

## USPRAWNIANIE RUCHÓW RAMION, PRZEDRAMION, DŁONI, NADGARSTKA I PALCÓW.

1. Wymachy ramion- naśladowanie drzew na wietrze.
2. Rysowanie w powietrzu oburącz kół, ślimaków, linii pionowych i poziomych.
3. Wiązanie i rozwiązywanie supełów na sznurze od bielizny.
4. Wypuszczanie z ręki piłki tenisowej i łapanie jej po odbiciu o podłogę.
5. Pisanie palcem wskazującym figur i liter w piance do golenia.
6. Łamanie patyczków ( np. wykałaczek).
7. Robienie konfetti dziurkaczem biurowym.
8. Mocne zaciskanie dłoni (oburącz i naprzemiennie).
9. Lepienie kulek z plasteliny opuszkami palców.
10. Gry stolikowe np.: pchełki, skaczące żabki.