

Учеными доказано, что развитие рук находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка.

Уровень развития мелкой моторики и координации движений рук – один из показателей интеллектуального развития и, следовательно, готовности к школьному обучению.

Упражнения для развития мелкой моторики рук ребенка:

1. Лепка из глины, теста, пластилина,
2. Вырезание и аппликация,
3. Выкладывание узоров, букв крупной, песком, пуговицами разными пальчиками (большим и указательным, большим и мизинцем).
4. Игры с разноцветными прищепками. Для этого понадобится несколько простых форм из картона (круг-для солнышка, овал – для ёжика).
5. Нанизывать крупные пуговицы, бусины, шарики на нитку, заниматься бисероплетением.
6. Застегивать пуговицы, крючки, молнии, кнопки, замочки, заводить механические игрушки ключиком.
7. Открывать и закрывать ключом замок.
8. Закручивать и раскручивать гайки.

9. Наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, на собственный палец (получается колечко или спираль).

10. Плести бумажные коврики из разноцветных полосок бумаги - задание на тренировку руки и на аккуратность.

11. Завязывать узлы на толстой веревке, шнуре.

12. Выкладывать узоры из спичек по памяти или из определенного количества спичек.

13. Играть в лото, мазаюку, пазлы, конструктор.

14. Рисовать по точкам, пунктирным линиям.

15. Рисовать по трафарету буквы, геометрические фигуры, штриховать.

16. Плести макраме.

17. Пришивать пуговицы иглой.

Самомассаж рук

1.  **«Ручки греем»** - упражнение выполняется по внешней стороне ладони.
2. **«Добываем огонь»** - энергично растираем ладони друг о друга, чтоб стало горячо.
3. **«Пила»** - ребром ладони одной руки

«пилим» по ладони, предплечью другой руки.

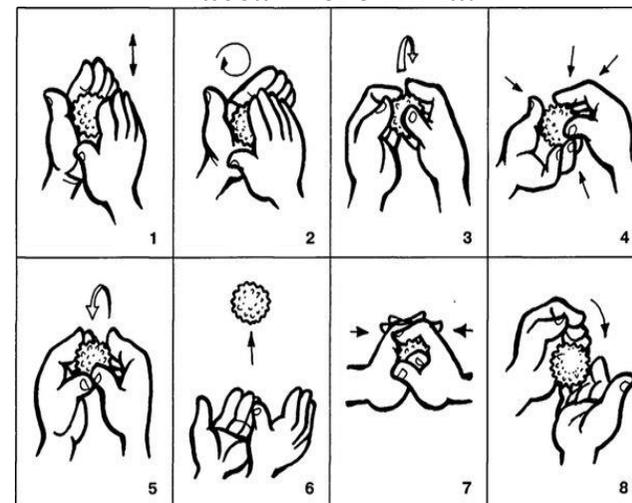
4. **«Точим ножи»** - активное растирание раздвинутых пальцев, движения рук вверх-вниз.

5. **«Гуси»** - пощипывание руки вдоль предплечья от кисти к локтю.

6.  **«Точилка»** - сжав одну руку в кулачок, вставляем в него поочередно по одному пальцу другой руки и прокручиваем влево-вправо каждый пальчик по 2 раза.

7.  **«Человечки»** - указательным и средними пальцами выполняем точечные движения вдоль предплечья (человечки – «маршируют», «прыгают», «бегут»).

Развитие моторики рук с помощью массажного мяча.



РАЗВИВАЕМ ПАЛЬЧИКИ

Пять пальцев на руке твоей
Назвать по имени сумеи.
Первый палец – боковой –
Называется **БОЛЬШОЙ**.

Палец второй –
Указчик старательный, -
Не зря называют его
УКАЗАТЕЛЬНЫЙ.

Третий твой палец –
Как раз посредине,
Поэтому **СРЕДНИЙ**
Дано ему имя.

Палец четвертый
Зовут **БЕЗЫМЯННЫЙ**.
Неповоротливый он
И упрямый.

Совсем как в семье,
Братец младший – любимец.
По счету он пятый,
Зовется **МИЗИНЕЦ**.

