

Bokstäver eller siffror med händerna

Sitt stadigt på en stol med armarna sträckta rakt framåt. Rita bokstäver eller siffror i luften med händerna så att höger hand ritar bokstaven eller siffran du valt, medan vänster hand ritar den spegelvänt. Jobba med båda händerna samtidigt och i lugn takt. Om du formar siffror kan du börja från 1 och gå upp till 10, om du formar bokstäver kan du till exempel stava ditt namn.

Ökad utmaning: För fötterna turvis fram och tillbaka samtidigt som du formar bokstäverna eller siffrorna med händerna

