**4. Ćwiczenia stymulujące rozwój motoryki małej**

 Motoryka mała to przede wszystkim sprawne funkcjonowanie nadgarstków, dłoni i palców. Podstawowymi umiejętnościami rozwijanymi w trakcie doskonalenia motoryki małej są:

- kontrolowane i precyzyjne ruchy rąk i palców,

- chwytanie przedmiotów jedną ręką bez pomocy,

- świadome manipulowanie przedmiotem w celu wykonania zadania,

- rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej niezbędnej przy nauce czytania i pisania,

- skoordynowane używanie obu rąk.

W przypadku zaburzenia rozwoju motoryki małej konieczne są oddziaływania korekcyjne, które stymulują rozwój i korygują zaburzenia. **Gdy dziecko będzie dobrze panować nad swoimi dłońmi i palcami, to nauka stanie się dla niego przyjemna, mniej frustrująca a osiągany z tym związany sukces przyniesie dziecku wiele zadowolenia.**

**Rodzaje i przykłady ćwiczeń:**

1. **Ćwiczenia dłoni:**

- dotykanie dłoni, pocieranie, zaciskanie, otwieranie, klaskanie (swobodne i rytmiczne), wyciskanie, gniecenie, ugniatanie, zgniatanie, przesuwanie przedmiotów, chwytanie, maczanie dłoni w różnym materiale, wyczuwanie różnych powierzchni, głaskanie różnych faktur, wkładanie i wyjmowanie przedmiotów, otwieranie i zamykanie, zakręcanie i odkręcanie, nawijanie, owijanie, przeciąganie, pociąganie, składanie,

- zabawy z piaskiem, wodą, ryżem, fasolą,

- zabawy z różnymi masami plastycznymi – glina, masa solna, plastelina, ciasto lina),

- zabawy konstrukcyjne,

- czynności samoobsługowe,

**2. Ćwiczenia palców:**

- dotykanie, przykładanie kolejno, kiwanie, potykanie różnych powierzchni, stukanie, naśladowanie gry na instrumentach, przebieranie palcami, splatanie,

- doskonalenie chwyty pęsetkowego – palec wskazujący i kciuk, np.. solenie, skubanie, przewracanie kartek w książce, przekładanie kart do gry, przypinanie spinaczy do bielizny, chwytanie drobnych przedmiotów,

- nawlekanie koralików, przewlekanie guzików, sznurowanie butów, wiązanie supełków, wyginanie drucików, wciskanie i wyjmowanie pinezek z tablicy korkowej,

- układanie – puzzle, elementy geometryczne, patyczki, wykałaczki, itp.

- stemplowanie – gotowymi stempelkami, odciskanie przedmiotów zostawiających ślady,

- prawidłowe posługiwanie się nożyczkami – przecinanie pasków papieru, cięcie po liniach, wycinanie figur, dowolnych kształtów ze ścinków o różnej fakturze, wycinanie części obrazków do składania,

**3. Ćwiczenia grafomotoryczne:**

- kreślenie palcem prostych kształtów, pogrubianie wzorów, konturów, zamalowywanie powierzchni i ograniczonej przestrzeni, rysowanie kredką dowolnych rysunków, rysowanie wg poleceń, obrysowywanie szablonów, kalkowanie, łączenie wyznaczonych punktów linią ciągłą, prowadzenie linii w labiryntach, rysowanie szlaczków w różnej liniaturze, kreślenie w liniach kształtów litero podobnych, pisanie liter, sylab, wyrazów i zdań.

– Wybrała i opracowała K. Wlazeł