**12 marca 2021r.**

**Rewalidacja- Usuwanie napięcia mięśniowego dłoni i rąk**

O tym, jak istotny jest rozwój motoryki małej przypominam Wam regularnie.

👉Każdy wie, że jej właściwe wykształcenie jest niezbędne, by cieszyć się zręcznością czy precyzją, by pisać czy rysować.

👉Warto wiedzieć, że ćwiczenia motoryki małej wpływają także na mowę i poprawną artykulację.

**Klaudia** chcę Ci pokazać zabawę, która rozwija motorykę małą bez większego przygotowania z Waszej strony. Po prostu rozejrzysz się po domu i znajdziesz przedmioty do wykonania tego ćwiczenia.

Rozwój motoryki małej: spinacze i makaron

[](https://2.bp.blogspot.com/-YY6TKN-cRoo/W4WoY4Wkc9I/AAAAAAAABGs/NbkE_O1GyYs0HyXzx5D3x0B2CKRyW99ZACEwYBhgL/s1600/makaron.jpg)

Wysypujemy do miseczki surowy makaron, a Ty spróbuj zebrać go łapiąc za pomocą spinacza.

Jako, że makaron może okazać się zbyt małym wyzwaniem możemy wymyślić kolejny poziom – ziele angielskie, a nawet ryż!

Kiedy okażę się że radzisz sobie także z najmniejszymi produktami, możesz trzymać spinacze w dwóch rękach jednocześnie – to już nie jest takie proste :)