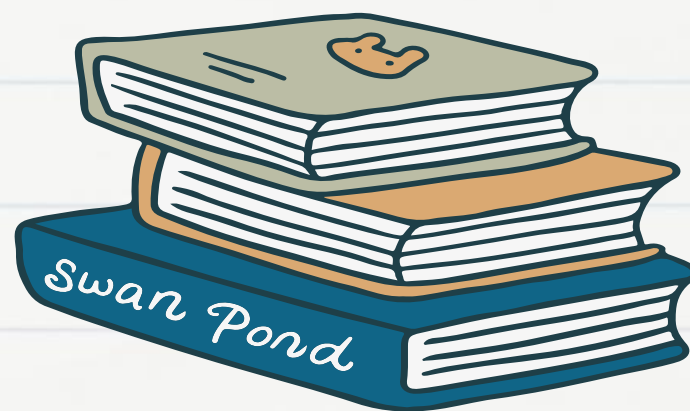


تقویت عضلات دست

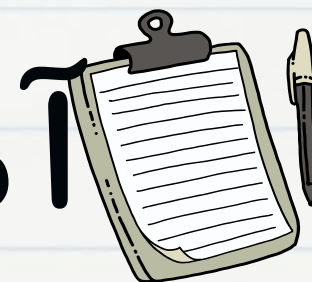
نحوه صحیح دست گرفتن مداد

هفته دوم





آموزش نحوه صحیح گرفتن مداد



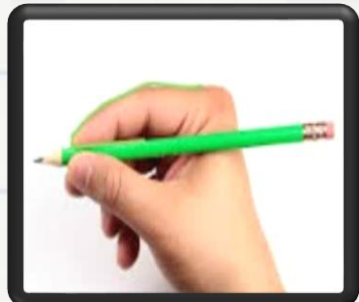
1 استفاده از سه انگشت

مداد را با سه انگشت شصت ، اشاره و میانی نگه می دارید.



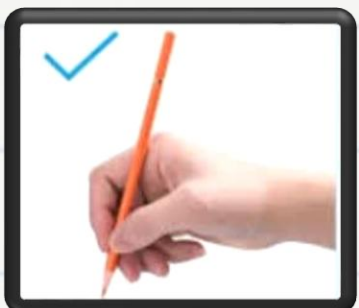
2 قرار گیری مداد

مداد باید روی بند اول انگشت میانی قرار گیرد و با نوک انگشت شصت و اشاره نگه داشته شود .



3 زاویه مناسب

مداد باید با زاویه حدود ۴۵ درجه نسبت به کاغذ قرار گیرد تا نوشتن راحت تر شود .

