

GRAFISMO



STAMPATO
MAIUSCOLO

MIGLIORARE LA SCRITTURA

esercizi di rinforzo 1

REGOLE PER FACILITARE E MIGLIORARE LA PROPRIA SCRITTURA

1) USARE LA MATITA/PENNA GIUSTA CON INCAVI CHE FACILITINO LA GIUSTA PRENSIONE CHE TI PERMETTE DI SCRIVERE SENZA SFORZO .



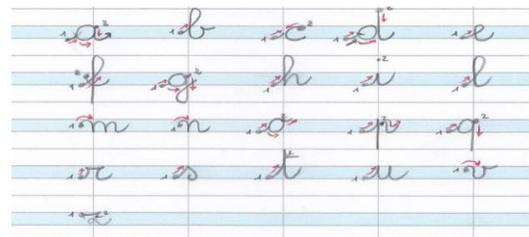
2) IMPUGNARE NEL MODO GIUSTO LA MATITA, LA PENNA



4) SCRIVERE TUTTI I GIORNI:

- Esercitati per circa 20 minuti a fare dettati;
- Scrivi almeno mezza pagina al giorno di tuoi pensieri.
- Scrivere per circa, ad intervalli di 1 minuto, a **occhi chiusi**

5) QUANDO NECESSARIO FARE APPOSITI ESERCIZI DI RINFORZO E SCIOLTEZZA PER LE DITA E LA MANO, ALMENO 10 MINUTI AL GIORNI.



6) SCRIVI LE LETTERE SECONDO IL GIUSTO ORIENTAMENTO.

POSIZIONE GIUSTA DEL CORPO.



MANO CHE NON SCRIVE

INCLINAZIONE QUADERNO

3) STARE SEDUTI NEL MODO GIUSTO.

USARE LA MANO CHE NON SCRIVE PER TENERE IL FOGLIO (si scrive con 2 mani).

IL QUADERNO DEVE ESSERE INCLINATO DI CIRCA 45° PER VEDERE BENE QUELLO CHE SI SCRIVE.

7) USA PER SCRIVERE SEMPRE IL CORSIVO, IN CASI ECCEZIONALI E PER GIUSTICATI MOTIVI PUOI USARE LO STAMPATO MAIUSCOLO. NON USARE MAI STILI MISTI.

NON USARE MAI LO STAMPATO MINUSCOLO.

ECCEZIONE. Se hai delle difficoltà a scrivere le lettere maiuscole del corsivo puoi usare SOLO PER LE MAIUSCOLE lo stampato maiuscolo

L'ALFABETO

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | a | A | a | N | n | N | n |
| B | b | B | b | O | o | O | o |
| C | c | C | c | P | p | P | p |
| D | d | D | d | Q | q | Q | q |
| E | e | E | e | R | r | R | r |
| F | f | F | f | S | s | S | s |
| G | g | G | g | T | t | T | t |
| H | h | H | h | U | u | U | u |
| I | i | I | i | V | v | V | v |
| J | j | J | j | W | w | W | w |
| K | k | K | k | X | x | X | x |
| L | l | L | l | Y | y | Y | y |
| M | m | M | m | Z | z | Z | z |

•Raddrizza la schiena, tenere i piedi piatti a terra. La poltrona su cui sei seduto dovrebbe ergonomica e regolabile in altera e inclinazione schienale. Dovresti tenere entrambe le ginocchia piegate e sentirti comodo da seduto. Mantieni questa postura per ridurre l'affaticamento e avere più resistenza quando scrivi. [B1](#) Quando ti accorgi di inarcarti in avanti, cambia postura e torna a sederti in modo corretto.

•Se la tua sedia è troppo bassa o la scrivania troppo alta, considera di acquistare nuovi mobili.

7) Se sei lento e riesci a scrivere i compiti puoi usare 2 metodo:

- Usare un diario facilitato (vedi esempio pag. successiva)
- Usare abbreviazioni (vedi elenco abbreviazioni consigliate)



7) UTILIZZA UN CRONOMETRO, OROLOGIO PER CONTRALLARE LA TUA VELOCITÀ E I MIGLIORAMENTI CHE FAI, MIGLIORARE ANCHE DI 1-2 SECONDI È UN SUCCESSO.

REGOLE PER MIGLIORARE E RINFORZARE LA SCOLTEZZA, LA FORZA, LA COORDINAZIONE LA PRECISIONE NELL'USO DELLA MANO E DELLE DITA CHE SONO CORRELATI CON LA SCRITTURA.

COLORARE



RITAGLIARE E INCOLLARE



GIOCARE CON LE CARTE
DISTRIBUIRLE
VELOCEMENTE



MANIPOLARE
(pongo, plastilina, etc.)



AVVITARE SVITARE



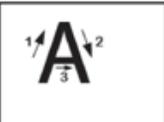
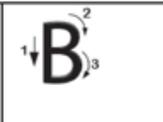
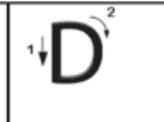
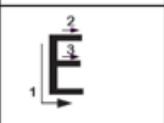
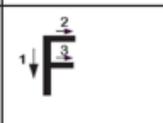
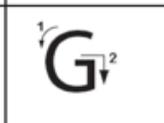
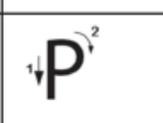
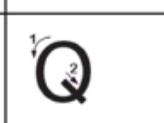
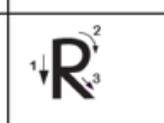
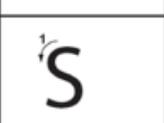
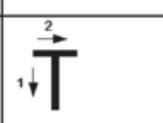
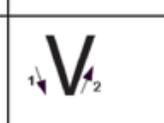
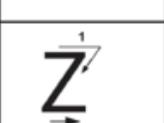
BALLARE SU BASI
MUSICALI RITMATE
USANDO MOVIMENTI
RITIMATI DI BRACCIA,
MANI E DITA E DI
TUTTO IL CORPO.

