

# Optymiści – Terapia ręki dla każdego – Ogólnopolski Projekt Edukacyjny



Na początku wykonaliśmy ćwiczenia wstępne – wzmocnienie obręczy barkowej, poprawa stabilizacji, czucia głębokiego.

Terapia ręki ma na celu usprawnianie małej motoryki, czyli precyzyjnych ruchów dłoni i palców oraz zaangażowanie całej kończyny górnej w wykonywanie różnorodnych zadań poprawiających jej funkcjonowanie i doskonalenie. Docelowo służy do osiągnięcia przez dziecko samodzielności w podstawowych czynnościach życia codziennego w tym przygotowanie dziecka do pisania.



**Zgniatanie piłeczek, gąbek.**

**Dotykanie różnych materiałów, struktur.**

**Zaciskanie i otwieranie dłoni.**





Ćwiczenia koordynacji wzrokowo –  
ruchowej - zabawy ze spinaczami do  
bielizny – przypinanie , odpinanie  
spinaczy na polecenie, przy okazji  
przeliczenie.







**Zabawy z chustą rozciągliwą. W chuście mogliśmy się wychylać do tyłu stojąc w kole, owinać się w materiał i kręcić w koło. Super zabawa!!!  
Uczy współdziałania w grupie.**





Na koniec zajęć podzieleni na grupy przeszliśmy do ruchów precyzyjnych – przygotowujących do trzymania narzędzia pisarskiego: malowanie farbami na materiale łąki za pomocą palców, przy użyciu pędzelka, gąbeczek.

Zabawy ciastoliną – ugniatanie, wałkowanie, lepienie.