

Муниципальный конкурс профессионального мастерства педагогических работников учреждений общего, дополнительного и дошкольного образования

«Методическая разработка - 2015»

Система работы по развитию мелкой моторики у детей
через различные виды деятельности в подготовительный
период обучения грамоте.

Автор: Усова Анастасия Геннадьевна,
учитель начальных классов МКОУ «СОШ № 35»

Миасский городской округ

2015г.

Содержание

Введение.....	3
1. Теоретические основы.....	5
1.1 Что такое мелкая моторика и почему она так важна для детей.....	5
1.2 Взаимосвязь головного мозга и мелкой моторики.....	5
1.3 Проблема развития мелкой моторики в общепедагогической специальной литературе.....	6
2. Описание собственного опыта работы.....	7
3. Пальчиковая гимнастика для взрослых (Целительные мудры).....	10
Заключение.....	13
Используемая литература	
Приложение	

Введение

«Рука – вышедший наружу мозг»
Иммануил Кант

Первая буква, первое слово... Как много усилий порой затрачивает ребёнок, а в тетрадке появляются лишь каракули. «В чём же дело?» – беспокоятся родители. Ведь ребёнок так старается. Попробуем разобраться в причине неудач детей при обучении письму.

А причина кроется в недостаточно развитой, как говорят специалисты, ручной ловкости. Это значительно затрудняет овладение навыком письма, а в последующем и его совершенствовании.

Ребёнок с плохой координацией движения рук хуже рисует, испытывает трудности на занятиях физкультуры и технологии. Поэтому очень важно начать развивать это качество своевременно – ещё до поступления в первый класс, и продолжать его в течение всего периода обучения ребёнка в начальных классах.

Известно, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности движения пальцев рук. Если развитие мелкой моторики (движения пальцев рук) соответствует возрасту, то и речевое развитие в пределах нормы, если же развитие мелкой моторики отстаёт, то задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть нормальной и даже выше нормы. Влияние специализированных окончаний чувствительных нервных волокон мышц руки так значительно только в дошкольном и младшем школьном возрасте: пока идёт формирование речевой моторной области. Поэтому рекомендуется стимулировать речевое развитие детей путём тренировки движений пальцев рук.

Исходя из этого, была поставлена **цель** работы:

Развитие мелкой моторики и координации движений рук у детей младшего школьного возраста через различные виды деятельности.

В своей работе я ставлю следующие **задачи**:

1. Улучшить координацию и точность движений руки и глаза, гибкость рук, ритмичность;
2. Улучшить мелкую моторику пальцев, кистей рук;
3. Улучшить общую двигательную активность;
4. Содействовать нормализации речевой функции;
5. Развивать воображение, логическое мышление, произвольное внимание, зрительное и слуховое восприятие, творческую активность;

Для достижения желаемого результата возникла необходимость сделать работу регулярной, используя следующие **формы** работы:

- совместная деятельность учителя с детьми;
- индивидуальная работа с детьми;
- свободная самостоятельная деятельность самих детей.

Для развития мелкой моторики рук и координации движений я использовала разные **методы и приемы** работы:

1. Пальчиковый игротренинг
 - ✓ массаж кистей рук
 - ✓ пальчиковая гимнастика, физкультминутки
 - ✓ пальчиковые игры со стихами, со скороговорками

- ✓ пальчиковый театр
- 2. Использование элементов ТРИЗ
- ✓ лепка из пластилина с использованием природного материала (семена, крупы, ракушки и т. д.)
- ✓ нетрадиционные техники рисования: кистью, пальцем, зубной щеткой, свечкой и т. д.
- ✓ конструирование: из бумаги в технике оригами, работа с конструктором ЛЕГО
- ✓ различные виды аппликаций
- 3. Развитие графической моторики
- ✓ рисование по трафаретам
- ✓ штриховка
- ✓ дорисовка (по принципу симметрии)
- ✓ лабиринты
- ✓ графические диктанты

1. Теоретические основы

1.1 *Что такое мелкая моторика и почему она так важна для детей*

Под термином мелкая моторика понимаются координированные движения пальцев и кистей рук.

Почему так важно для детей развитие мелкой моторики рук? Дело в том, что в головном мозге человека есть центры, отвечающие за речь и движение пальцев рук, расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь.

Замечено, что дети, совершающие многочисленные оживленные движения пальцами рук, развиваются в речевом отношении явно быстрее других. Если специально тренировать мелкие движения кисти, развитие речи можно существенно ускорить.