GIUSEPPE USA SOLO LO STAMPATO MAIUSCOLO

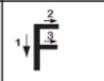
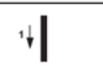
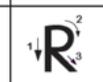
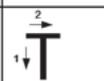
CARO GIUSEPPE SCRIVI NELLA PARTE COLORATA DEL QUADERNO

SCRIVI IN MODO CHIARO ANCHE LENTAMENTE SE NECESSARIO

CERCA DI FARE LE LETTERE NEL MODO GIUSTO.

| | | | |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

AOAOAO

AOIAOIAOI

AOIEAOIEAOIE

AOIEUAOIEUAOIEU

CACOCU

CHICHE

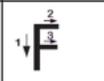
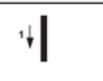
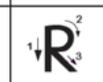
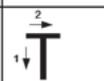
COCHICHE

CACOCHI

CHICOCHE

GAGHEGO

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

GAGOGU

GHIGHE

GOGHEGU

LALOLI

LOLALULE

LOCALUCALOCALUCA

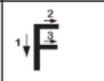
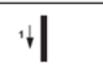
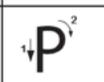
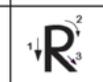
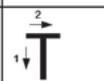
ILAILOILAILO

TOTITU

TETATI

VAVEVO

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

VALE

LEVA

CALEVA

LECAVE

TACALE

CATILO

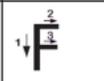
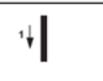
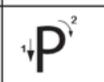
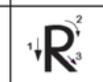
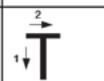
UVA

AVU

VIVO

VATE

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

ZAZEZO

ZIZUTE

TEZEVA

VACAZE

SASESO

SUSESI

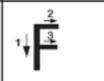
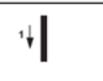
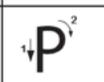
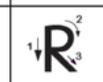
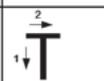
OCO

PAPA

PUPA

PEPE

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

NAVE

VENA

NASO

SONU

RORARE

RIRORU

QUAQUE

QUIQUO

QUINTO

QUALE

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

DADO

DIDO

DUDA

DITA

RATA

TARA

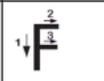
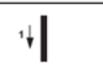
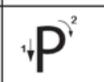
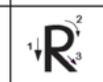
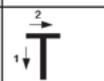
TERI

CHAGHE

ROTOSA

SATOZA

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

UVATE

QUASO

POLIME

NASECA

CODAVE

SONAME

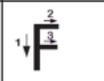
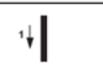
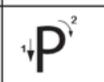
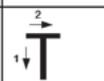
BAGARE

ZAVETA

LUMEQUA

LINACHA

Esercizi da fare sul tuo quaderno: RIPETI LA STESSA SEQUENZA

| | | | |
|--|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  | | | |



FAI LO STESSO
ESERCIZIO PIÙ VOLTE
CERCANDO DI
ESSERE PIÙ VELOCE
ANCHE DI 2 SECONDI
OGNI VOLTA.

