Rozwijanie małej motoryki u dzieci

Chcąc wesprzeć najmłodszych w rozwoju umiejętności związanych ze sprawnością grafomotoryczną, możemy im zapronopować wiele zabaw i aktywności, odpowiedzialnych za ten złożony proces:

* ćwiczenia ogólnej sprawności ruchowej: bieganie, skakanie, spacerowanie, maszerowanie, wspinanie się, turlanie, chodzenie po piasku, po trawie,
* ćwiczenia rozwijające sprawność obręczy barkowej: wymachy ramionami, przekładanie piłki wokół tułowia, podrzucanie piłki, rozciąganie sprężyny, malowanie grubymi pędzlami na dużych arkuszach papieru, przerzucanie piłek różnej wielkości,
* ćwiczenia wzmacniające mięśnie rąk: zagniatanie ciasta, zabawy z masami plastycznymi, ściskanie piłeczek, zagniatanie kul z papieru, z mokrego piasku,
* ćwiczenia ruchów precyzyjnych: wrzucanie monet do skarbonki, używanie spinaczy do bielizny i do papieru, stemplowanie, nawlekanie koralików, wyszukiwanie w piasku drobnych przedmiotów,
* ćwiczenia grafomotoryczne: zabawy z pisakiem suchościeralnym, rysowanie po śladzie, na tablicy, kończenie rysunków, kreślenie szlaczków, wypełnianie płaszczyzn na kartce papieru i dużych arkuszach rozłożonych na stole, na podłodze, przytwierdzonych do ściany.