**Terapia ręki - zalecenia do pracy w domu**

Zestaw 1

1. **Sprawność motoryczna – koordynacja w obrębie motoryki dużej**

**-dla maluchów**



**-dla starszaków**

1. Pajacyki –podskoki
2. Piłeczka – podskoki obunóż, mięsnie grzbietu napięte, postawa wyprostowana
3. W pozycji czworaczej podnoszenie kończyn / l. ręka / p. ręka / l. noga / p. noga
4. **Orientacja w schemacie własnego ciała**
5. Unieś ręce i klaśnij nad głową
6. Dotknij prawą ręką nosa
7. Dotknij lewą ręka prawego ucha
8. Dotknij lewą ręką prawej nogi
9. **Sprawność motoryczna – koordynacja w obrębie motoryki małej**
10. Temperowanie kredek zwykłą temperówką (rotacja w nadgarstku)



1. Malowanie(wypełnianie określonych pól) kredkami świecowymi – kredka w pozycji leżącej, poziomo



1. Zmazywanie ołówka gumką



1. Wykonywanie prac plastycznych, np.:
* malowanie farbami przy pomocy własnych palców lub pędzla,
* wypełnianie pól zgniecionymi kulkami z bibuły,
* wydzieranki – wypełnianie obrazka kawałkami wydartych gazet lub kolorowych papierów
1. **Grafomotoryka**
2. labirynt

