

Рекомендации для родителей

Тема: Развитие мелкой моторики рук.

Для занятий по формированию сложно координированных движений руки можно дать следующие рекомендации:

- заниматься «через силу» неэффективно. Надо начинать с того уровня упражнений, который будет получаться и доставлять удовольствие.
- выполнение упражнений должно быть регулярным.
- занятия должны быть совместными (ребенок и взрослый). Это определяется необходимостью точного выполнения движений, иначе результат не будет достигнут.
- время выполнения задания не должно быть долгим, так как внимание и интерес ребенка быстро иссякают.
- нужно соблюдать комфортный для ребенка темп выполнения заданий.
- ребенку всегда предлагается инструкция, которая должна быть простой, короткой и ясной.
- повторение инструкции, а также проговаривание действий в процессе выполнения облегчает работу.

В семье работу по тренировке пальцев рук можно и нужно начинать с детьми в возрасте 6-7 месяцев. В этот период полезно делать массаж кистей рук в направлении от кончиков пальцев к запястью и такое упражнение: брать каждый пальчик ребенка по отдельности в свои пальцы, сгибать и разгибать его. Так надо делать по 2-3 минуты ежедневно. С девятимесячного возраста следует давать ребенку перебирать сначала крупные, ярко окрашенные предметы, а затем более мелкие предметы. Для этих целей хорошо использовать деревянные раскрашенные бусы, нанизанные на резинку. Можно использовать и кольца от пирамидок.

Детям двух лет и старше можно предложить следующие игры для развития мелкой моторики рук.

«Переложит игрушки». Ребенок сидит за столом, перед ним высокий прозрачный сосуд. Справа лежат мелкие предметы (пуговицы, фишки). Ребенок должен, держа сосуд левой рукой, правой бросать в него предметы. Затем фишки высыпаются на стол и ребенок действует левой рукой.

«Забей мяч в ворота». Играющий сидит за столом, у него небольшой шарик. На другом конце стола – «ворота». Нужно прокатить мячик по столу так, чтобы он попал в ворота.

«Перебираем крупу». Необходимы две пустые коробочки и одна - со смешанными гречкой, горохом и рисом, крупными и мелкими бусинами, картонными кругами и квадратами и пр. Работая двумя руками, ребенок должен разделить смесь на две части.

«Разорви лист по линиям». Лист бумаги произвольно расчерчивается на части. Нужно разорвать его точно по линиям. Можно нарисовать также на бумаге фигуры, предметы.

«Шаловливый котенок». Заранее разматывается клубок ниток. Сначала правой, а затем левой рукой ребенок должен сматывать клубок ниток.

« По кочкам через болото». На столе рассыпают мелкие камушки – «кочки». Зажав в щепотку первый, третий и пятый пальцы одной руки, ребенок шагает указательным и безымянным пальцами по кочкам с одного края стола к другому, перебираясь через «болото». «Кочки» можно также нарисовать на листе бумаги.

«Строитель». Для игры подойдут небольшие кубики, кольца от пирамидок. Ребенку дается задание собрать из мелких кубиков один большой, построить башню, колодец, скамейку, стульчик. Домик. Поезд и т.д.

«На морском берегу». Для игры понадобятся дощечка с накатанным слоем пластилина и горсть мелких камешков. Малышу предлагается выложить на дощечке фигуры из камешков: солнышко, облако, дерево, домик и т.д.

Для формирования тонких движений пальцев рук могут быть использованы игры с пальчиками, сопровождаемые чтением народных стихов

"Сидит белка..."

Сидит белка на тележке,
Продает она орешки:
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.

Взрослый и ребенок при помощи левой руки загибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца.

"Дружба"

Дружат в нашей группе девочки и мальчики
(пальцы рук соединяются 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
(руки вниз, встряхнуть кистями).

"Дом и ворота"

На поляне дом стоит ("дом"),
Ну а к дому путь закрыт ("ворота").
Мы ворота открываем (ладони разворачиваются параллельно друг другу),
В этот домик приглашаем ("дом").

Наряду с подобными играми могут быть использованы разнообразные упражнения без речевого сопровождения:

"Кольцо"

- кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца;
- то же упражнение выполнять пальцами левой руки;
- те же движения производить одновременно пальцами правой и левой руки;

"Пальцы здороваются"

- Соединить пальцы обеих рук "домиком". Кончики пальцев по очереди хлопают друг по другу, здороваются большой с большим, затем указательный с указательным и т.д.

"Оса"

- выпрямить указательный палец правой руки и вращать им;
- то же левой рукой;
- то же двумя руками;

"Человечек"

- указательный и средний пальцы "бегают" по столу;
- те же движения производить пальцами левой руки;
- те же движения одновременно производить одновременно пальцами обеих рук ("дети бегут наперегонки");

"Коза"

- вытянуть указательный палец и мизинец правой руки;
- то же упражнение выполнить пальцами левой руки;
- то же упражнение выполнять одновременно пальцами обеих рук;

"Очки"

- образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их;

"Зайчик"

- вытянуть вверх указательный и средний пальцы правой руки, а кончики безымянного пальца и мизинца соединить с кончиком большого пальца;
- то же упражнение выполнить пальцами левой руки;
- то же упражнение выполнять одновременно пальцами обеих рук;

"Деревья"

- поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы;

"Птички летят"

- пальцами обеих рук, поднятых к себе тыльной стороной, производить движения вверх-вниз;

"Сгибание-разгибание пальцев"

- поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого пальца;
- выполнить то же упражнение, только сгибать пальцы, начиная с мизинца;
- выполнить два предыдущих упражнения пальцами левой руки;
- согнуть пальцы правой руки в кулак, поочередно выпрямлять их, начиная с большого пальца;
- выполнить то же упражнение, только выпрямлять пальцы, начиная с мизинца;
- выполнить два предыдущих упражнения пальцами левой руки;

"Бочонок с водой"

- согнуть пальцы левой руки в кулак, оставив сверху отверстие;

"Миска"

- пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить друг к другу;