CUTIME

GHEZAVE

RUTEMO

NAFAGHE

DOCHIPA

NAMESA

SITOA

FADIGA

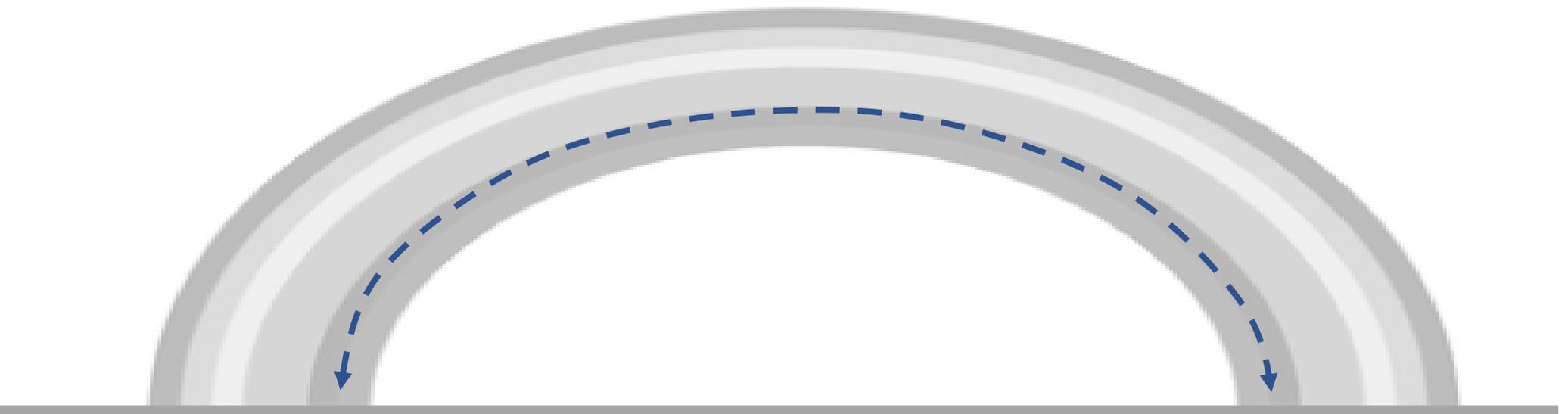
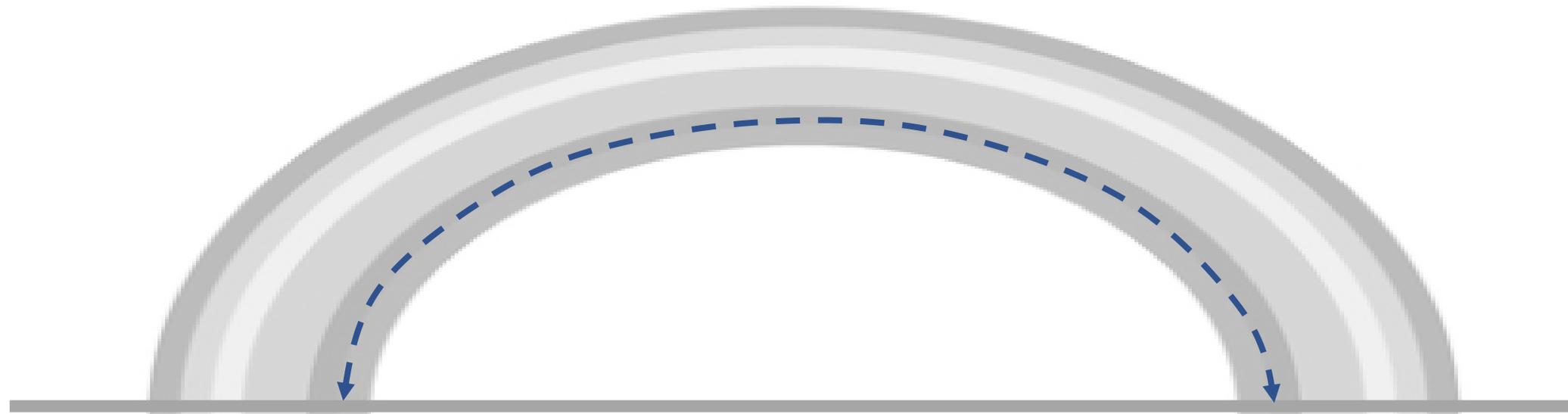
CORIVE

ZAZZENO

Cosa devi fare.

Fari esercizi per rinforzare la mano
Che trovi sulle schede stampate
Da 1 a 20.

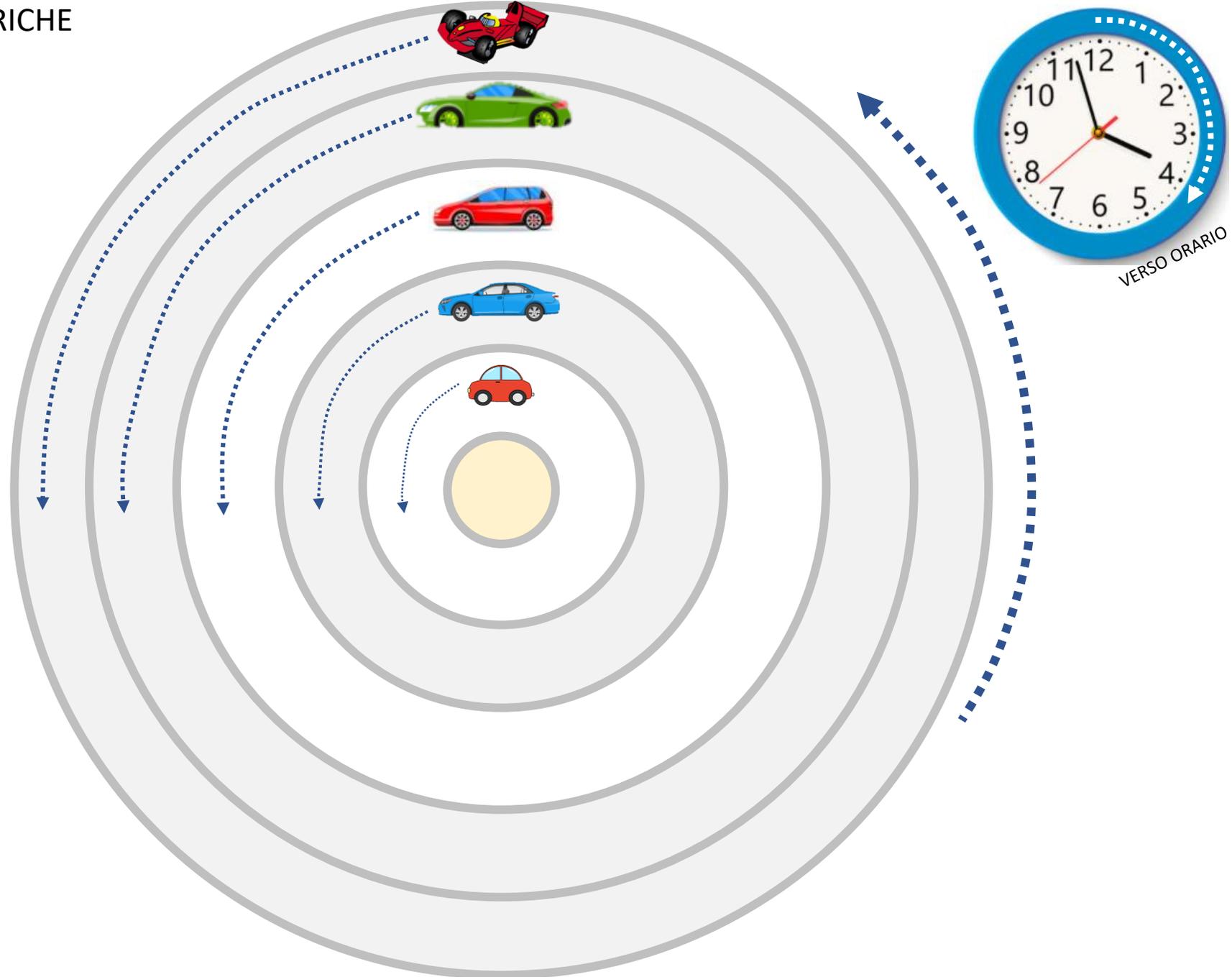
Dedica a questi esercizi 10 minuti al
giorno poi fai gli esercizi sul tuo
quaderno, dedica agli esercizi sul tuo
quaderno altri 10/15 minuti al giorno



