

POPESTRIMO ŠOLO 2016-2021

Drugačno učenje

GRAFOMOTORIČNE VAJE IN VAJE ZA RAZGIBAVANJE TER SPROŠČANJE ROKE

Predlagamo, da si snamete grafomotorične vaje in si preberete vaje za razgibavanje ter sproščanje roke, ki vam bodo pomagale pri izvajanju priloženih grafomotoričnih vaj ter pri pisanju.

Vaje za razgibavanje ter sproščanje roke so naslednje:

- umivamo roke
- z vsakega prsta snamemo prstan
- igramo klavir, violino, kitaro
- tipkamo
- gnetemo - testo, plastelin, glino
- pretresamo - kostanje, želode, kamenčke, koruzo, pšenico in presipavamo - pesek, riž, mivko, polento...
- s palcem in kazalcem pobiramo manjše predmete (sponke, fižol, cofkote, grah, kamenčke, makarone ...)
- luščimo koruzo
- trgamo, pregibamo papir
- strižemo s škarjami
- navijamo volno
- vlečemo vrv
- posnemamo letenje ptice
- ponazarjamo vremenske pojave
- nizamo gube, razrezane slamice ...
- mešamo s kuhalnico (dva lonca, v enem riž, fižol, koruzo; v drugem papirnate kroglice)
- obrišemo levo, desno roko
- obrišemo različne predmete

Vir: <http://igramose.blogspot.com/2015/08/razgibavanje-in-sproscanje-roke.html?m=1>

Vir: <https://drive.google.com/file/d/1GzSnXxP3e87dZAjnnzz7R2ifLNgOyxeB/view>

Za vse informacije lahko pišete na: iris.merkac@sola-zetale.si