«Истоки способностей и дарований детей находятся на кончиках пальцев», - писал В. А. Сухомлинский. Это значит, чем больше ребенок умеет, хочет и стремится делать своими руками, тем он умнее и изобретательнее. Ведь на кончиках пальцев – неиссякаемый «источник» творческой мысли, который «питает» мозг ребенка.

Письмо называют базовым навыком, т. е. навыком, на котором практически строится все дальнейшее обучение, а значит, ребенок, не освоивший его вовремя, непременно будет отставать в учебе. Вот почему параметром школьной зрелости является уровень развития моторики кисти ведущей руки, определяющий скорость и легкость формирования навыка письма. Письмо – это сложный координированный навык, требующий слаженной работы мелких мышц кисти, всей руки, правильной координации всего тела.

Для того чтобы ребенок легко и успешно учился в школе, он должен легко и без напряжения говорить. А тренировка движений пальцев рук, в свою очередь, оказывает большое влияние на развитие активной речи ребенка.

1.2. Взаимосвязь головного мозга и мелкой моторики

Кора головного мозга состоит из нескольких частей, каждая из которых за что-то отвечает. Есть в коре головного мозга такая часть, которая определяет двигательные характеристики. Третья доля этой части коры головного мозга занимает двигательные способности кистей рук и расположена совсем рядом с речевой зоной мозга. Именно поэтому можно говорить о том, что если у ребенка плохо развиты пальчики, то от этого у него будет страдать речь и наоборот. В связи с этим ряд ученых называют кисти рук «органами речи», как и артикуляционный аппарат. Поэтому, чтобы у ребенка была хорошо развита речь, следует тренировать не только органы речи, но и мелкую моторику.

1.3. Проблема развития мелкой моторики в общепедагогической специальной литературе

Проблема развития мелкой моторики изучалась с давних пор. Исследования А. А. Сеченова, В. П. Павлова, А. А. Ухтомского, В. П. Бехтерева и других показали исключительную роль движений двигательного-кинестического анализатора в развитии речи и мышления и доказали, что первой доминирующей врожденной формой деятельности является двигательная.

По мнению И. П. Павлова: «Речь – это, прежде всего, мышечные ощущения, которые идут от речевых органов в кору головного мозга».

В. В. Сухомлинский писал: «Истоки способностей и дарований детей – в кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движении детской руки с орудием труда, тем сложнее движения, необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума. Чем больше мастерства в детской душе, тем ребенок умнее».

Многие современные исследователи также придерживаются мнения о важности развития мелкой моторики рук для речевого развития ребенка, а также предлагают ряд практических упражнений на развитие пальцевой моторики, описывают пальчиковые игры, физкультминутки, игры-сказки, связанные с развитием тонкой моторики (М. Я. Аксенова, О. С. Бот, Л. С. Рузина, В. Кудрявцева, И. Ф. Марковская, Т. А. Ткаченко и другие).

Т. А. Ткаченко делает вывод, что включение упражнений на развитие пальцевой моторики в физкультминутки – позволяет стимулировать действия речевых зон головного мозга, что положительно сказывается на исправлении речи детей.

В. В. Цвынтарный также придерживается точки зрения о том, что развитие речи мелкой моторики рук связано с развитием речи и способствует ее развитию, а также предлагает ряд упражнений для работы с пальчиками, со счетными палочками, спичками.

2. Описание собственного опыта работы

Для ребенка игра в движении – это способ познания мира. В основу работы была положена игра. Чем осмысленнее и четче будут детские игровые движения, тем глубже знакомство с миром.

В начале работы мной использована диагностика, в которой определялась степень ловкости рук и пальцев у детей. В ходе диагностики я предложила детям три вида упражнений:

- с мячом (ударить об пол и поймать в руки, подбросить вверх и поймать, вести мяч одной рукой);
- с карандашом (обвести предмет и заштриховать его).

Я поставила перед собой задачи: улучшить координацию движений пальцев рук, улучшить общую двигательную активность ребенка.

Для достижения поставленных задач я использовала различные формы работы. В совместную деятельность учителя с детьми я включала цели, реализация которых требует систематической постановки перед детьми строгой последовательности заданий, отвечающей логике развития тех или иных способностей.

В индивидуальной работе с детьми я включала задачи по развитию социальных навыков, освоения разных видов деятельности. Создавался микроклимат, в основе которого лежало уважение к личности маленького человека, доверительные отношения между ребенком и взрослым.

Свободная самостоятельная деятельность детей обеспечивала возможность саморазвития ребенка, который свободно выбирает деятельность, отвечающую его способностям и интересам.