ARCOBALENO

COLORA L'ARCOBALENO USANDO COLORI DIVERSO PER OGNI FASCIA COLORANDO AVANTI INDIETRO.
CERCA DI USARE IL POLSO E LE DITA

PISTE CONCENTRICHE



FAI SFRECCIARE I DIVERSI VEICOLI NELLE PISTE ROTONDE TANTE VOLTE E A VELOCITÀ DIVERSE: LENTO-VELOCE-VELOCISSIMO POI DI NUOVO LENTO-VELOCE-VELOCCISSIMO. ALMENO 10 GIRI PER PISTA

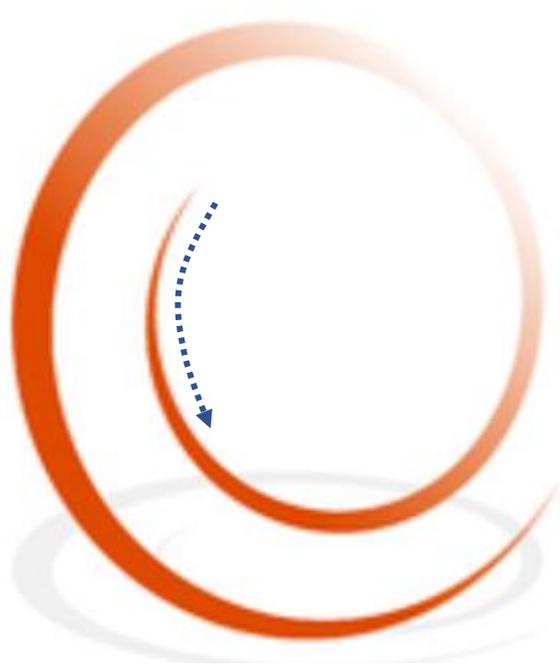


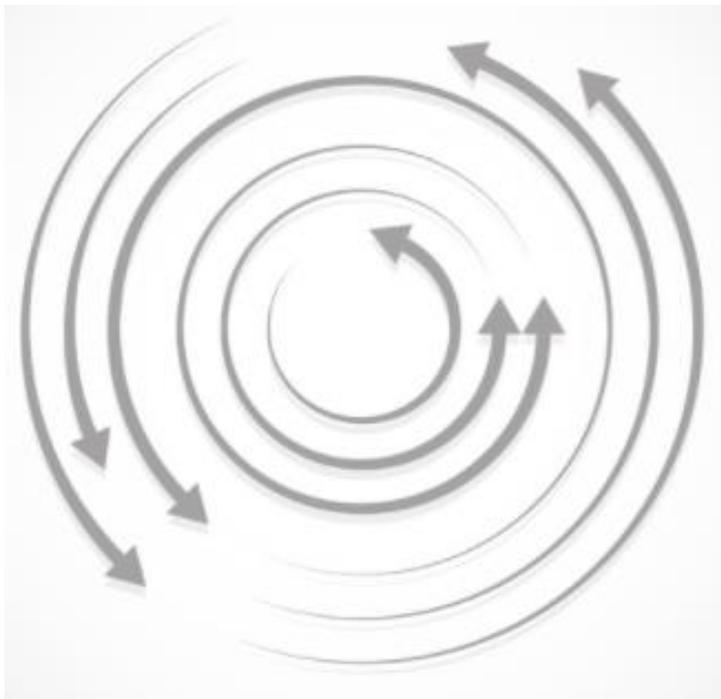
SPIRALI: segue la spirale partendo dal centro. Fai lo stesso esercizio più volte con colori diverse e con velocità diverse. Attenzione non devo uscire dal tracciato.



