

## Ćwiczenia doskonalące motorykę małą

### Sypkie obrazy

Sypkie obrazy to prosta ale kreatywna zabawa wykorzystująca wrażenia dotykowe polegająca na tworzeniu obrazków z różnych sypkich materiałów.

### Materiały:

- Różne sypkie materiały w różnych kolorach: mąka, cukier, kawa, herbata, majeranek, kurkuma, papryka czerwona (mielona), suszona kukurydza, kminek, imbir, mak, kolendra w ziarnkach, soczewica czerwona, zielona, brązowa; ryż itp.
- Klej.
- Kartonowe kartki papieru.

### Cele zabawy:

- Rozwijanie wyobraźni i kreatywności.
- Dotykane różnych materiałów pomaga dzieciom zdobyć informacje dotykowe, które są niezbędne do rozróżniania poszczególnych elementów.
- Ćwiczenia chwytu szczypcowego przygotowującego do wszystkich aktywności w domu i szkole.
- Odwrażliwianie na dotyk - oswajanie różnych sypkich materiałów.
- Nauka łączenia różnych materiałów.
- Rozwijanie sprawności manualnych.
- Organizacja i planowanie obiektów na kartce.

### Przebieg zabawy:

- 1) Rysowanie ołówkiem na kartkach prostych obiektów, np, kwiatek, kot, biedronka, drzewo, dom, piłka w paski, ryba itp. Pokazujesz, pomagasz w razie konieczności i wykonujesz z dziećmi krok po kroku.
- 2) Pokrywanie klejem poszczególnych figur i nakładanie na nie wybranych przypraw lub ziarenek.
- 3) Całość powinna być wypełniona wybranym sypkim materiałem będącym tłem kompozycji.
- 4) Kontrolowanie przebiegu aktywności.

### Szczypce i nakrętki

**Szczypce i nakrętki to prosta zabawa sensoryczno - motoryczna wzmacniająca chwyt szczypcowy, wyrabiająca precyzję ruchów dłoni i palców**

### Materiały:

- Szczypce/chwytnak do ciastek lub grillowy.
- Nakrętek po plastikowych butelkach.
- Przezroczysty duży, niski stoik, kubek z dużym otworem lub pudełko.
- Pudełko po jajkach.
- *Drobna uwaga: zawsze wykorzystujemy to co mamy pod ręką, modyfikujemy, zmieniamy jak się tylko da - przecież wszystko można zastąpić czymś innym wszystko zależy od wyobraźni i preferencji.*

### Cele zabawy:

- Chwyt szczypcowy - naciskanie i puszczenie dużych szczypiec ćwiczy chwyt szczypcowy mięśnie dłoni i palców.
- Koordynacja i siła palców - zadanie wymaga siły i stopniowania nacisku oraz koordynacji kciuka i palca wskazującego, wzmacnia mięśnie palców.

**Przebieg zabawy:**

- 1) Połóż materiały na stole: stoik z nakrętkami, szczypce i otworzone pudełko po jajkach.
- 2) Zadaniem będzie wyciąganie szczypcami nakrętek ze stoja/pojemnika i układanie ich w pudełku.
- 3) Dziecko wyjmuje ze stoika nakrętki i układa w otworach pudełka posługując się tylko szczypcami.
- 4) Stara się chwycić szczypcami tylko jedną nakrętkę.. W razie trudności pomóż dziecku.
- 5) Po zabawie dziecko zbiera z blatu stołu wszystkie materiały i odnosi na miejsce według wskazówek.

**Zabawy ciastoliną, plasteliną czy gliną** dobrze wzmacniają mięśnie dłoni, palców – ćwiczą siłę i zręczność. To doskonałe ćwiczenia motoryki małej.

**Domowa ciastolina**

... czyli masa solna, z której można lepić masę rzeczy.

**Czego potrzebujesz?**

- 1 szklanka mąki,
- 1 szklanka wody,
- $\frac{1}{2}$  szklanki soli kuchennej,
- 1 łyżka proszku do pieczenia,
- 1 łyżka oliwy lub oleju,
- barwniki spożywcze.

Wymieszaj mąkę połączoną z wodą, solą i proszkiem do pieczenia. Masę podgrzewaj na małym ogniu, aż zgęstnieje. Następnie odstaw, poczekaj aż ostygnie i do wystudzonej dodaj oliwę. Wyrób dokładnie ciasto na stolnicy. Całość podziel na sześć kawałków i każdy zabarw barwnikiem spożywczym na inny kolor, wciąż zagniatając ciasto, do uzyskania jednolitej barwy.