Одним из основных методов работы являлись пальчиковые игры. В совместной и индивидуальной работе осуществлялась тренировка пальцев. Делалось это в форме массажа (поглаживание кистей рук от кончиков пальцев к запястью) и упражнения (сгибание и разгибание каждого пальца по отдельности). Массаж является одним из видов пассивной гимнастики. Массаж оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышая тонус, эластичность и сократительную способность мышц.

Эффективность и интерес к той или иной деятельности повышался, если упражнения пальчиковой гимнастики сопровождалось чтением стихов, потешек. Слушая, дети одновременно «инсценировали» содержание прослушиваемого материала с помощью пальцевых движений и изображений персонажей, их действий и др. В качестве сюжетного материала я использовала стихотворения Ермаковой С.О.

Стихи, сопровождающие упражнения – это та основа, на которой формируется и совершенствуется чувство ритма, создается благоприятный эмоциональный фон, благодаря которому ребенок увлекается игрой и с интересом выполняет движения, что обеспечивает хорошую тренировку пальцев. Сюжетность стихов и потешек развивает умение слушать и понимать.

Во время совместной и самостоятельной деятельности детей я использовала пальчиковый театр. Он дает ребенку уникальную возможность быть одновременно сценаристом, режиссером-постановщиком и актером.

Театрализованное представление способствует развитию не только творческого потенциала, но и речи, так как в них активно задействованы именно пальцы. Другим положительным моментом пальчикового театра является то, что ребенок в игровой форме обучается пространственным понятием, а также понятию числа.

Мною были изготовлены куклы для пальчикового театра к разным русским народным сказкам: «Теремок», «Заяц и лиса» и др.

Деятельность по лепке также имеет большое значение для укрепления кистей рук и развития мелкой и крупной моторики. Лепка необходима для развития у детей сенсорных и пространственных ощущений, восприятия. В своей работе для лепки я использовала пластилин; составление узоров из семян, ракушек, макарон. Это кропотливый, интересный труд, который развивает внимание, совершенствует сенсомоторику – согласованность в работе глаза и руки, координации движений, их точность.

Изготовление поделок из бумаги также является одним из средств развития мелкой мускулатуры кистей рук. Эта работа увлекает детей, способствует развитию воображения, конструктивного мышления. Один из видов работы с бумагой являлись рваные поделки. Разрывание бумаги на очень мелкие кусочки является хорошим упражнением для развития силы пальцев и навыков управления мелкими движениями.

Также детей привлекала возможность делать поделки из бумаги (оригами), которые они использовали в играх, инсценировках.

В совместной деятельности я использовала различные нетрадиционные техники рисования: тампонирование, печать от руки и др. с помощью кисти, свечи, зубной щетки. В процессе рисования у детей развиваются не только общие представления, творчество, углубляется эмоциональное отношение к действительности, но и формируются элементарные графические умения.

Особое внимание уделялось раскрашиванию рисунков. Для этого использовались альбомы для раскрашивания или заготовки. Раскрашивание предполагало несколько видов штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движения. Для развития точности и уверенности движения руки я предполагала игры, в которых детям необходимо было проводить параллельные линии в определенном направлении.

Так же проводились упражнения по развитию графических навыков в тетрадях в крупную клетку. Давались задания следующего характера: ориентировка на листе бумаги (графический диктант); упражнения на развитие глазомера, соблюдение заданного интервала между фигурами; правильно изображать те или иные фигуры, соблюдая закономерность.

Существует еще не менее увлекательный способ развивать графические навыки ребенка – обведение рисунка по точкам. Детям давались заготовки с

рисунками. Эти упражнения были направлены на обучение ребенка выполнению плавных линий, без отрыва от бумаги.

В совместной деятельности по формированию элементарных математических представлений и в самостоятельной деятельности детей я использовала методику плоскостного моделирования (рисунки, составленные из ограниченного количества плоских геометрических фигур), упражнения со счетными палочками. При этих видах деятельности развивается наблюдательность, память, мышление и воображение, сообразительность. Здесь предлагались возможности для творчества детей: сам придумал, сам выложил. В период изучения звуков, мною была разработана система обозначения звукового состава слова (сомкнутые округленные пальцы – гласный звук; пальцы замкнуты на подобие буквы «О» - согласный звук; кулачки стучат друг об друга – твердый согласный звук; поглаживание тыльной стороны ладони – мягкий согласный звук; потрясывание расслабленными ладонями наподобие колокольчика – звонкий согласный звук; закрыть уши ладонями – глухой согласный звук).

