

Mami, oci, zahrajte sa so mnou

AKTIVITY NA ROZVOJ GRAFOMOTORIKY (Aby sa mi ľahšie písalo ☺)

- **Rozcvička.** Všetci športovci sa potrebujú veľmi dobre rozcvičiť. Aj naše rúčky pred kreslením potrebujeme trochu rozhýbať. Napríklad aj s takouto básničkou:

Ja pred každým kreslením, vždy sa pekne postavím. (postaviť sa, vystrieť chrbátik)

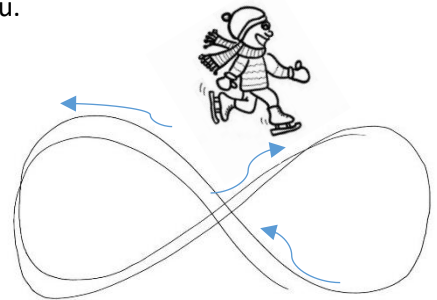
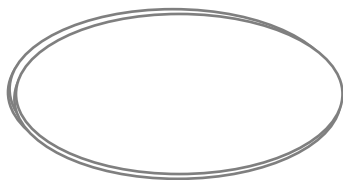
Ruky treba rozcvičiť, na kreslenie pripraviť. (krúženie pažami)

Od ramena cez lakeť, (krúženie ramenom, laktom)

k dlaniam, prstov máme päť. (krúženie zápästím a všetkými prstami)

Každý prst je dôležitý, tak na neho nezabudni. (počítať všetky prsty)

- **Kreslenie v stoji** na čo najväčší papier, aký doma nájdete. Skúste upevniť papier na stenu, dvere, alebo iný hladký povrch vo výške očí dieťaťa lepiacou páskou, alebo šikovní ockovia možno vymyslia aj niečo lepšie ☺. Dieťa by malo postojacky kresliť veľké elipsy, kruhy, klobká, ležaté osmičky, ale aj rovné a zvislé čiary. Ruka by mala byť čo najviac uvoľnená.
- **Začať môžem kresliť „neviditeľným perom“**, prstom alebo vystretou rukou do priestoru, keď to zvládnem, vyskúšam si to farbami a štetcom a nakoniec s ceruzkou.



- **Pri kreslení je dobré dbať na správny úchop ceruzky.** Správny úchop je, akoby ste ma naučili uložiť ceruzku „do postielky“ ☺. Prostredník je postielka, na ktorej bude ležať ceruzka, **palec je perínka** a **ukazovák je vankúšik**. Ceruzku nechcem rozpučiť, tak ju prikrývam len zľahka.
- Ak ste si nie istí, ktorou rukou má vaše dieťa kresliť, určite sa nám ozvite.



- **Mami a čo tak náhrdelník?** Navliekanie goráliek, ale u tých šikovnejších a odvážnych možno aj nitky do ihly...či počítanie hrášku a ukladanie do pohára, to všetko sú aktivity, ktoré mi pomôžu, aby moje prsty boli čo najšikovnejšie a čo najlepšie pripravené naučiť sa písať prvé písmená.
- **Modelovanie z plastelíny.** Písmenká zo svojho mena, alebo len tak, rôzne špirály, vlnovky, slimáčky. Môžeme si natrénovať aj tvar ležatej osmičky a poprechádzať sa po nej prstom, pohľadiť ju, aby sme si ten tvar zapamätali. Takto môžeme pohľadiť všetky tvary, ktoré vytvoríme.
- Alebo Veľkonočné pečenie?
Mami chcem si kresliť prstom do múky ☺



Milí rodičia, ak potrebujete viacero inšpirácie, alebo konzultáciu, či postupujete pri práci so svojim dieťaťom správne, kontaktujte nás.

Centrum poradenstva a prevencie Dolný Kubín

Služby v našom centre sú bezplatné. e-mail: cppdolnykubin@gmail.com tel.: 0904 566 544 v čase 8.00-16.00