## Nawlekanie

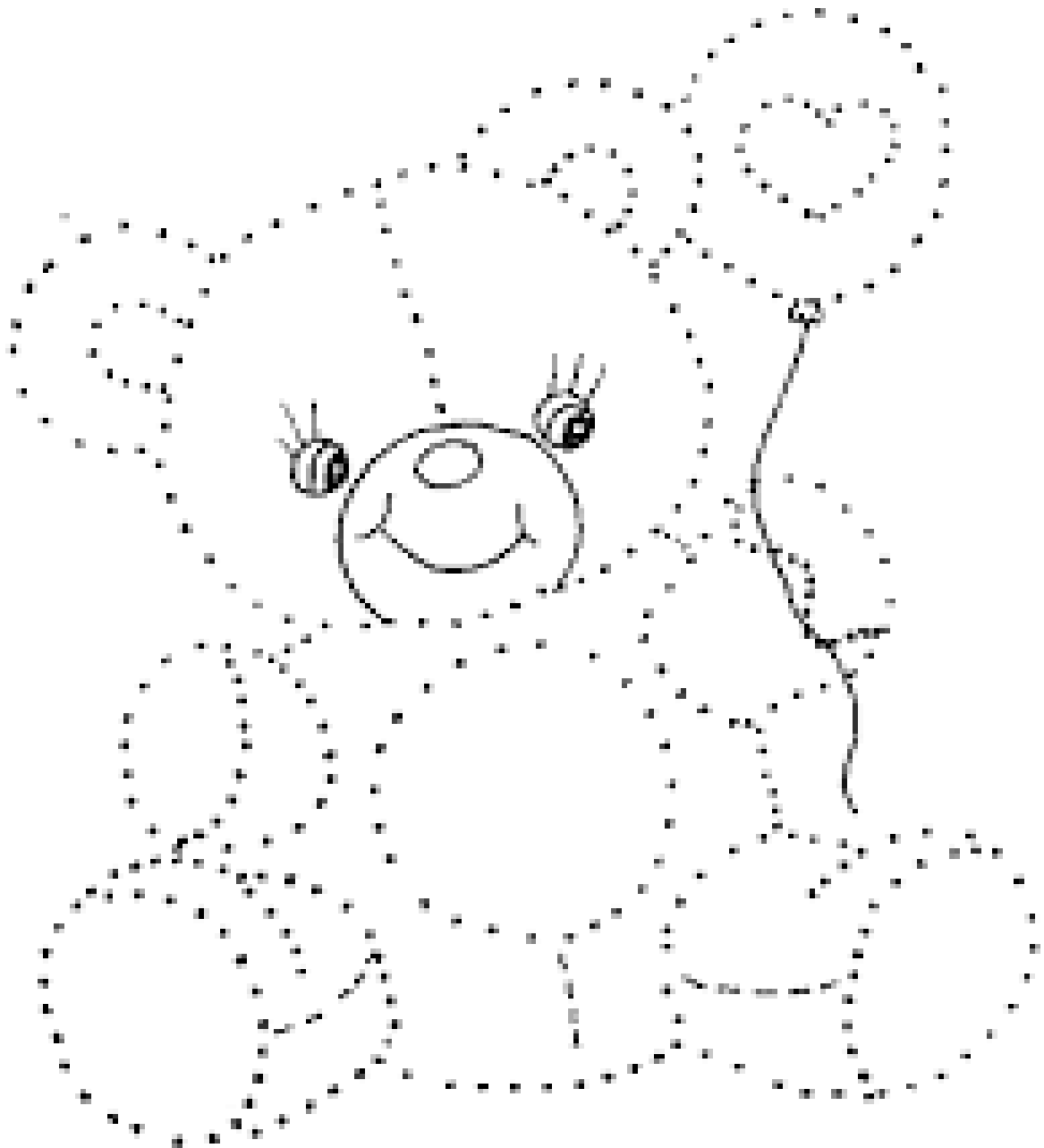
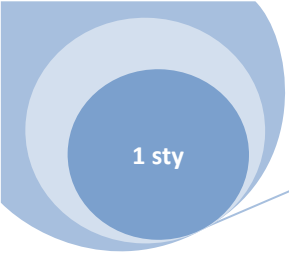
Początkowo należy dziecku zaproponować odpowiednio duże klocki, ale w miarę, jak jego sprawność rośnie, nawlekać można też korale, makaron, guziki. Można również przewlekać sznurówkę przez oczka kanwy do haftowania lub dziurki durszlaka, a wreszcie przejść do szycia - początkowo z użyciem grubej, plastikowej igły, później takiej zwykłej. Pierwsze ćwiczenia w nawlekaniu prowadzą także do tego, że dziecko umie sobie zasznurować i zawiązać buty,