Большой интерес для детей представляло конструирование (на базе конструктора ЛЕГО). Дети сооружали многочисленные и разнообразные постройки. Работая с мелкими деталями конструктора, развивается мелкая мускулатура пальцев рук, воображение, творческая активность. Еще одним из интересных занятий было собирание паззл, нанизывание бисера на леску.

Мною были изготовлены дидактические игры на развитие мелкой моторики. Игра «Сосчитай-ка» (соотнесение цифры и количества предметов с помощью шнурка), игра «Волшебные бусы» (нанизывание плоских геометрических фигур разной формы, величины, цвета на шнурок; выкладывание фигур на плоскости, соблюдая закономерность).

Проводимые упражнения, игры на развитие мелкой моторики я комбинировала с различными видами деятельности. В своей работе я учитывала индивидуальные особенности каждого ребенка, его психофизиологическое развитие.

В конце каждой учебной четверти я проводила итоговую диагностику развития моторики рук и кисти. Результаты показывали положительное влияние систематичной, комплексной работы по развитию мелкой моторики.

3. Пальчиковая гимнастика для взрослых (Целительные мудры)

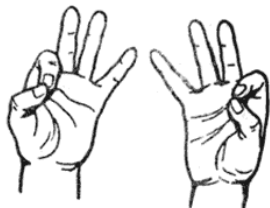
Роль пальчиковой гимнастики неоспорима не только в деятельности детей, но и в жизни взрослого человека. На наших руках расположены удивительные

энергетические каналы, связанные с целой функциональной системой и носящие название органа, на котором они замыкаются.

Древние индийские врачеватели, предлагая ту или иную комбинацию пальцев, замыкают энергетические каналы, вызывая нужный лечебный эффект. При выполнении упражнений (мудр) наберитесь терпения: ведь свои болезни мы приобретаем годами, поэтому для исцеления нужно упорство.

Всякое лечение следует начинать с пересмотра своей жизненной позиции. Мудры можно выполнять в любом положении, не прилагая особых усилий, в любом помещении и в любой обстановке.

Мудра «Знания»



Эта мудра одна из наиболее важных. Снимает эмоциональное напряжение, тревогу, беспокойство, меланхолию, печаль, тоску и депрессию. Улучшает мышление, активизирует память, концентрирует потенциальные возможности.

Показания: бессонница или чрезмерная сонливость, высокое кровяное давление. Эта мудра возрождает нас заново. Многие мыслители, философы, ученые пользовались и пользуются этой мудрой.

Методика исполнения: указательный палец легко соединяется с подушечкой большого пальца. Оставшиеся три пальца выпрямлены (не напряжены).



Мудра «Раковина»

Мудра "Раковина" - "шанкха" - атрибут бога Шивы, имя нагазмея, живущего в подземном царстве.

Показания: все заболевания горла, гортани, охриплость голоса. При выполнении этой мудры усиливается голос, поэтому особенно рекомендуем певцам, артистам, учителям, ораторам.

Методика исполнения: две соединенные руки изображают раковину. Четыре пальца правой руки обнимают большой палец левой руки. Большой палец правой руки прикасается к подушечке среднего пальца левой руки.



Мудра «Корова»

В Индии корова считается священным животным.

Показания: ревматические боли, радикулитные боли, заболевания суставов.

Методика исполнения: мизинец левой руки прикасается к сердечному (безымянному) пальцу правой руки; мизинец правой руки касается сердечного пальца левой руки. Одновременно соединяется средний палец правой руки с указательным пальцем левой руки, а средний палец левой руки с указательным пальцем правой руки. Большие пальцы расставлены.



Мудра «Жизнь»

Выполнение этой мудры выравнивает энергетический потенциал всего организма, способствует усилению его жизненных сил. Повышает работоспособность, дает бодрость, выносливость, улучшает общее самочувствие.

Показания: состояние быстрой утомляемости, бессилия, нарушение зрения, улучшает остроту зрения, лечение болезни глаз.

Методика исполнения: подушечки безымянного, мизинца и большого пальцев соединены вместе, а оставшиеся свободно выпрямлены. Выполняется обеими руками одновременно.



Мудра «Черепаха»

Черепаха - священное животное. По индийской мифологии черепаха помогла богам добыть амриту (священный напиток бессмертия) из океана. Замыкая все пальцы, мы перекрываем основы всех ручных меридианов. Образуя замкнутый круг, мы таким

образом предотвращаем утечку энергии. Купол "Черепахи" образует энергетический сгусток, который утилизируется организмом для его нужд.

Показания: астения, переутомление, нарушение функции сердечно-сосудистой системы.

