**PRZYKŁADOWE ĆWICZENIA ZABAW Z DZIECKIEM  
 KSZTAŁTUJĄCYCH SFERY JEGO ROZWOJU – CZĘŚĆ I**

****

**Jak wspierać sprawność manualną?**-przede wszystkim wszelkie czynności samoobsługowe, zapinanie małych guzików, sznurowanie butów, zapinanie suwaka, nawlekanie korali, używanie noża i widelca,  
-uczenie prawidłowego chwytu narzędzia pisarskiego, ewentualne stosowanie nasadek, uczenie właściwego kierunku kreślenia linii pionowych (od góry, do dołu) oraz poziomych od lewej do prawej,  
-zbieranie drobnych elementów dwoma palcami jak pęsetą,  
-ugniatanie prostych rzeczy: wałeczki, rogaliki,  
-sprawne ruchy palcami, naśladowanie gry na pianinie, odtwarzanie padania deszczu: ulewny deszcz, drobny deszczyk,  
-owijanie skakanki na dłoni przez jej obroty w nadgarstku,  
-zabawy z tasiemką, sznurowadłem- przeplatanie przez otwory.

**Jak rozwijać motorykę małą?**-ćwiczenia w odrywaniu małych kawałków np. kolorowego papieru, waty  
ćwiczenia w ściskaniu, wyrabianiu np. plasteliny,  
-ćwiczenia w podnoszeniu różnej wielkości przedmiotów za pomocą dwóch rąk do dwóch paluszków,  
-ćwiczenia w przypinaniu i odpinaniu klamerek,  
-ćwiczenia w wodzeniu palcem po konturach przedmiotów,  
-ćwiczenia w przesuwaniu korali po różnych kształtach,  
-ćwiczenia w wykonywaniu drobnych ruchów palcami: wyścigi paluszków, witanie się paluszków,  
-ćwiczenia dłoni-wymachy, krążenia, uderzenia, pocieranie o różne faktury,  
-ćwiczenia w układaniu klocków w odpowiedniej kolejności,  
-ćwiczenia w malowaniu i zamalowywaniu różnymi technikami (kredkami, kredą, ołówkiem, świecą, patykiem) i różnych powierzchni (różne formy papieru, tablica, na piasku),  
-ćwiczenia w stemplowaniu różnymi przedmiotami pozostawiającymi ślady (np. korki, nakrętki, warzywa).

**Jak rozwijać motorykę wielką?**-ćwiczenia w zachowaniu prawidłowej postawy ciała w siedzeniu i chodzeniu,  
-ćwiczenia w chodzeniu na palcach, po sznurku, po kamieniach, po innych powierzchniach z różnymi fakturami,  
-ćwiczenia poprawiające zachowanie równowagi i zręczności np. przekładanie woreczków   
z jednej obręczy do drugiej,  
-ćwiczenia z piłką (odbijanie, kopania, chwytanie, rzucanie),  
-ćwiczenia z balonem.