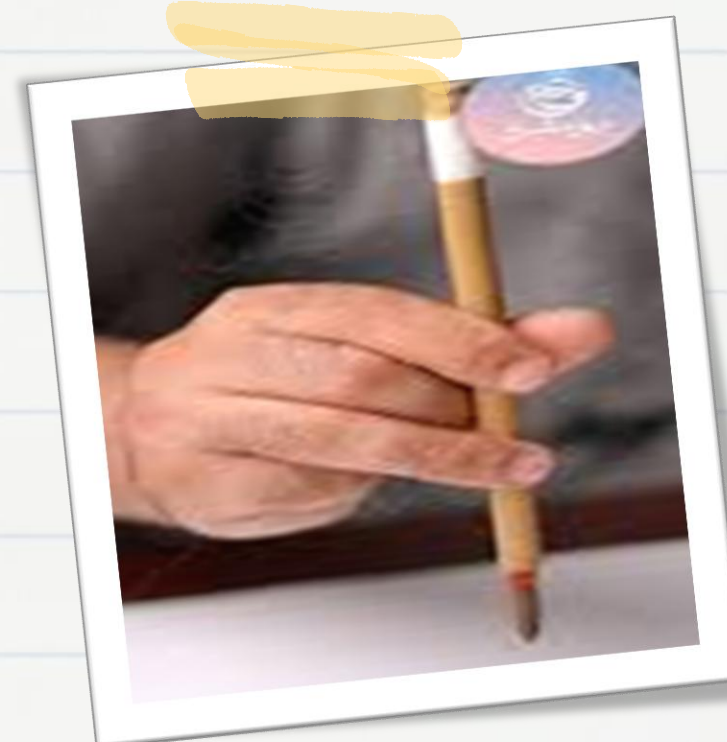
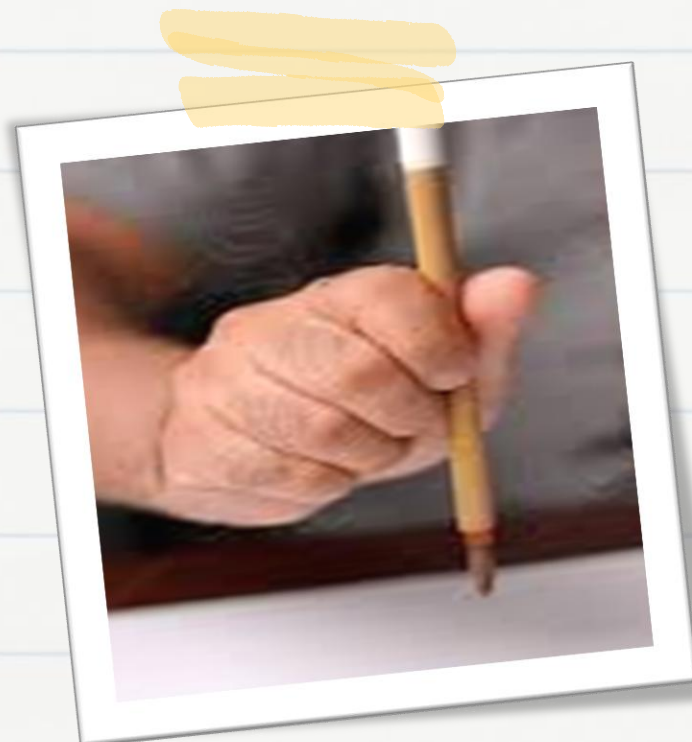
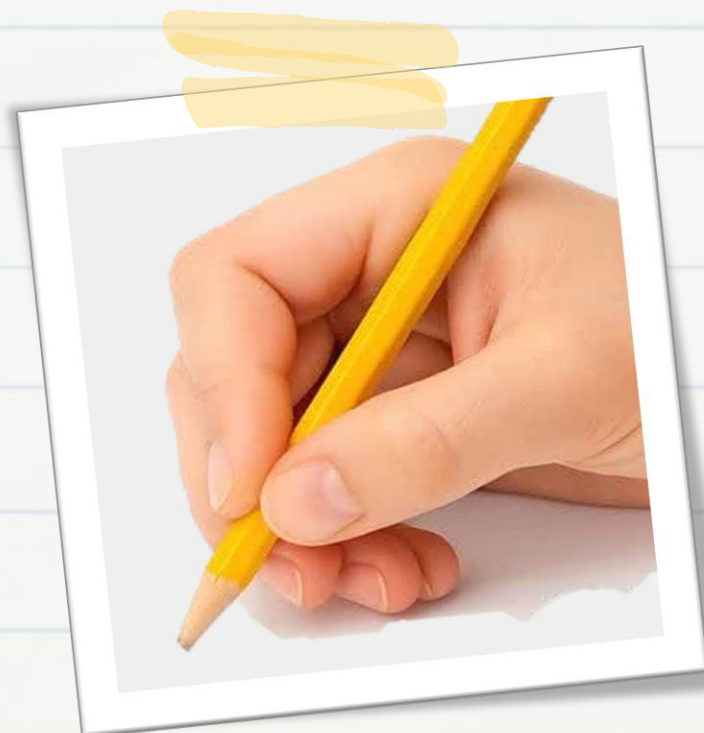


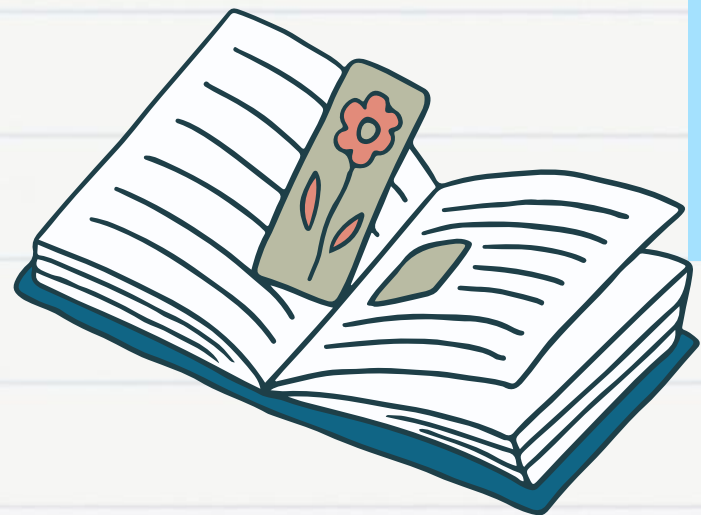
4 فشار مناسب

از فشار زیاد بر مداد خودداری کنید تا دست خسته نشود و کنترل بهتری داشته باشد .



