

Развитие мелкой моторики рук. Игры и упражнения.

Подготовила
учительница
начальных классов
МБОУ СОшкола №7
Тихомирова Екатерина
Владимировна



Мелкая моторика — это способность человека выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий трех систем: нервной, мышечной и костной.



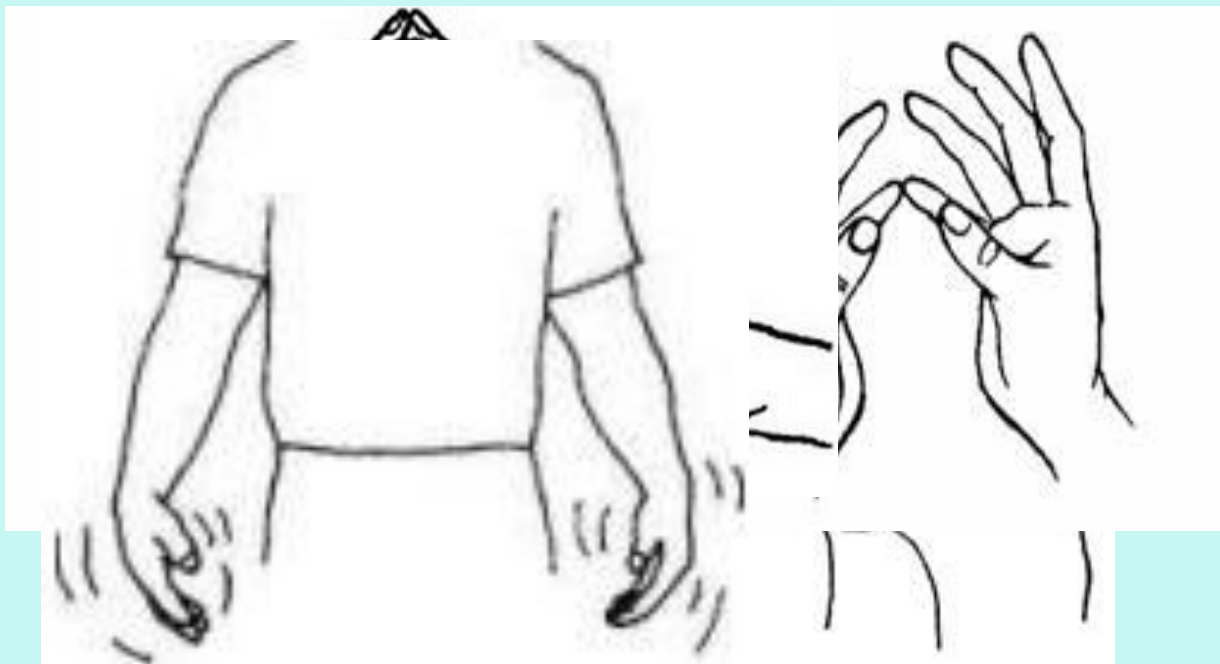
Пальчиковый тренинг



12. Встать на ладони и большими пальцами встать в круг. Делать движения кистью
сторону влево, затем вправо. 4 - 6 движений
сначала влево, затем вправо. 4 - 6 раз.



Комплексы упражнений (потешки)



"Дружба"

"Дружат в нашей группе девочки и мальчики".

Пальцы рук соединяются ритмично в замок.

"Мы с тобой подружим маленькие пальчики".

Ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук.

"Раз, два, три, четыре, пять".

Поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинцев.

"Начинай считать опять.

Раз, два, три, четыре, пять.

Мы закончили считать".



В гости"

В гости к пальчику большому
выставляются вверх большие пальцы обеих рук

Приходили прямо к дому:

Ладони вместе, одноименные пальцы
соприкасаются

Указательный и средний,
поочередно называемые пальцы соединяются с
большими на обеих руках одновременно.

