

Cvičenia na koordináciu vizuomotorických a jemnomotorických pohybov.

1. **Motivované pohyby prstov**- solenie, drobenie, napodobňovanie hry klavíri na stole, na trúbke vo vzduchu, napodobňovanie umývania rúk, padanie lístia, kvapiek dažďa prstami, dirigovanie ukazovákmi, úskanie prstami, kývanie ukazovákom k sebe- na znamenie pod' sem,
2. **Pozdrav** - Vztýčený ukazovák pravej ruky sa postupne dotýka všetkých prstov ľavej ruky a naopak
3. **Vejárík** - približovať a rozťahovať prsty od seba
4. **Hviezda** - rovnaké prsty obidvoch rúk sa postupne spolu dotýkajú
5. **Počítame do 5**- postupné vysúvanie jednotlivých prstov zo zavretej dlane na stól striedavo pravou a ľavou rukou, potom obidvomi rukami súčasne
6. **Mávanie na rozlúčku** - prstami a dlaňou súčasne hore a dolu, vpravo a vľavo
7. **Písanie a kreslenie** – ukazovákom po stole, v krabičke s múkou alebo s pieskom
8. **Prší** – rýchlymi striedavými pohybmi jednotlivých prstov obidvoch rúk klepeme o stól
9. **Tlieskanie rukami**
10. **Prsty sa zdravia**- koniec palca pravej ruky sa dotýka končekov prstov ľavej ruky a naopak
11. **Osa**- točiť vztýčeným ukazovákom pravej a ľavej ruky
12. **Koza rohata** – súčasne vztýčiť ukazovák a malíček pravej a ľavej ruky
13. **Okuliare** – utvoriť krúžky z palca a ukazováka obidvoch rúk a spojiť ich
14. **Zajkove uši** – vztýčiť ukazovák a prostredník pravej ruky a končky ďalších dvoch prstov spojiť s končekom palca, to isté ľavou
15. **Mlynček** – krúženie ruky v zápästí
16. **Striedavo sa dotýkame stola dlaňou a pästou**
17. **Striedavo sa dotýkame stola chrbtom ruky a päste**
18. **Hniezdo** – dlane obidvoch rúk k sebe
19. **Strieška** – dotyky dlaní nad hlavou
20. **Komín** - postupné stavenie komína z pästí
21. **Špička lode**- dotyky prstov smerom od tela