

Úkony spojené se sebeobsluhou

- Zapínání knoflíků, zipů, zapnutí přezky, navlékání ponožek apod.
- Oblékání panenek, plyšových hraček.

Stavebnice, společenské hry

- Práce se stavebnicemi, různorodost stavebnic – vhodné je se vzrůstající koordinací pohybů postupné zmenšování jednotlivých dílů.
- Skládání kostek: vlaky, mosty, vyšší věže, hrady.
- Skládání mozaik, zasouvání kolíčků do otvorů – nejdříve používáme mozaiky s většími korálky, kolíčky, postupně volíme drobnější materiál. Při práci rozvíjíme uchopování špetkou prstů.
- Házení na cíl - míčky do krabice, knoflíky do misky, kroužky na tyč.
- Provlékání šňůrek otvory nejrůznějších tvarů – můžeme využít koupených dřevěných hraček nebo z kartonů vystříhnout různé tvary předloh, děrovačkou na papír udělat otvory a provlékat tkaničkami.

Pomoc při každodenních činnostech v domácnosti

- Hnětení tvarů z těsta, vykrajování, míchání, krájení zeleniny, přesypávání, používání kolíků na prádlo – věšení kapesníků, oblečků pro panenky.
- Zamykání, odemykání (dítě může mít v hračkách několik nepoužívaných visacích zámků), rozsvěcení světel, mletí koření, kávy mlýnkem.
- Listování v knize po jednotlivých listech.
- Motání klubíček vlny.
- Šroubování – uzávěry lahví, větší šroub a matka... Můžeme využít lahviček a krabiček od vitamínů, krémů. Montování, práce s nářadím – lze využít dětského nářadí ke šroubování, zatloukání kladívkem apod.

Činnosti rozvíjející jemnou motoriku:

Rukodělné činnosti

- Navlékání korálků, knoflíků, těstovin, matiček, rozstříhaných slámek.
- Přišívání velkých knoflíků, prošívání látky, papíru jehlou s tupým hrotem.
- Modelování – z plastelíny, hlíny, těsta a dalších materiálů – hmotu mačkat, uždibovat, slepovat, hloubit v ní různě hluboké otvory, válet váleček, vytvářet krouživý pohyb při modelování koule.
- Malování – nejdříve můžeme použít prstových barev, přecházet na vodové a temperové barvy, vytvářet barevné kompozice.
- Obtiskování – využití razítek s dětskými motivy, vlastní výroba tiskátek. Můžeme použít i běžné předměty, které natřeme barvou nebo křídou a obtiskujeme.
- Mačkání papíru – výroba větších i malých koulí.
- Stříhání – zpočátku pouze přestřížení proužku papíru, ustřížení rohu, postupně přecházíme na přestřížení delší plochy. Můžeme stříhat po čáře i bez naznačené linie, vystřihovat obrázky z časopisů, obrázky, které si dítě samostatně nakreslilo apod. U leváku vhodné zabezpečení nůžek pro leváky.
- Vytrhávání z papíru – vytrhávání malých částí – skládání mozaik, vytržení proužku, vytržení určitého tvaru – kruhu, hrušky atd.
- Lepení – slepit z krátkých proužků dlouhý pruh (např. výroba silnice pro malá autíčka), lepení řetězu, lepení vystříhaných obrázků, koláží.
- Skládání z papíru – nejdříve přeložení papíru (výroba vlastního sešitku, bločku), skládání jednoduchých tvarů – harmoniky, skládačky, červíka, čepice apod.
- Skládání tvarů a figur z tyčinek, párátek, krátkých špejlí, slámek – buď podle předlohy, nebo samostatné vymýšlení tvarů. Dítě může pro obměnu vymyslet tvar jako vzor pro skládání dospělého, zapojíme střídání rolí. Figury můžeme zkoušet skládat z geometrických tvarů, které jsme si předtím s dítětem vystříhali.
- Spolupodílení na výrobě svých hraček.
- Uzlování na šňůrkách – nejprve udělat jeden uzel, posléze určitý počet uzlů vedle sebe, postupně se naučit odhadovat a držet vzdálenost mezi jednotlivými uzly, spojit uzlem tkaničku do kruhu, spojit dva provázky, udělat řetěz z krátkých provázků.