

*Mała rączka – wielka rzecz.
Ćwiczenia grafomotoryczne trzylatka*

Ruch jest naturalną i fizjologiczną potrzebą dziecka w każdym wieku, przyczyniającym się do poprawy całościowego rozwoju. Z aktywnością ruchową wiążą się bardziej szczegółowe pojęcia, a mianowicie motoryka duża oraz motoryka mała. W kontekście społecznym rozwijanie tych umiejętności sprawia, że dziecko lepiej radzi sobie w grupie przedszkolnej. Mówiąc o motoryce nie sposób pominąć terminu *grafomotoryki*, czyli umiejętności rysowania i pisania. Warto pamiętać, że ogólna sprawność rącek ma wpływ na poziom graficzny prac dziecka. Dlatego tak ważna jest ciągła praca nad poszczególnymi partiami ręki: ruchem łokcia czy nadgarstka oraz dłoni i precyzyjnymi ruchami palców.

Wyróżniamy wiele ćwiczeń grafomotorycznych, które ze względu na różnorodność, z pewnością zainspirują i wzbudzą zainteresowanie każdego dziecka. Drodzy rodzice, proponowanie ćwiczenia i zabawy to także okazja do tego, aby być przy dziecku, rozmawiać z nim, towarzyszyć mu we wszelkich poczynaniach, wzmacniać poczucie własnej wartości, wzmacniać relacje i stworzyć silną więź emocjonalną.

Propozycje ćwiczeń grafomotorycznych:

nawlekanie koralików, układanie puzzli, rzucanie i łapanie piłki, toczenie piłki do celu, przerzucanie woreczka z lewej do prawej ręki, budowanie z klocków, wydzieranki z papieru, lepienie z plasteliny, wycinanie nożyczkami, rysowanie szlaczków, rysowanie po śladach, kolorowanie rysunków, odwzorowywanie rysunków zgodnie ze wzorem, malowanie farbami, rysowanie różnorodnymi przyborami plastycznymi (kredką, węglem, ołówkiem), rzucanie do celu, ćwiczenia ruchowe takie jak krążenia ramion, naśladowanie lotu ptaków, wykonywanie ruchów ramionami jak przy pływaniu, krążenie i wymachy dłoni, spacer palcami po stole, naśladowanie gry na pianinie.

Nauczycielki dzieci trzyletnich

Dominika Kocoń, Izabela Żak, Alicja Socha

Artykuł został opracowany w oparciu o artykuł magazynu Natuli (autor: Marta Miśko) oraz <https://dziecisawazne.pl/jak-cwiczyz-male-raczki-27-pomyslow/> <https://zdrowyprzedszkolak.pl/wychowanie/881/umiejtnosci-motoryczne-i-ich-rola-w-wieku-przedszkolnym.html>