

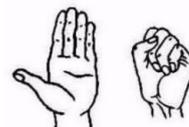
Консультация для родителей
«Игры и упражнения для
развития мелкой моторики
рук»

Составила:
учитель – логопед
Земцова О.А.

Краснодар

КОМПЛЕКС № 1 (гимнастический)

1. Выпрямить кисть, плотно сомкнуть пальцы и медленно сжимать их в кулак. Поочередно выполнять каждой рукой.



2. Руку плотно положить на стол ладонью вниз и поочередно сгибать пальцы: средний, указательный, большой, мизинец, безымянный. Выполнять поочередно каждой рукой.

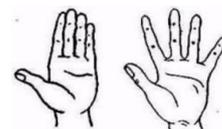


3. Выпрямить кисть и поочередно присоединять безымянный палец к мизинцу, средний — к указательному.



4. Сжать пальцы в кулак и вращать кисть в разных направлениях. Сначала поочередно каждой рукой. Затем — двумя руками одновременно.

5. Сгибание и разгибание пальцев. Пальцы разомкнуть как можно шире, затем сомкнуть и так продолжать дальше. Поочередно каждой рукой, затем сразу обеими.



6. Положить руки ладонями вверх. Ребенок поднимает пальцы по одному сначала на одной руке, потом на другой. Повторять это упражнение в обратном порядке.



7. Ладони лежат на столе. Ребенок поочередно поднимает пальцы сразу обеих рук, начиная с мизинца.

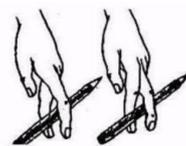
8. Ребенок зажимает карандаш средним и указательным пальцами. Сгибает и разгибает эти пальцы.



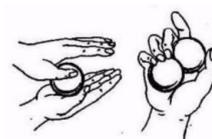
9. Положите на стол 10—15 карандашей или палочек. Ребенок одной рукой пытается собрать все карандаши (палочки). При этом нельзя помогать другой рукой и надо стараться брать карандаши по одному. Вместо карандашей предложите ребенку собрать пуговицы, горошинки и другие мелкие детали.



10. Ребенок зажимает карандаш между средним и указательным пальцами. Далее выполняет движения так, что сначала сверху оказывается средний палец, а потом указательный.



11. Дайте ребенку два небольших шарика или два грецких ореха и попросите его покатавать их между ладонями (пальцы прямые) в одну и другую стороны.



А теперь пусть ребенок попробует их перекачивать пальцами одной руки, вращая то в одну, то в другую сторону.

12. Покажите ребенку такое упражнение: быстро касаться кончиками пальцев большого пальца. В одну сторону, начиная с мизинца, и в другую сторону — с указательного пальца. На одной руке, на другой, на обеих сразу.



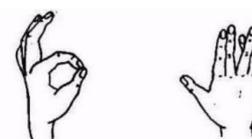
13. Ребенок повторяет за вами различные движения пальцев:

а) руки поднять вверх, пальцы выпрямить, перекрестить указательный и средний пальцы;



б) а теперь перекрещиваются безымянный палец и мизинец;

в) делаются колечки: из указательного и большого, из среднего и большого и т. д.;



г) называйте любое число от 1 до 10, ребенок в это время должен быстро «выбрасывать» соответствующее количество пальцев.

14. Большой и указательный пальцы левой руки в кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой — указательный, большой — средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положение пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.



КОМПЛЕКС № 2. Игры для развития тонкой моторики пальцев рук.

«Гребешок»

Пальцы сцепить в замок. Концы пальцев правой руки нажимают на верхнюю часть тыльной стороны ладони левой руки, прогибая ее 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.

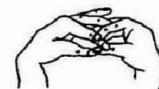
«Кошка выпускает коготки»

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



«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 — еще две ступеньки готовы.



Кончики всех пальцев поочередно ложатся друг на друга, мизинцы — последние. Вот и построена лестница.

«Бег»

Указательный и средний пальцы выпрямлены, остальные пальцы прижаты к ладони. Переставляя пальцами, ребенок изображает, как человечек «на ножках» бежит к противоположному краю стола.



То же упражнение выполняется указательным и безымянным пальцами.

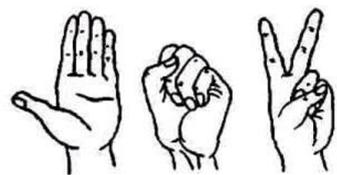
«Быстрое вращение»

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



«Бумага, ножницы, камень»

Играете вместе с ребенком. В такт словам «бумага, ножницы, камень» встряхиваете сжатыми в кулак руками.



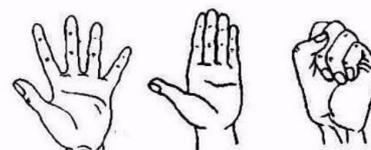
бумага камень ножницы

То же самое делает ребенок. Затем вы останавливаетесь на одном из трех слов: если это слово «бумага», то следует выпрямить пальцы (они плотно прижаты друг к другу), если это слово «камень», то рука сжимается в кулак, если слово «ножницы», то все пальцы прижаты к ладони, а указательный и средний выпрямлены и раздвинуты, как ножницы.

Когда ребенок освоит эту игру, поменяйтесь с ним ролями.

«Солнце, заборчик, камешки»

Руки поднять вверх, пальцы обеих рук выпрямлены и широко разведены — это «солнышко».



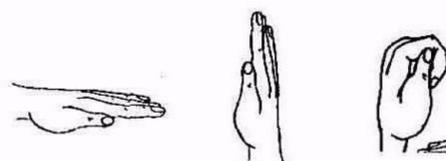
Затем плотно прижать пальцы друг к другу и выпрямить — это «заборчик». Обе руки сжать в кулаки — это «камешки».

По вашей команде: «Солнышко», «Заборчик», «Камешки» — ребенок (группа детей) показывает пальчиками: «солнышко» с растопыренными пальчиками, «заборчик» с прямыми пальчиками или «камешки» — кулачки. Сначала это упражнение выполняется в медленном темпе, затем все быстрее и быстрее. Чтобы выполнить это задание, ребенок должен быть чрезвычайно внимательным.

По мере освоения ребенком упражнения вносите более сложные элементы: изменяйте последовательность, скорость произнесения слов-команд.

«Ладонь - кулак»

Эта игра может использоваться как индивидуально, так и в группе. Она развивает не только тонкую моторику пальцев рук, но и внимание.



Выпрямить сомкнутые пальцы правой руки, направленной вверх. Прямые пальцы левой руки направить перпендикулярно к правой руке, к основанию ладони правой руки — это «ладонь».

Левую руку сжать в кулак, выпрямленные пальцы правой руки касаются основания ладони левой руки — это «кулак».

Называете слова: «Ладонь! Кулак! Ладонь! Кулак! Кулак!» и т. д. и сопровождаете их соответствующими жестами.

Ребенок повторяет движения за вами, затем самостоятельно по вашим командам. С каждой командой меняется положение рук: то правая рука упирается в основание левой, то наоборот.

«Колодец»

Положите четыре спички (две спички параллельно друг другу, сверху две спички перпендикулярно им), так чтобы получился квадрат.

Затем в игру включается ребенок и тоже осторожно накладывает сверху свои спички. Так колодец постепенно растет.