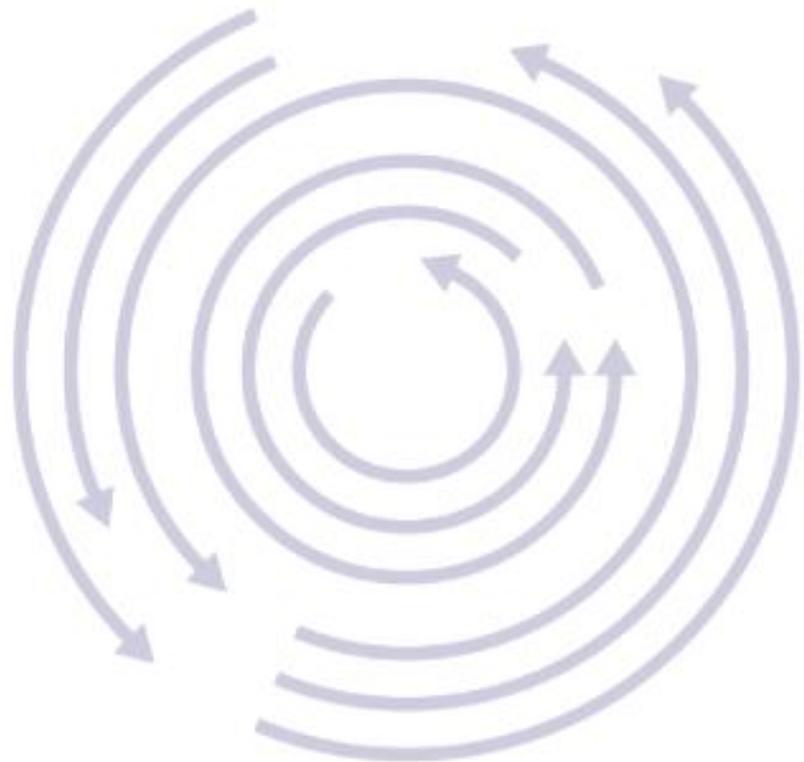
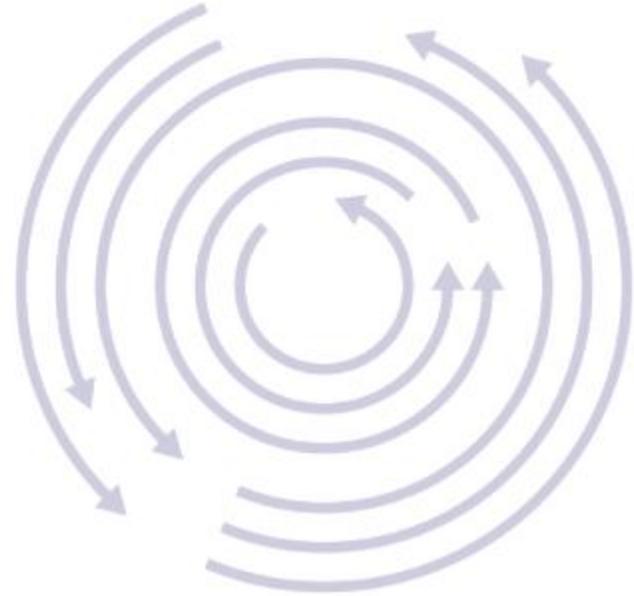
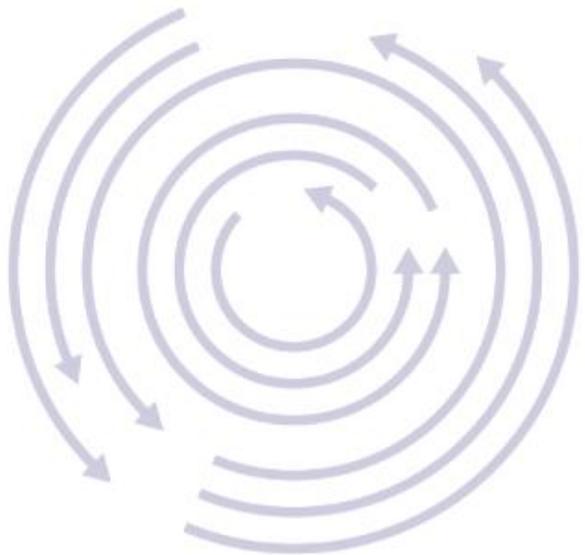


SPIRALI: segue la spirale partendo dal centro. Fai lo stesso esercizio più volte con colori diverse e con velocità diverse. Attenzione non devo uscire dal tracciato.

