. Naśladowanie gry na pianinie, pisania na maszynie
12. Odtwarzanie rytmu deszczu, strząśnięcie wody z palców
13. Zgniatanie kartki papieru jedną ręką w małą kulkę
14. Zabawy pacynką Przekładanie kartek w książce.
15. Nawlekanie koralików, przewlekanie sznurowadeł, wiązanie kokardek
16. Przyszywanie guzików, szycie prostymi ściegami
17. Rysowanie patykiem po ziemi
18. Faliste ruchy ramion - zabawa w przylot i odlot bocianów
19. Przy wolnym chodzie ruchy rąk jak podczas pływania żabką
20. Zabawa w pociągi - ruch rąk naśladuje obroty kół
21. Zabawa w pranie, rozwieszanie bielizny i prasowanie
22. Zabawa w gotowanie obiadu - naśladowanie wałkowania ciasta, mieszania gęstej zupy, kręcenia kranem, ubijania piany
23. Zabawa w rąbanie i piłowanie drzewa
24. Gry w pchełki, bierki, kręgle, karty, bilard stołowy
25. Rzucanie woreczków lub piłeczek – do celu lub kto dalej dorzuci
26. Toczenie piłki do dołka
27. Zabawy z chwytaniem i rzucaniem piłki, kozłowanie piłki
28. Przerzucanie piłki średniej wielkości z ręki prawej do lewej i podrzucanie jej raz prawą, raz lewą ręką
29. Podbijanie balonika wyłącznie palcami prawej i lewej ręki
30. Wypuszczanie piłeczki tenisowej z ręki w dół i próby chwytania jej w locie, samymi palcami - zanim odbije się od podłogi
31. "Rysowanie" palcami w powietrzu określonego przedmiotu.