

6. lekcia

Dnes si urobte takúto rozcvičku: Píšte na celý riadok slová, ktoré píšete ľavou rukou:

teta taft taxa fax
text teda test sada

Píšte na celý riadok slová, ktoré píšete pravou rukou:

kolo loj okolo
oko joj pol

Píšte na celý riadok slová, pri ktorých pravidelne striedate prsty na ľavej a pravej ruke:

odoslal jej toto najal
doska flanel foto kajal

Malíček ľavej ruky vysuňte zo základnej polohy na písmeno -q- v hornom rade. Oporným bodom je ukazovák na písmene -f-.

aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa aqa

Malíček pravej ruky vysuňte do horného radu na písmeno -p-. Ihneď po napísaní vráťte prst do pôvodnej polohy. Oporným prstom je teraz pravý ukazovák na písmene -j-. Ak Vám písanie s malíčkom robí problémy, skúste si s ním občas pocvičiť. Napríklad stláčajte štipec medzi palcom a malíčkom pravej i ľavej ruky, alebo chvíľku na ňom neste zavesenú nákupnú tašku. Pravý malíček obsluhuje najviac kláves na klávesnici a preto jeho „posilňovanie“ je dôležité.

ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô ôpô

pod pod pod pod pod pod pod pod pod pod pod pod pod pod pod
podnik podnik podnik podnik podnik podnik podnik podnik podnik
podnikatelia, podnikatelia, podnikatelia, podnikatelia, podnik
politika, politike, plnenie, plnenia, platenia, poistenia
podklad, podiel, podelili, nepodelili, platenie, neplatenie

Malíček ľavej ruky vysuňte do dolného radu na písmeno -y-.
Ihneď po napísaní písmena prst vráťte do základnej polohy.
(Pri písaní na klávesnici počítača je dôležité si teda
nastaviť slovenské rozloženie, tzv. qwertz).

aya aya aya aya aya aya aya aya aya aya aya aya aya aya aya
kedy, dokedy, kedy, dokedy, kedy, dokedy, kedy, dokedy, kedy,
ty, typ, typy, ty, typ, typy, ty, typ, typy, ty, typ, typy, ty
platy, palety, podpisy, doklady, podklady, pokyny, sklady,
doplnili ste podpisy na tie spisy, pokyny dostanete, doplnili
od pondelka dodali tony ocele, poplatky splatili k spokojnosti
a neodoslali ani kolok, piaty typ ste doplatili, vyplatili
pokladnica dostala poplatky i nedoplatky, text ste nedoplnili
piaty typ, dosky ste nedostali, dodali doplnok, poplatky

Ukazovák ľavej ruky vysuňte na horný rad na písmeno -r-.
Oporným prstom je tentokrát malíček ľavej ruky na písmene -a-.

frf frf frf frf frf frf frf frf frf frf frf frf frf frf frf
rad, rada, rado, radi, rasa, rast, rieka, raketa, redlo, rata
rota, radar, riasa, ryla, ryl, ristk, export, expert, kontrakt
krajina, projekt, projektant, protokol, predpis, poriadok, pre
skoro, napred, naproti, adresa, skoro, redaktor, lektor, leto
reaktor, traktor, transport, doprostred, staral, kredit, rata