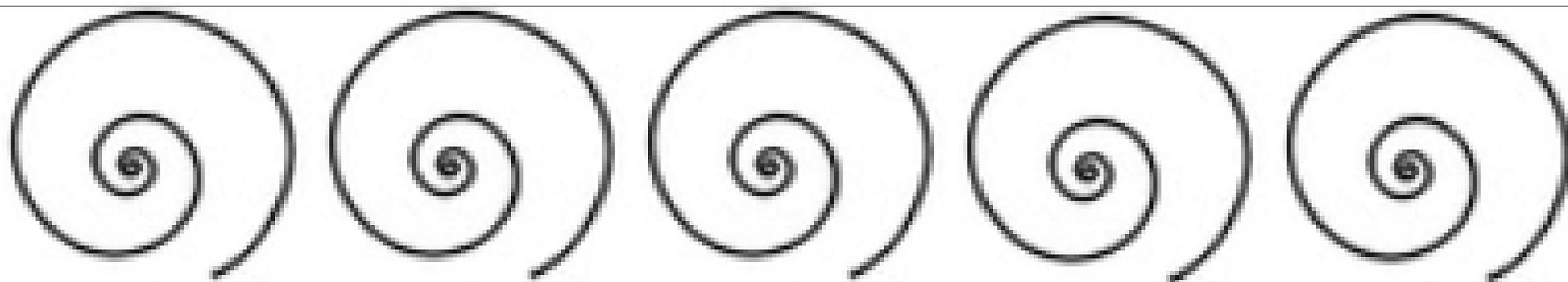
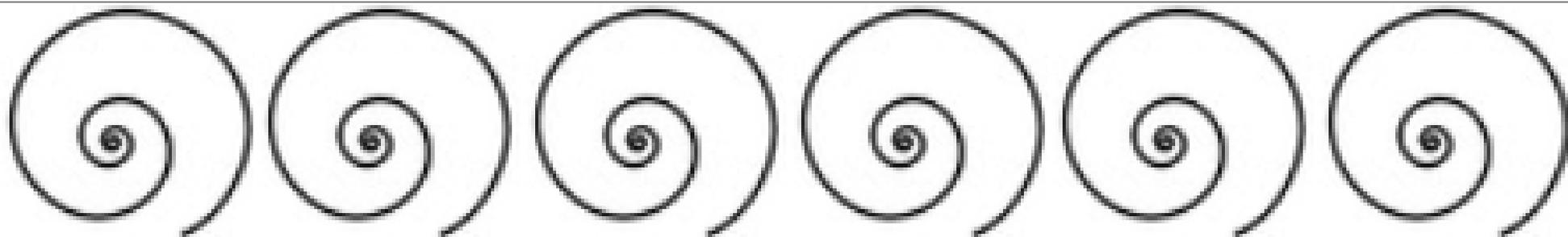
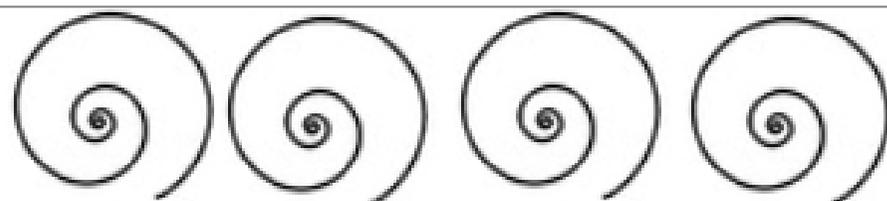
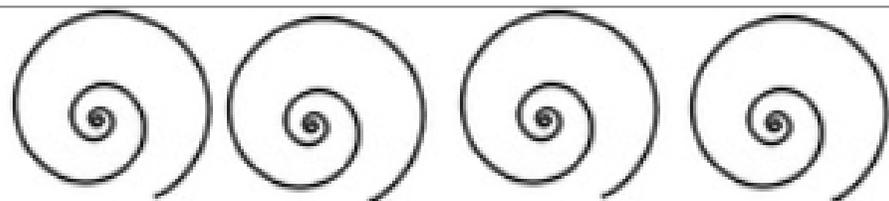
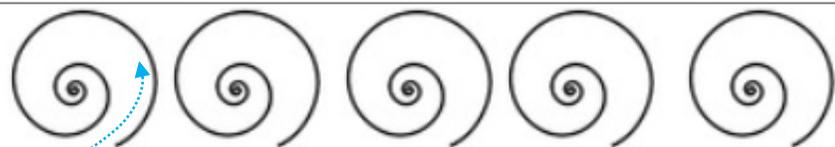




SPIRALI: ripassa le frecce seguendo il loro percorso, parti dell'inizio della freccia e fermati sulla punta.



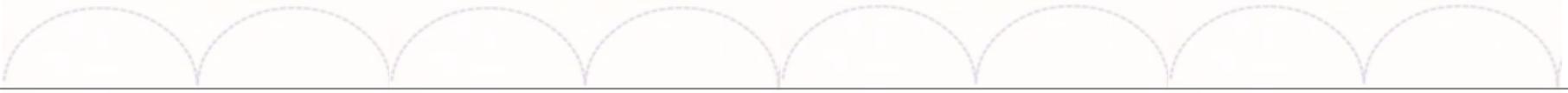
SPIRALI: ripassa le spirali partendo dall'esterno verso l'interno.

