

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΛΕΠΤΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

1. Περνάω τα καλαμάκια στο σφουγγάρι

Με ένα σφουγγάρι και λίγα ξύλα από σουβλάκια μπορείτε να κάνετε ασκήσεις λεπτής κινητικότητας εύκολα και οικονομικά. Σιγουρευτείτε να κόψετε τα αιχμηρά μέρη. Μπορείτε να κάνετε το ίδιο με οδοντογλυφίδες!



2. Φτιάχνω μια χελωνίτσα με κουμπιά

Είναι υπέροχο το πως με τόσο απλά υλικά μπορούμε να φτιάξουμε πράγματα μαγικά! Δοκιμάστε με το παιδί σας να ταιριάζετε όσα περισσότερα κουμπιά μπορείτε και να φτιάξετε ένα καβούκι για την χελώνα σας!



3. Μαθαίνω τα χρώματα με τρόπο διαφορετικό

Μπορείτε να βάλετε σε κάδους, καλάθια ρούχων ή κουβάδες, χρωματιστά χαρτιά και να ζητήσετε από τα παιδιά να πετάξουν τις μπάλες των χρωμάτων στα χρώματα που δείχνει το κάθε καλάθι. Αν δεν έχετε χρωματιστές μπάλες μπορείτε να φτιάξετε με χαρτοταινία και εφημερίδα και να τις χρωματίσετε εσείς. Αν και πάλι δεν θέλετε να

τις χρωματίσετε μπορείτε με μια μπάλα να ζητάτε από το παιδί να πετάξει την μπάλα σε ένα συγκεκριμένο χαρτί!



4. Παιχνίδι με χρώματα

Η δραστηριότητα αυτή είναι πολύ απλή, χρειάζεστε μόνο 2-3 πλαστικά πιάτα και ένα ρολό κουζίνας! Βάψτε τα γύρω-γύρω των ρολών και ζητήστε από τα παιδιά να πετύχουν το στόχο, να περάσουν τα πιάτα μέσα από το ρολό. Ιδανικό για σχεδόν όλες τις ηλικίες!



5. Ταΐζω την χελώνα μου

Με αυτό τον εύκολο και οικονομικό τρόπο το παιδί θα μπορέσει να εξασκήσει τις κινήσεις του με ένα κουτάλι!



6. Τα καλαμάκια περνώ με προσοχή

Μια υπέροχη δραστηριότητα λεπτής κινητικότητας με λίγα υλικά! Άμεση και ενδιαφέρουσα για τα παιδιά μπορεί να τα κρατήσει απασχολημένα για ώρες!



7. Λεπτή κινητικότητα με ρολά χαρτιού υγείας

Φτιάξτε μια υπέροχη δραστηριότητα για μικρά ή μεγαλύτερα παιδιά και δώστε τους μια τανάλια που θα πιάνουν τα πον πον και θα τα βάζουν στο συγκεκριμένο χρώμα που πρέπει!

