Ćwiczenia rozwijające sprawność manualną i grafomotoryczną.

**PROWADZĄCA: Żaneta Kawka**

**GRUPA: 4- LATKI**

Rozwój **grafomotoryki** dziecka trwa kilka lat. Początkowo elementy rysowane przez dziecko są nierozpoznawalne, najczęściej rysowane są linie nieregularne, kropki lub koliste figury. Dopiero później pojawiają się regularne linie pionowe i poziome, które mogą krzyżować się. Czterolatek często ma problem z zaplanowaniem rysunku, lecz rysuje głowonogi, jego rysunki mogą być jeszcze uproszczone, lecz zazwyczaj kolorowe. zaczyna od zwykłego kolorowania kolorowanek, obrazków, zamalowywania przestrzeni, obrysowywania przedmiotów, kalkowania, odwzorowywania rysunków, figur geometrycznych, wzorów, rysowania po śladzie

**CELE:**

* stymulowanie ogólnego rozwoju dziecka;
* usprawnianie koordynacji wzrokowo – ruchowej;
* wyrabianie prawidłowego chwytu narzędzia pisarskiego;
* usprawnianie mięśni palców i zdolności współpracy palców ręki;
* normalizowanie zbyt silnego lub zbyt słabego napięcia mięśniowego;
* rozwijanie sprawności manualnej;
* wyrabianie płynności i precyzji ruchów;
* wdrażanie do staranności,
* kształcenie wrażliwości estetycznej

**PRZEWIDYWANE OSIĄGNIĘCIA DZIECI:**

* przyjmowanie prawidłowej postawy ciała przy rysowaniu
* utrwalenie nawyku prawidłowego chwytu narzędzia pisarskiego;
* przestrzeganie kierunku kreślenia szlaczków od lewej do prawej, z góry do dołu;
* rysowanie po śladzie bez odrywania ręki;
* odwzorowywanie prostych kształtów i figur geometrycznych;

**METODY PRACY:** ćwiczenia ruchowe oraz wyrabiające koordynację wzrokowo – ruchową przy wykorzystaniu takich technik manualnych jak: lepienie z plasteliny, wdzieranie, wyklejanie, wycinanie, malowanie palcami, malowanie całą dłonią, malowanie pędzlem, rysowanie ołówkiem, rysowanie kredką, rysowanie kredą, kalkowanie, rysowanie po śladzie i inne.

**FORMY PRACY:**

* praca w grupie dzieci;

**RODZAJE ĆWICZEŃ MANUALNYC- I semestr**

**Ćwiczenia zmniejszające napięcie mięśniowe, usprawniające całą rękę**

Zabawy z piłką i piłką sensoryczną: rzucanie do celu, popychanie do celu, toczenie i turlanie; Gry zręcznościowe: gra w łapki, zabawy z klaskaniem, kręgle, serso; Imitacje ruchowe: naśladowanie czynności, takich jak latające ptaki, gałęzie drzew na wietrze, opowiadania ruchowe; Wykonywanie dużych, prostych ruchów ręką w powietrzu: kierunek z góry na dół, od lewej do prawej, ruchy okrężne odwrotne do ruchu wskazówek zegara ze zwróceniem uwagi na płynności ruchów (zmniejsza napięcie w stawie łokciowym); Układanie modeli z dłoni i obserwowanie cieni jakie rzucają na ścianę; Zanurzanie dłoni w pojemnikach produktami sypkimi takimi jak kasze, ryż, piasek, kamyki i inne; Malowanie farbą przy pomocy dłoni lub palców Rysowanie palcem na piasku, rozsypanej mące i innych materiałach sypkich

**Zabawy konstrukcyjne, budowanie z klocków**; Zabawy i ruchy manipulacyjne: nawlekanie na wstążkę lub sznurek koralików, guzików, makaronu, wplatanie sznurka w gotowe tabliczki do nawlekania, wycinanie nożyczkami po linii prostej, załamanej i owalnej, wypychanki - kształtów z gotowych szablonów, wyrywanki - rwanie papieru na mniejsze części i zapełnianie nimi konturowych rysunków, zapinanie i odpinanie guzików, zamków błyskawicznych, zatrzasków, zgniatanie kartek, gazet jedną ręką, modelowanie z plasteliny lub gliny: toczenie kulek, wałeczków⎫ Zabawy palcami: stukanie czubkami placów o twarde podłoże: w zabawach typu gra na pianinie, stukanie deszczu, gry i zabawy paluszkowe, masażyki⎫ zgniatanie bąbelków w folii bąbelkowej Zabawy zręcznościowe: wrzucanie koralików, groszków i innych drobnych kulistych przedmiotów do pojemnika o małym otworze typu butelka, gra w pchełki,⎫ gra w bierki, układanie mozaik.

**ĆWICZENIA GRAFOMOTORYCZNE – II semestr**

Przy ćwiczeniach usprawniających grafomotorykę należy zwrócić szczególną uwagę na prawidłową postawę dziecka: obie stopy oparte o podłogę, proste plecy, przedramiona oparte na stół, ręka prosta w nadgarstku. Poza postawą niezwykle istotny jest chwyt narzędzia pisarskiego:

**Ćwiczenia rysunkowe** Kalkowanie przez kalkę techniczną,• Labirynty: rysowanie linii pośrodku narysowanej drogi; Łączenie ponumerowanych kropek tak aby utworzyły rysunek; Przerysowywanie wzorów rysunków; Kończenie rysunków wg wzorów; Rysowanie z pamięci; Odrysowywanie szablonów; Rysowanie po śladzie; Kolorowanie rysunków konturowych Rysowanie na tablicy kredą lub markerami, flamastrami.

**ĆWICZENIA GRAFICZNE** Ćwiczenia graficzne mają na celu wyrobienie płynności i precyzji ruchów ręki. Oprócz chwytu narzędzia pisarskiego i prawidłowej postawy należy zwrócić uwagę na kierunek przy rysowaniu szlaczków od lewej do prawej, a przy kształtach owalnych odwrotny do ruchów wskazówek zegara. Rysowanie prostych rysunków, kalkowanie, kolorowanie rysunków konturowych; Figury geometryczne – pogrubianie konturów mazakiem, kalkowanie, kolorowanie, kopiowanie Łączenie punktów wyznaczających rysunki i kształty Zakreskowywanie konturów z kierunkiem od góry na dół od lewej do prawej, Rysowanie szlaczków.