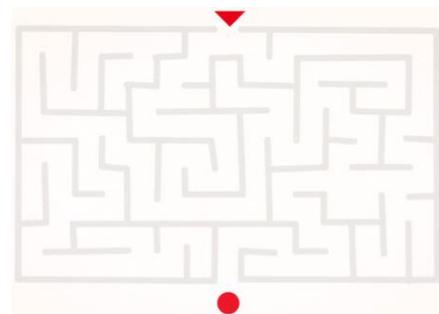
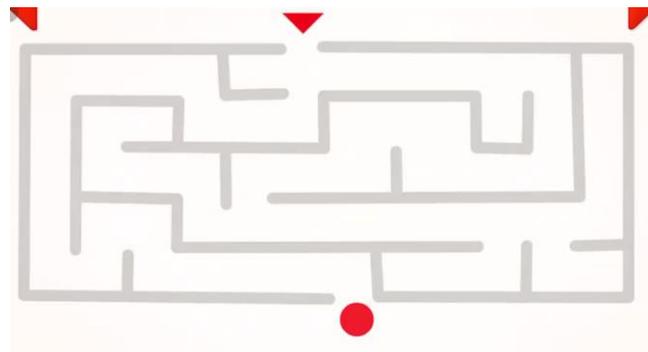
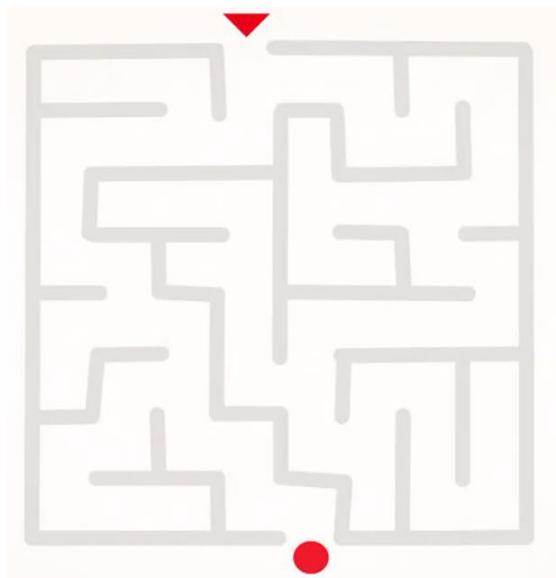
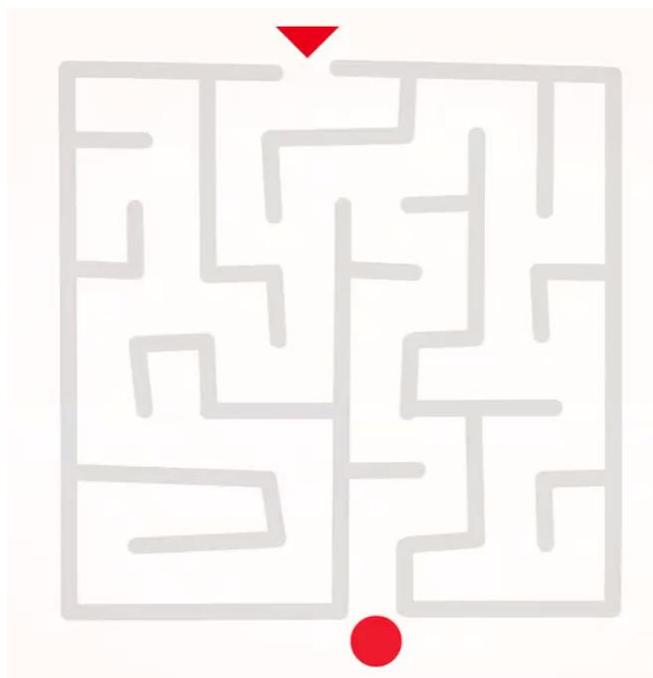
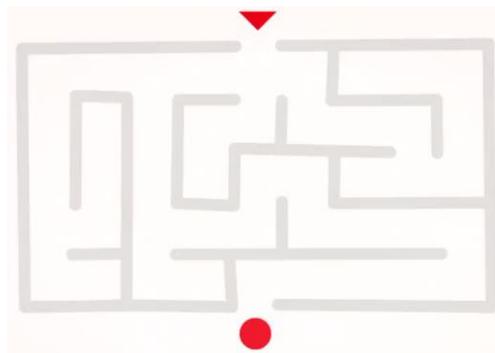


ONDE: porta ogni animale nella foresta. Ripassa più volte le onde con velocità diversa: lenta-veloce.

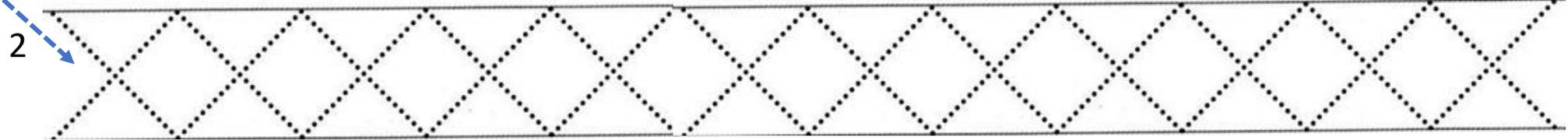
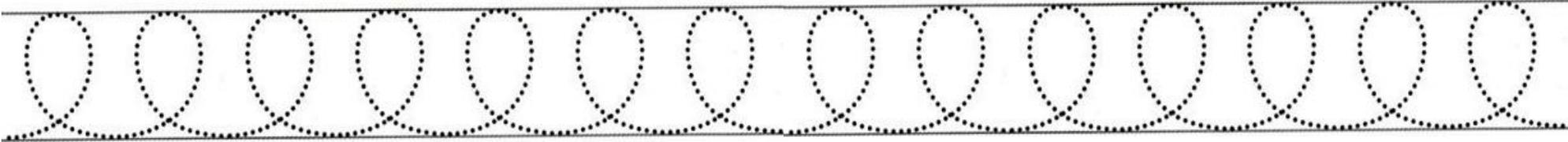
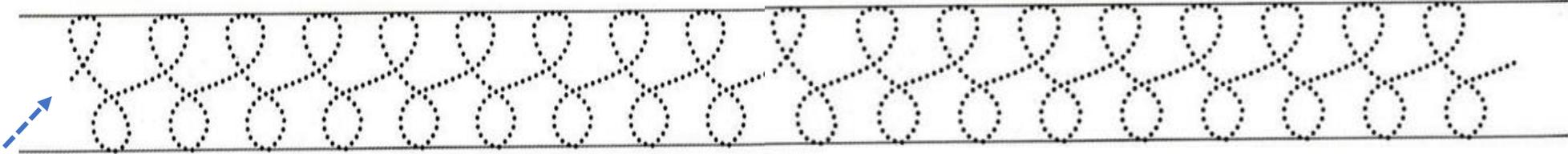


SALTI: porta ogni animale nella foresta. Ripassa più volte le onde con velocità diversa: lenta-veloce.