Безымянный и последний

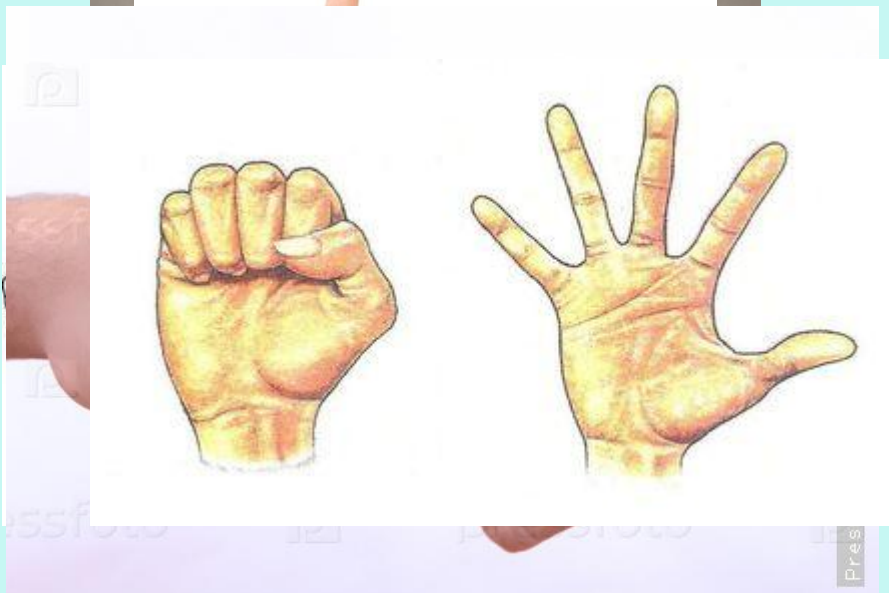
Сам мизинчик-малышок
пальцы сжаты в кулак, вверх выставляются
только мизинцы

Постучался на порог.

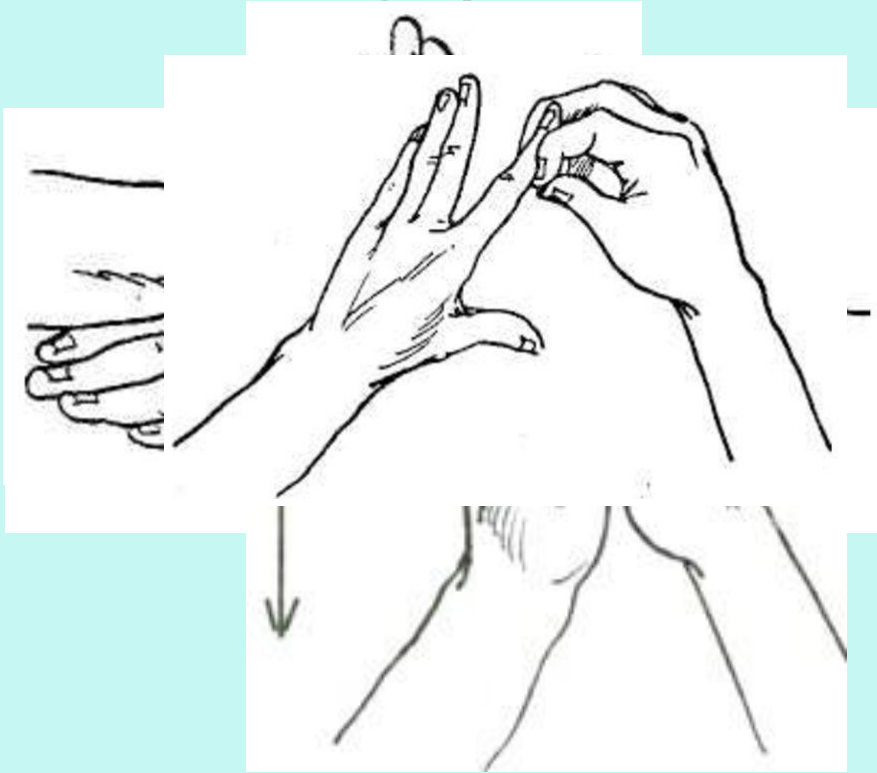
кулаки стучат друг о друга

Вместе пальчики - друзья,
ритмичное сжимание пальцев в кулаки

Друг без друга им нельзя.



