

## Пальчиковая гимнастика

### Кулачок

Этот пальчик — маленький,  
(загибаем мизинчик)  
Этот пальчик — слабенький,  
(загибаем безымянный пальчик)  
Этот пальчик — длинненький,  
(загибаем средний пальчик)  
Этот пальчик — сильненький,  
(загибаем указательный пальчик)  
Этот пальчик — толстячок,  
(загибаем большой пальчик)  
Ну а вместе — кулачок!

### Черепашка

Шла большая черепаха  
(идем пальчиками)  
И дрожала вся от страха:  
(руки в кулачках, кулачки дрожат)  
Кусь-кусь-кусь! Кусь-кусь-кусь!  
(большой и указательный пальцы «кусаются»)  
Никого я не боюсь!  
(отрицание — указательным пальцем)

### Замок

На двери висит замок.  
(руки в замке)  
Кто его открыть бы смог?  
(пальчики тянем, не разжимая)  
Потянули,  
(потянули)  
Покрутили,  
(вращаем руки)  
Постучали  
(стучим основанием ладоней)  
И — открыли!



ГКУСО ВО «Муромский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»

Адрес: г. Муром, ул. Дзержинского, 2а

Телефон 8(49234)2-67-96

ГКУСО ВО «Муромский СРЦН»



**Комплекс упражнений по развитию мелкой моторики у детей, имеющих нарушение или отставание в развитии**

Домашний микрореабилитационный центр «Академия волшебников»

г. Муром, 2021г.

## Упражнения для развития мелкой моторики

### «Бросание в сосуд мелких предметов»

**Цель:** развитие координации в системе «глаза – рука».

**Материал:** шарики, маленькая прозрачная баночка с навинчивающейся крышкой.

**Методика:** поставить перед ребенком баночку с маленькими шариками и пустой сосуд. Убедиться, что ребенок наблюдает за действиями взрослого, бросающего шарики в сосуд. Предложить ребенку проделать то же действие с шариком. (Шарики можно заменить пуговицами, горошинами, фасолью и т.п.)



### «Открывание сосуда»

**Цель:** наряду с моторным навыком открывания крышки развивать представления о том, что внутри сосуда что-то может быть.

**Материал:** коробка из-под обуви, пластмассовая коробка с крышкой, большая спичечная коробка, матрешка.

**Методика:** попытаться заинтересовать ребенка игрой в прятки. Взять две коробки и спрятать в одной из них игрушку. Показать, что она появляется снова, если снять крышку. Дать возможность ребенку проделать то же действие. Использовать различные емкости, которые легко открыть.

### «Разноцветная штриховка»

**Цель:** научить наблюдать за процессом рисования и подражания движению штриховки сверху вниз.

**Материал:** цветные карандаши, мел, бумага.

**Методика:** вначале предоставить ребенку достаточно времени для того, чтобы рисовать то, что он хочет. Так он лучше будет подготовлен к тому, чтобы работать со взрослым. Положите перед ребенком несколько листов бумаги и предложите понаблюдать за тем, как рисует взрослый. Нарисуйте вертикальную линию и попросите ребенка нарисовать точно такую же рядом с вашей. Если ему трудно, то возьмите его руку и ведите ее, пока он чертит линию.



### «Нанизывание бусины»

**Цель:** совершенствовать координацию: глаз-рука и рука-рука (предварительное упражнение для застегивания пуговиц).

**Материал:** толстые бусины, шнур, концы которого покрыты пластиком.

**Методика:** покажите ребенку тот навык, которым он должен овладеть: возьмите шнур пониже одного из концов и нанизывайте бусины на этот конец. Затем крепко держите конец шнура другой рукой и опустите руку вниз так, чтобы бусины опустились вниз (не забудьте сделать узел). Помогите ребенку, если он пытается нанизывать бусины вслед за вами.

### «Раскатывание «колбаски» из пластилина»

**Цель:** получение ребенком разных тактильных впечатлений, учить выполнять движение «вперед-назад» и осознать, что мягкие материалы могут изменять форму.

**Материал:** пластилин или тесто, глина

**Методика:** дать ребенку кусок размятого пластилина и позволить познакомиться с этим материалом: раскатать кусочек, проткнуть в нем дырку при помощи пальца, разделить пластилин на кусочки.

Потренировать ребенка в движении «от себя – к себе», раскатать пластилин в виде макароны. Положить овальный кусочек пластилина перед ребенком и вести его руку так, чтобы пластилин раскатывался ладонью движением «туда-сюда». Выполнить упражнение обеими руками, затем доминирующей рукой.

