

Przykłady ćwiczeń usprawniających motorykę dłoni /podnoszących poziom graficzny pisma/:

1. Ćwiczenia rozmachowe – „rysowanie” w powietrzu dużych kształtów
2. Lepienie z plasteliny, wydzieranki, wycinanki
3. Oburęczne malowanie dużych kształtów, np. kół
4. Ugniatanie kul i małych kulek z gazet, bibułki
5. Ugniatanie w dłoniach małych gumowych piłeczek
6. Naśladowanie gry na fortepianie jedną ręką i obiema rękami
7. Ćwiczenia palców – otwieranie, zamykanie dłoni
8. Masowanie dłoni, ramion
9. Przed pisaniem – moczenie dłoni w ciepłej wodzie
10. Korzystanie z nakładek na ołówki, długopisy
11. Kolorowanie płaszczyzn w książeczkach z obrazkami
12. Kalkowanie
13. Pisanie po śladzie
14. Pisanie ciągu liter bez oderwania ręki, rysowanie „leniwej” ósemki

Ćwiczenia usprawniające funkcje ruchowe znajdują Państwo w publikacjach:

1. Ćwiczenia grafomotoryczne przygotowujące do nauki pisania wg Tymichowej dla kl. 0 – III, M. Bogdanowicz.
2. Ćwiczenia w rysowaniu. Zeszyt ćwiczeń /5 – 7/, M. Bogdanowicz.
3. Zestaw szablonów do pisania i rysowania.
4. Ćwiczenia rozwijające sprawność ruchową ręki, H. Tymichowa.
5. Zeszyt do początkowej nauki pisania, B. Roślowski.
6. Ćwiczenia służące doskonaleniu rozwoju ruchowego, Zeszyt nr 5, E. Chmielewska.