

## DYSGRAFIA

### ĆWICZENIA, KTÓRE MOŻNA WYKONYWAĆ Z DZIECKIEM W DOMU

#### 1. Ćwiczenia palców i dłoni:

- stukanie, naciskanie każdym z palców oddzielnie na stół,
- dociskanie ich do stołu,
- wymachy i krążenia dłoni,
- zabawa w „Idzie kominiarz po drabinie”, „Idzie rak, nieborak”,
- udawanie, że gra się na pianinie.
- zabawy paluszkowe (wierszyki paluszkowe dla dzieci)

#### 2. Ćwiczenia chwytu pęsetkowego

- gry zręcznościowe, typu domino, bierki, wyszywanie, szydełkowanie, robienie na drutach,
- nakręcenie zabawek ze sprężyną,
- sortowanie małych koralików lub guzików,
- przypinanie do ubrania, a potem odpinanie spinaczy do bielizny.
- zabawy klamerkami
- gra w pchełki

#### 3. Ćwiczenia manualne:

- zamalowywanie dużych powierzchni farbami,
- wydzieranki,
- naklejanki,
- wycinanie nożyczkami,
- zabawa z plasteliną, modeliną, ciastoliną, masą solną,
- zabawa z wykorzystaniem piasku kinetycznego, różnego rodzaju kasz, czy ryżu lub grochu.
- budowanie, piętrzenie konstrukcji z klocków.
- rysowanie szlaczków,
- obrysowywanie szablonów,
- rysowanie przez kalkę, kreskowanie,
- wypełnianie kredką wnętrza narysowanych np. przedmiotów, figur geometrycznych.
- łączenie punktów na kartce

#### 4. Ćwiczenia kształtnego pisania:

- kolorowanie dużych kontur,
- rysowanie w powietrzu,
- pisanie palcem po ławce,
- pisanie szlaczków w dużych liniach
- pisanie szlaczków w małych liniach
- pisanie znaków litero podobnych na całej powierzchni kartki,
- pisanie znaków litero podobnych w dużej liniaturze
- pisanie i rysowanie bez odrywania rąk (dowolnych znaków graficznych)