## Ćwiczenia motoryki małej – co robić gdy dziecko nie lubi szlaczków?

Rezygnacja z kolorowanek i szlaczków nie oznacza wcale rezygnacji z ćwiczeń wzmacniających rękę dziecka. Są one konieczne i powinny być możliwie najczęstsze. Jeśli jednak nasza pociecha nie lubi takiej formy możemy grafomotorykę ćwiczyć inaczej.

**Lepienie ćwiczy grafomotorykę**

**Możemy użyć gotowych mas typu: ciastolina, piankolina, ale też zrobić je z dzieckiem w domu – najprostrzy sposób to ciasto na pierogi (jeżeli mamy możliwość możemy dołożyć barwnika spożywczego).**

Przepisów na nie jest kilkadziesiąt, warto poszukać takiego, do którego składniki akurat mamy w domu. Z mas można lepić różne przestrzenne twory, płaskorzeźby, wyklejać nimi kartki lub po prostu bezcelowo ugniatać w dłoniach, rozciągać  – motoryka mała lubi takie ćwiczenia.

**Segregowanie ćwiczy grafomotorykę**

Do takiej zabawy przydają się kolorowe pompony, drewniane ozdoby, piórka, ale też fasolki, guziki, czy inne drobiazgi znajdujące się w domu.

Przygotowując taki zestaw do pracy dla dziecka, warto w nim umieścić odpowiednie narzędzie do przenoszenia rzeczy: szczypce (metalowe do cukru, drewniane do ogórków), zaparzacz do herbaty czy klamerkę do bielizny – wymagają one użycia dokładnie tych mięśni, które potem umożliwiają trzymanie ołówka. Dziecko z użyciem narzędzi lub tylko paluszków, przenosi przedmioty z miseczki do miseczki lub rozkłada do przegródek (tu przydaje się paleta do farb lub pudełko po czekoladkach).

Dziecko układa je kolorami, wielkością itp.

**Przenoszenie ćwiczy grafomotorykę**

Ta zabawa łączy się z poprzednią, ale do ćwiczeń ręki można też użyć: łyżeczki, którą dziecko przenosi sypkie produkty z jednego naczynia do drugiego lub płyny. Różne barwniki dodane do wody urozmaicą zabawę.

**Nawlekanie ćwiczy grafomotorykę**

Czynność ta wymaga chwycenia w palce koralika i sznurka oraz umiejętnego przewleczenia. W warunkach domowych możemy użyć makaronu i sznurówki lub długiej wykałaczki; guzików lub rolki po papierze pociętej na paski (obrączki). W ten sposób dziecko może odtwarzać wzór (na przykład narysowany na kartce) lub tworzyć własne.

**Szycie i wyszywanie ćwiczy grafomotorykę**

Najprostsze ćwiczenie to przewlekanie sznurówki przez dziurki zrobione w dość grubym kartonie. Do bardziej skomplikowanych wyszywanek potrzebna jest igła.

**Kalkowanie ćwiczy grafomotorykę**

Wystarczy do rysunku o wyraźnych konturach przyłożyć kalkę, papier śniadaniowy lub pergamin do pieczenia, aby przekopiować to, co znajduje się pod spodem. Pracuje wówczas nie tylko motoryka mała, ćwiczenia te wspomagają też umiejętność skupienia się na zadaniu i powracania wzrokiem do miejsca, gdzie trzeba kontynuować rysowanie linii.

**Prace domowe ćwiczą grafomotorykę**

Małe paluszki usprawni samodzielne obieranie owoców i warzyw (zarówno przy pomocy obieraczki, jak i ręcznie – obranie mandarynki czy cebuli wymaga sporego skupienia na zadaniu), krojenie ich, przygotowywanie i wyrabianie ciasta.

Ogromnej precyzji ruchów i koncentracji wymaga nakręcanie nakrętek, wkręcanie śrubek. Także takie czynności jak przypinanie prania klamerkami do bielizny, dobieranie skarpet w pary i zwijanie ich razem, a nawet mycie wzmacniają ręce dziecka.

**Prace plastyczne ćwiczą grafomotorykę**

Wszelkie „typowe” prace plastyczne, jak rysowanie, malowanie, stemplowanie, wydzieranie, wycinanie, naklejanie – wszystkie te mniej lub bardziej twórcze techniki pozwalają na rozwój motoryki małej. Zamiast szlaczków i kolorowanek dziecko może tworzyć własne dzieła – wymagają one pracy dokładnie tych samych mięśni i ćwiczą te same umiejętności, a są bez porównania bardziej atrakcyjne j zajmujące dla dziecka.

**Inne rzeczy, które ćwiczą grafomotorykę**

Każda czynność, która wymaga drobnych, precyzyjnych ruchów dłoni oraz zamaszystych ruchów ramion, pomaga dziecku wzmocnić mięśnie potrzebne do pisania. Zamiast mozolnego kreślenia szlaczków dziecko może tkać, wrzucać monety do skarbonki, rysować labirynty, malować kredą po chodnikach, robić z liści ubranka dla lalek i co tylko przyjdzie nam do głowy – ważne, aby czynność ta była atrakcyjna dla dziecka i pozwalała na zaangażowanie się w nią.

Opracowała za J. Górnisiewicz M. Kozek