Ćwiczenia usprawniające staw nadgarstkowy i palce rąk:

- rysowanie na tablicy jedną ręką lub oburącz;

- zamalowywanie dużych płaszczyzn farbą lub oklejanie kartki plasteliną;

- lepienie w glinie, plastelinie lub masie solnej;

- bębnienie palcami, stukanie palcami po stole;

- marsz palców po stole w określonym kierunku,

- przewlekanie nitek przez dziurki w tekturze;

- nawlekanie korali lub makaronu na sznurek;

- ugniatanie jedną ręką kul z gazet, bibuły;

- naśladowanie ruchów gry na pianinie, flecie, skrzypcach;

- kalkowanie różnej wielkości wzorów o kształcie geometrycznym i literopodobnym;

- pisanie na klawiaturze komputera;

- wycinanie, wydzieranie z papieru;

- malowanie szlaczków grubym pędzlem na dużej powierzchni;

- stemplowanie pieczątkami gumowymi, drewnianymi lub wykonanymi z ziemniaka;

- malowanie palcami, pędzlem, watą, gąbką: linii pionowych, poziomych, falujących, łamanych, spiralnych, form kolistych, kwadratowych, trójkątnych;

- obrysowywanie kształtów i pisanie wyrazów bez odrywania ręki od papieru.

Ćwiczenia płynnych ruchów pisarskich:

- łączenie kropek na papierze gładkim oraz w liniach i kratkach;

- pogrubianie słabo zaznaczonego konturu;

- uzupełnianie elementów obrazka według wzoru;

- obrysowywanie szablonów; - obrysowywanie przez kalkę lub folię rysunków i liter;

- kreślenie szlaczków.