## Przesypywanie i przelewanie

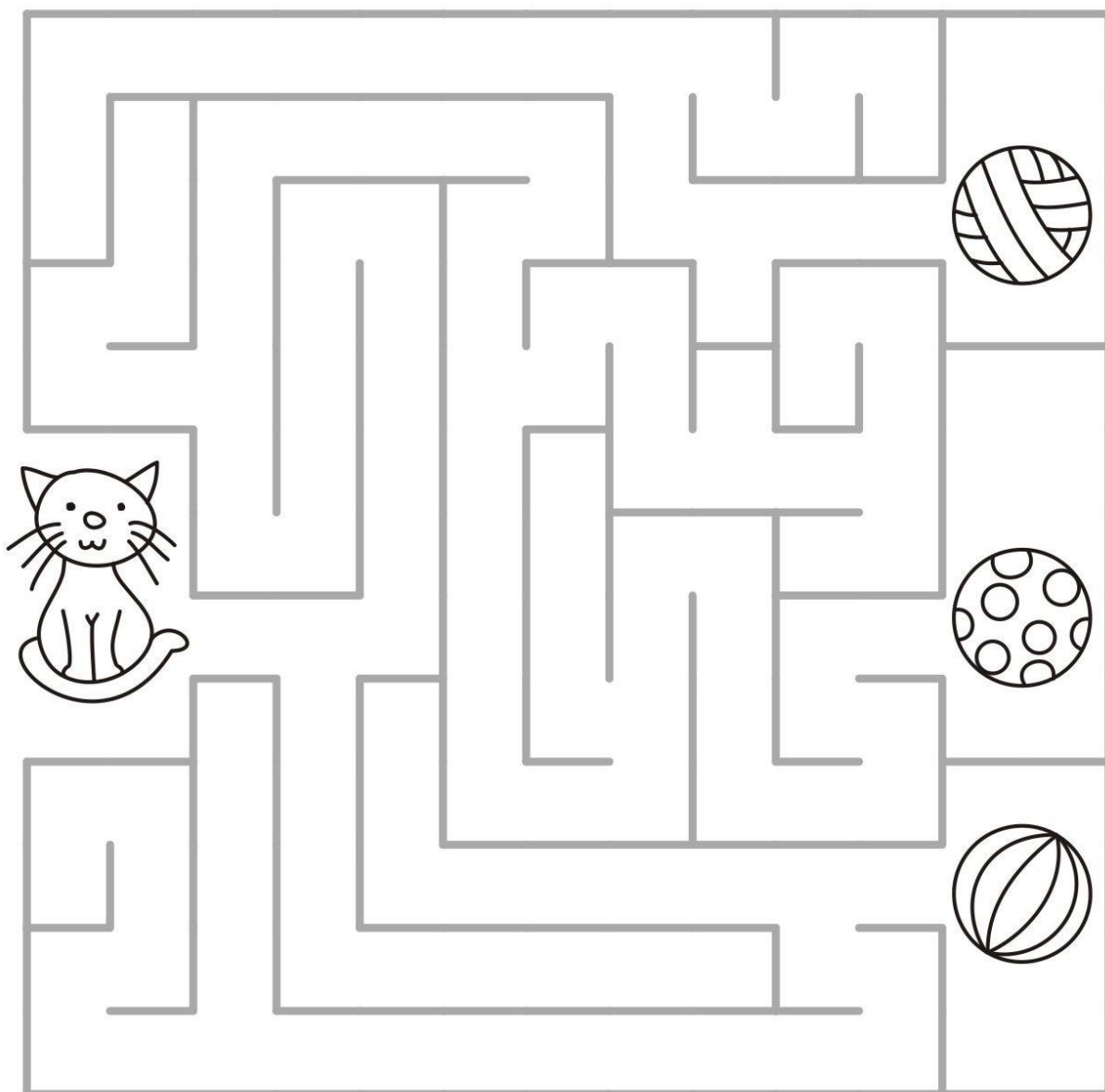
To czynności zdecydowanie niedoceniane, a niezwykle istotne w życiu codziennym: umiejętność przelewania z dzbanuszką, ale też szklanki, butelki, słoika, korzystanie z lejki i transfer wody z jednego pojemnika do drugiego za pomocą kawałka gąbeczki, kroplomierza czy strzykawki. Także przesypywanie mąki, soli, kaszy, grochu czy fasoli za pomocą różnych kuchennych naczyń jest mile widziane przez dzieci, które w ten sposób ćwiczą koordynację ruchów.