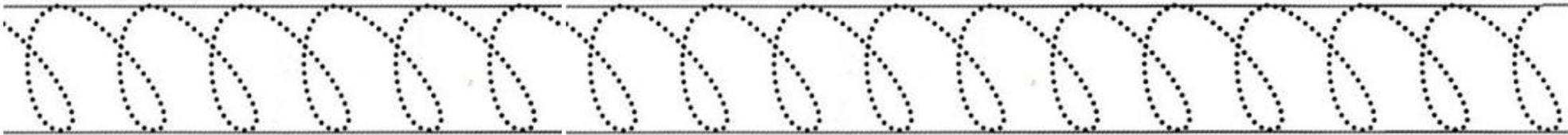
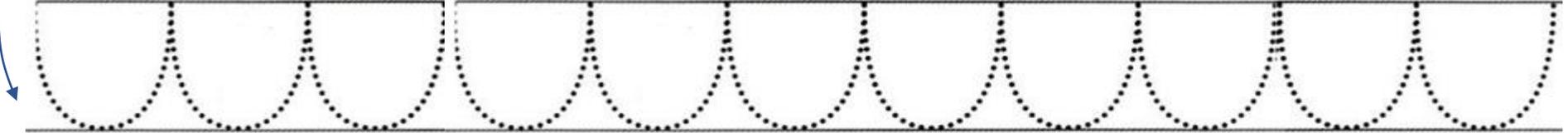




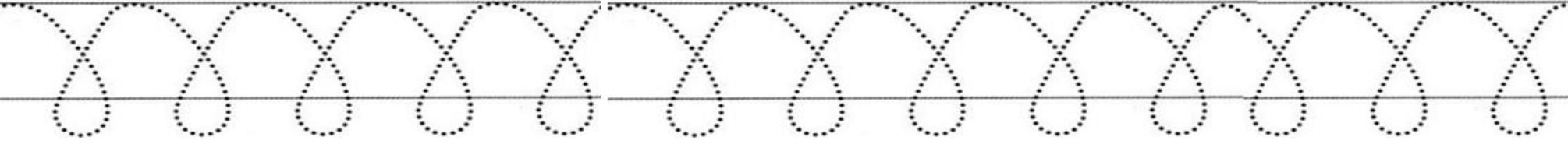
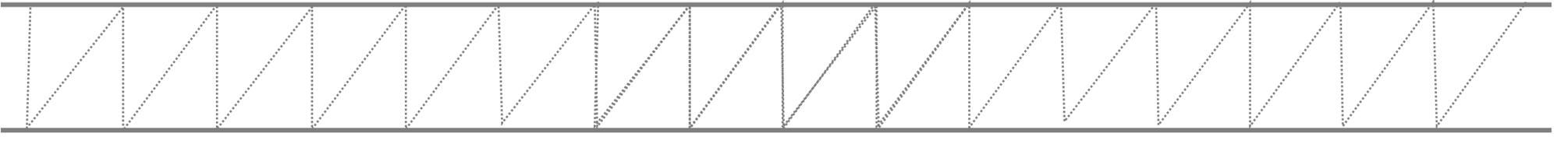
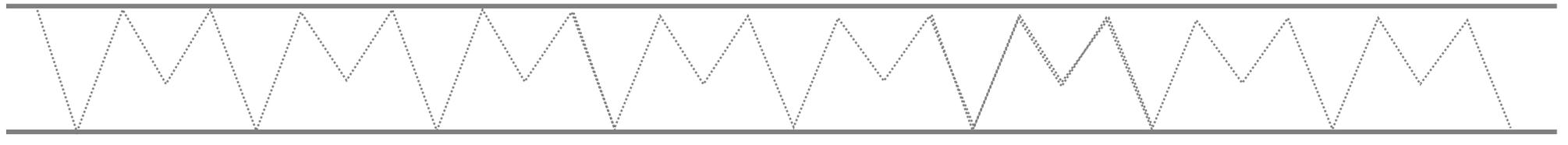
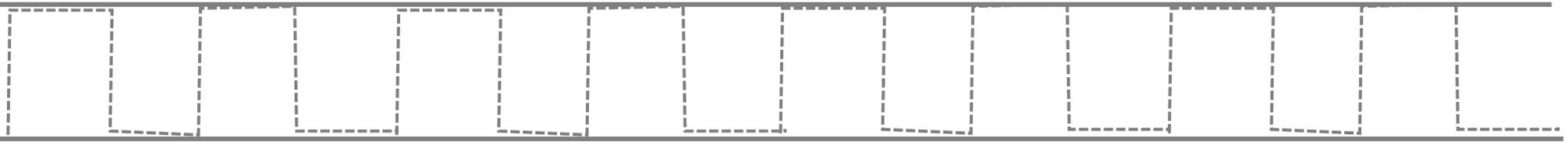
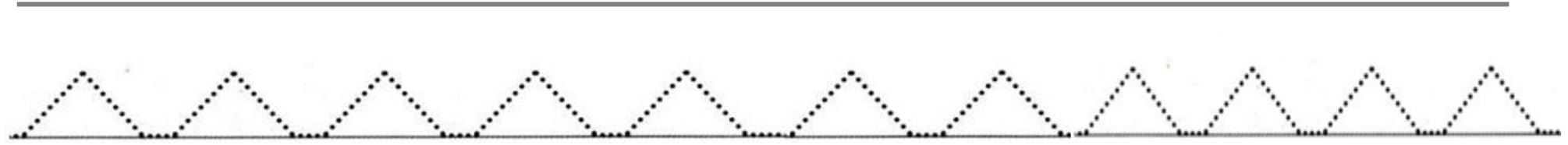
Provali qui e poi ripetili da solo sul tuo quaderno



1 PRIMA TUTTA LA LINEA 1 E POI TUTTA LA LINEA 2



Provali qui e poi ripetili da solo sul tuo quaderno



Provali qui e poi ripetili da solo sul tuo quaderno