به روشهای زیر دقت کن و بگو کدام نوع مداد دست گرفتن درست است





بازی بازی

طریقه بازی :

به دانش آموز بگویید که مداد مثل یک زنبور کوچک است .
 دو انگشت شصت و اشاره خود را نیش زنبور بنامند .
 از او بخواهید زنبور را فقط با دو انگشتش نیش بزند {یعنی با شصت و
 اشاره مداد را بگیرد }
 سپس انگشت میانی را زیر مداد قرار دهد تا لانه زنبور شود که از زنبور
 نگهداری می کند .
 اگر دانش آموز مداد را اشتباه گرفت بگویید : اوه زنبور فرار کرد
 بازی را با رنگ آمیزی یا کشیدن خط های ساده ادامه دهید .
 نکته : میتوانید برای جذاب تر شدن بازی از استیکر زنبور یا مدادهای رنگی
 استفاده کنید .

نیش زنبور

وسایل مورد نیاز:



بازی برای تقویت انگشتان و مچ دست

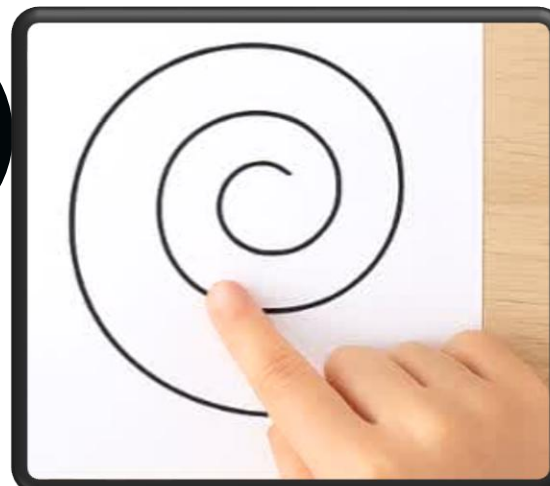


01



نخ کردن مهره

02



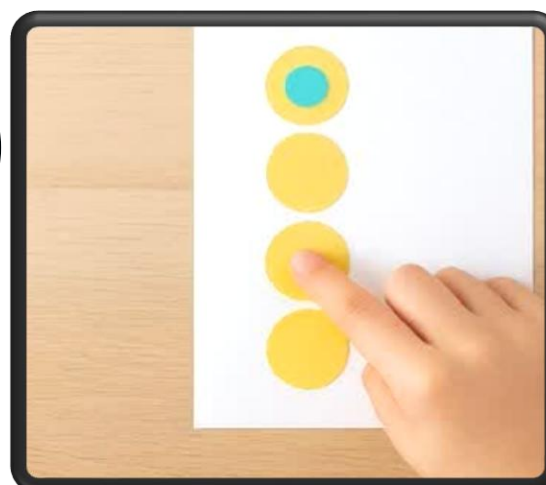
ردیابی با انگشت

03



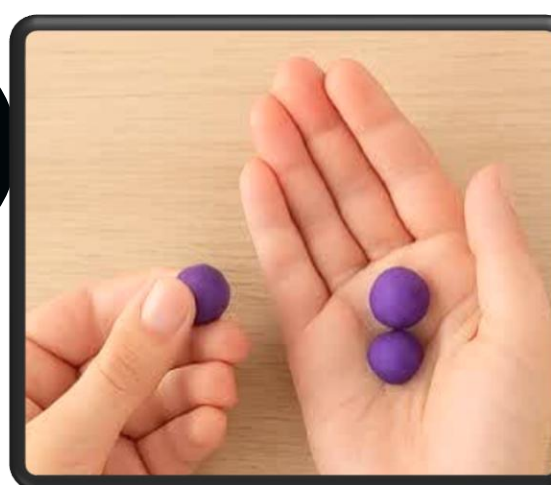
کار با گل سفال

04



بچسبون و بکن

05



درست کردن توپک



شاد باشید

