

Как развивать мелкую моторику руки ребёнка.



- Нанизывание бусинок на нитку.
- Шнуровка.
- Рисование карандашами, красками.
- Нетрадиционные способы рисования (мелкой петелькой, штрихом).
- Упражнения и игры для развития тонкой моторики пальцев рук.

Комплекс № 1 гимнастический.

- Выпрямить кисть, плотно сомкнуть пальцы и медленно сжимать их в кулак. Поочередно выполнять каждой рукой.
- Руку плотно положить на стол ладонью вниз и поочередно сгибать пальцы: средний, указательный, большой, мизинец, безымянный. Выполнять поочередно каждой рукой.
- Сжать пальцы в кулак и вращать кисть в разных направлениях. Сначала поочередно каждой рукой. Затем - двумя руками одновременно.
- Сгибание и разгибание пальцев. Пальцы разомкнуть как можно шире, затем сомкнуть и так продолжать дальше. Поочередно каждой рукой, затем обеими. Можно сопровождать движения известной присказкой: «Мы писали, мы писали, наши пальчики устали».
- Дайте ребёнку два небольших шарика или два грецких ореха. Попросите его покатавать их между ладонями (пальцы прямые) в одну и другую стороны. А теперь пусть ребёнок попробует их перекачивать пальцами одной руки, вращая то в одну, то в другую сторону.
- Называйте любое число от 1 до 10, ребёнок в это время должен быстро выбрасывать соответствующее количество пальцев.
- Свободное похлопывание кистями по столу поочередно и одновременно.
- Свободное постукивание по столу пальцами обеих рук, правой и левой поочередно.

Комплекс № 2
Игры для развития тонкой моторики
пальцев рук.
Пальчиковые упражнения.

«Колечки»

Поочерёдно и как можно быстрее ребёнок перебирает пальцы рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем последовательно: указательный, средний и т.д.

Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке: вначале — каждой рукой отдельно; затем - вместе.

«Змейки»

Представь, что пальцы рук - это маленькие змейки. Они могут двигаться: извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз.

Необходимо проделывать упражнение для каждого пальчика отдельно.

«Поклон пальчиками»

Зажать карандаш средним и указательным пальцами. Сгибать и разгибать эти пальцы так, чтобы карандаш не опускался ниже большого пальца.

Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем - другой.

«Карандаши»

Положить на стол 10-15 карандашей, затем собрать одной рукой в кулак все карандаши, беря их по одному. Так же, по одному, выложить карандаши на стол. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем — другой.

«Пальчики здороваются» (соприкосновение подушечек пальцев)

- пальцы правой руки с большим пальцем правой руки,
- пальцы левой руки с большим пальцем левой руки,
- то же одновременно двумя руками.
- пальцы правой руки с соответствующими пальцами левой.

«Ножницы» (разведение пальцев в стороны)

- правой, затем левой руки,
- обеих рук одновременно,
- соединив ладони вместе.

«Гребешок»

Пальцы сцепить в замок. Концы пальцев правой руки нажимают на верхнюю часть тыльной стороны ладони левой руки, прогибая её так, что пальцы левой руки встают, как петушиный гребень.

Затем на тыльную сторону правой руки нажимают пальцы левой - и в петушиный гребешок превращаются пальцы правой руки.

«Кошка выпускает коготки»

Поджать подушечки пальцев к верхней части ладони. Затем быстро выпрямить и растопырить пальцы.

«Быстрое вращение»

Сцепить пальцы рук в замок (не сцеплены только большие пальцы). Большими пальцами делать вращательные движения друг вокруг друга, всё

быстрее и быстрее.

«Лесенка»

Ноготь большого пальца левой руки ложится на подушечку большого пальца правой руки - готовы первые две ступеньки. На большой палец левой руки - ложится кончик указательного правого пальца, на него - указательный левый - ещё две ступеньки готовы.

Кончики всех пальцев поочередно ложатся друг на друга, мизинцы - последние. Вот и построена лесенка.

«Замок»

На двери висит замок (пальцы рук переплетаются, сцепляясь в замок). Кто открыть его бы смог?

Потянули, (локти расходятся в стороны, пальцы остаются переплетёнными).

Покружили, (кисти рук крутятся в разные стороны, не расплекая пальцев). Постучали (постукивают друг о друга основания ладоней).

И открыли! (пальцы распрямляются, руки расходятся в разные стороны).