Расслабляющие (самомассаж кистей и пальцев рук)



1. Надавливание сильно сжатыми четырьмя пальцами одной руки на основание большого пальца, середину ладони, основание пальцев другой руки. Затем положение рук меняется.
2. Растирание ладоней шестигранным карандашом с постепенным увеличением усилий.
3. Растирание ладоней движениями вверх-вниз.
4. Растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев.
5. Разминание, затем растирание каждого пальца вдоль, затем поперек.





- ❖ Крупы (запускать ручки в таз с фасолью так приятно! А если на дне малыша ожидает какая-то игрушка – так даже вдвойне! Дошкольникам можно поручить сортировку и перебирание различных круп)
- ❖ Природные материалы: желуди, каштаны, шишки, камушки, ракушки, палочки
- ❖ Кухонная утварь
- ❖ Различные емкости, пузырьки, коробочки
- ❖ Молнии, шнурки, завязки, нитки, веревочки, застежки, пуговицы, ткани различных размеров, форм, цветов и текстуры
- ❖ Бусины и кольца очень интересно нанизывать на тесьму

А какой ребенок не любит приклеивать-отклеивать магниты на холодильнике? Это занятие можно разнообразить по своему желанию и возможностям. Позволяйте также кушать руками «мелкую еду» (горошек, кукурузу, ягоды), чистить вареные яйца, картофель в мундире, мандарины. Очень занятным будет надевать скрепки на картон или прищепки на веревку.



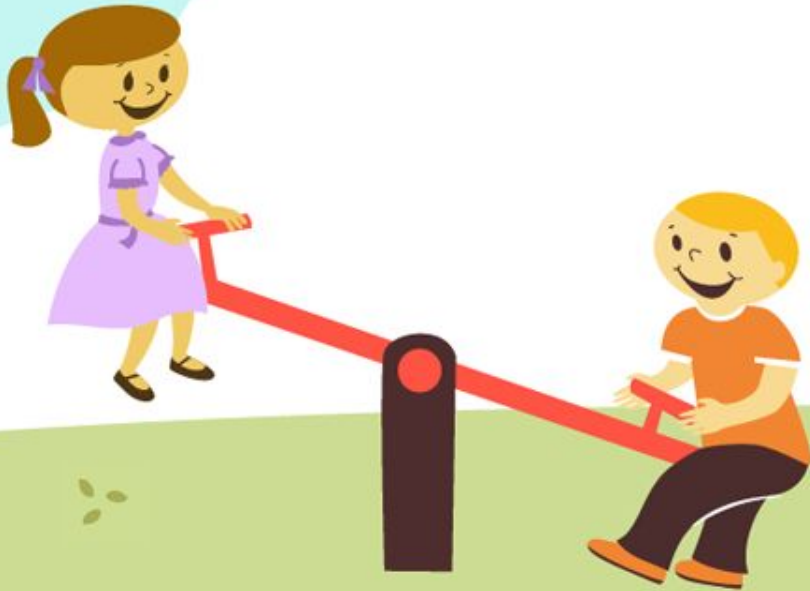


Вообще полезно приобщать детей к домашним обязанностям и учить помогать в уборке по дому:

Подметать и собирать мусор, а также мыть полы.

Собирать с пола соринки, помогать собирать рассыпавшиеся по полу предметы (пуговицы, гвоздики, фасоль, бусинки).

Разбирать расколотые грецкие орехи (ядра от скорлупок), очищать фисташки, отшелушивать пленку с жареных орехов.



Важные правила в процессе развития мелкой моторики у детей

- ❖ Занятия должны напоминать игру, а не уроки в школе. Можно придумать по ходу какую-то забавную историю или даже сказку.
- ❖ Игры и занятия должны быть систематическими. Даже во время прогулки можно помассировать малышу ручку или насобирать красивых камушков и листочков.
- ❖ В ходе игры побольше разговаривайте с малышом, ведите диалог, разыгрывайте сценки.
- ❖ Важно, чтобы ребенку нравились и игрушки, и сам процесс – позаботьтесь об этом. А также искренне покажите, что вам это тоже приносит невероятное удовольствие.
- ❖ Нельзя заставлять маленького ученика. Дайте ему право выбора. Возможно, он хочет рисовать, а не лепить – прислушайтесь к его пожеланиям.



Спасибо за
внимание!