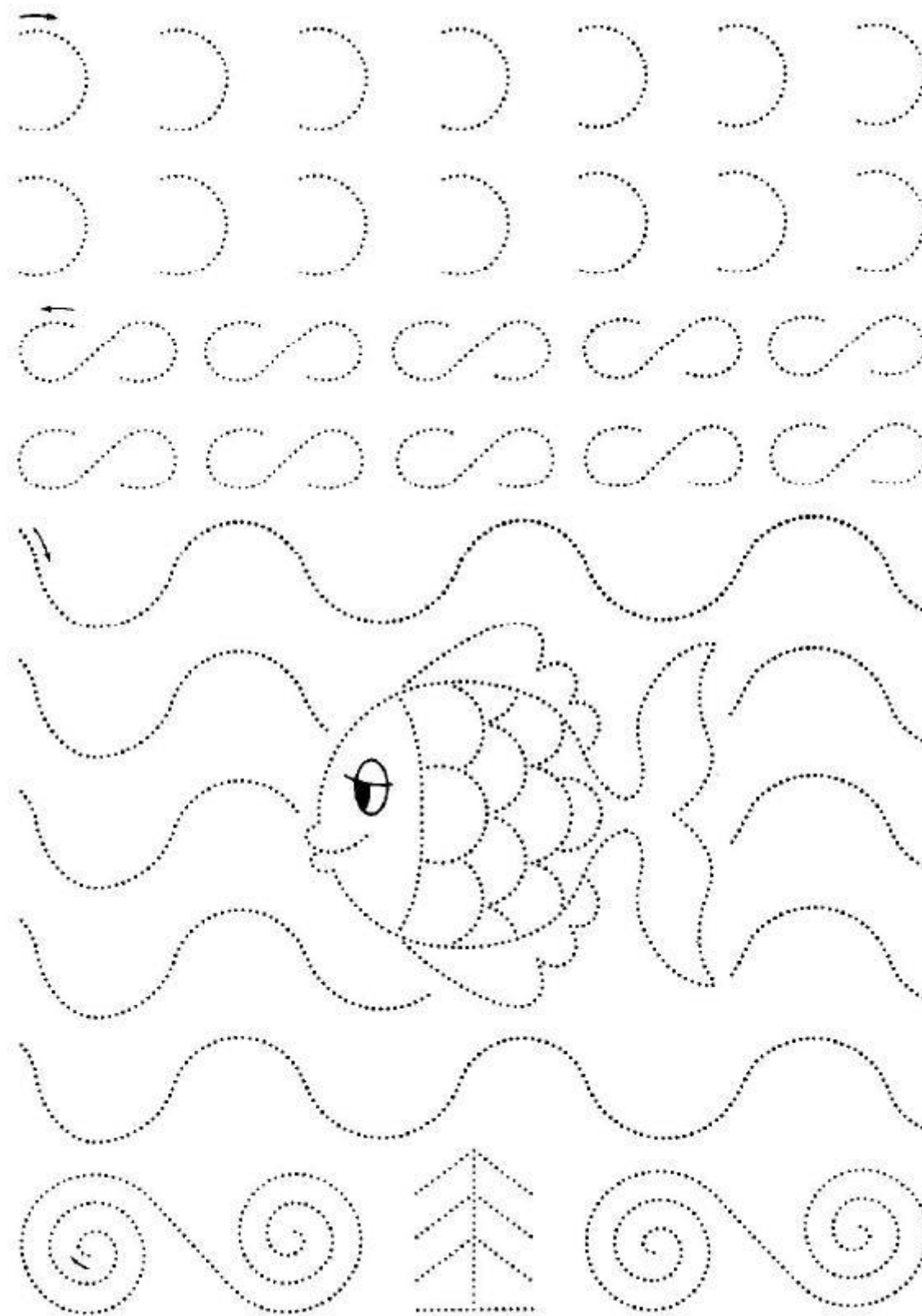
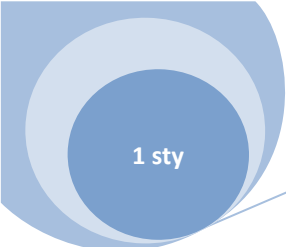
## Naukę pisania ułatwiają takie ćwiczenia:

- rysowanie palcem w powietrzu, na ścianie, po stole,
- szukanie wyjścia z rysunkowego labiryntu,
- łączenie kropek, aby uzyskać cały rysunek,
- wypełnianie kreskami (w różnych kierunkach) kształtów,
- „pisanie” na piasku lub kaszy mannie rozsypanej na niskiej tacce,
- rysowanie linii prostych, falistych, pętelek,
- łączenie linii elementów na obrazku,
- kopiowanie obrazków przez kalkę techniczną,
- rysowanie po śladzie,
- rysowanie obrazka bez odrywania ręki
- swobodne tworzenie szlaczków, ale też naśladowanie gotowych wzorów.



Którą piłeczką pobawi się kotka Tysia?





**Życzę miłej zabawy i wielu radości podczas wykonywania powyższych zadań.**

**Pozdrawiam Katarzyna Kasprzak ☺**