Методика исполнения: пальцы правой руки смыкаются с пальцами левой руки. Большие пальцы обеих рук соединены между собой, образуя "голову черепахи".



Мудра «Поднимающая»

Показания: при всяких простудных заболеваниях, воспалении горла, воспалении легких, кашле, насморке, гайморите. Выполнение этой мудры мобилизует защитные силы организма, повышает иммунитет и способствует быстрому выздоровлению.

Если у вас лишний вес, то необходимо его убрать. Одновременно с выполнением этой мудры нужно соблюдать следующую диету: в течение дня выпивать не менее 8 стаканов кипяченой воды. Дневной рацион питания должен состоять из фруктов, риса, простокваши. Слишком долгое и частое использование этой мудры может вызвать апатию и даже летаргию - не переусердствуйте!

Методика исполнения: обе ладони соединены вместе, пальцы скрещены между собой. Большой палец (одной из рук) отставлен и окружен указательным и большим пальцами другой руки.



Мудра «Лестница небесного храма»

Пересечение путей и судеб - это основа взаимоотношений Мира и Человека, взаимосвязь общества и человека, его взглядов, контактов между собой.

Показания: расстройство психики, депрессия. Выполнение этой мудры улучшает настроение, снимает состояние безысходности и тоски.

Методика исполнения: кончики пальцев левой руки прижимаются между кончиками пальцев правой руки (пальцы правой руки всегда внизу). Мизинцы обеих рук свободны, выпрямлены, обращены кверху.

Заключение

Тренировка движений пальцев и кисти рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребёнка, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством для повышения работоспособности коры головного мозга, стимулирующим развитие мышления ребёнка. Выполняя пальчиками

различные упражнения, ребёнок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное воздействие на развитие речи, но и подготавливает ребёнка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, это в дальнейшем облегчает приобретение и закрепление навыков письма.

Но и взрослым не стоит забывать о полезном воздействии йоги пальцев. Используя различные мудры в подходящей ситуации, можно добиться значимого эффекта в поддержании здоровья без применения лекарственных препаратов.

Используемая литература

1. Бардышева Т. Ю. Здравствуй, пальчик. Пальчиковые игры. – М.: «Карапуз», 2007.
2. Большакова С. Е. Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения. – М.: ТЦ Сфера, 2006.

3. Бот О. С. Формирование точных движений пальцев у детей с общим недоразвитием речи // Дефектология. - 1983. - №1.
4. Воробьева Л. В. Развивающие игры для дошкольников. – СПб: Изд. дом «Литера», 2006.
5. Воробьева Т. А., Крупенчук О. И. Мяч и речь. – СПб: Дельта, 2001.
6. Ермакова И. А. Развиваем мелкую моторику у малышей. – СПб: Изд. дом «Литера», 2006.
7. Ермакова С.О. Пальчиковые игры для детей от года до трех лет. – М.: РИПОЛ классик, 2008.
8. Заикин М.С., Синицина Е.И. 250 развивающих упражнений для подготовки к школе. – М., 2001
9. Здоровье на кончиках пальцев. Целительные мудры. – СПб.: «Ленинградское издательство», 2008.
10. Крупенчук О. И. Пальчиковые игры. – СПб: Изд. дом «Литера», 2007.
11. Лопухина И. С. Логопедия – речь, ритм, движение: Пособие для логопедов и родителей. – СПб: ИЧП «Хардфорд», 1996.
12. Мельникова А. А. Мы охотились на льва. Развитие моторики. М.: «Карапуз», 2006.
13. Пименова Е. П. Пальчиковые игры. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007.
14. Соколова Ю. А. Игры с пальчиками. – М.: Эксмо, 2006.
15. Тимофеева Е. Ю., Чернова Е. И. Пальчиковые шаги. Упражнения на развитие мелкой моторики. – СПб: Корона-Век, 2007.
16. Цвынтарный В. В. Играем пальчиками и развиваем речь – СПб: ИЧП «Хардфорд», 1996.
17. Шулешко Е.Е., Наглядно-дидактическое пособие по обучению дошкольников чтению, письму и счету. – М.: Мозаика – Синтез, 2001

Интернет – ресурсы:

1. <http://bebiklad.ru/> - графические диктанты
2. <http://www.vashevse.ru/> - лабиринты, штриховка, дорисовка
3. <http://vseodetishkah.ru/> - нетрадиционные техники рисования
4. <http://adalin.mospsy.ru/> - игры с пластилином

Приложение 1.

Пальчиковая гимнастика для развития мелкой моторики рук

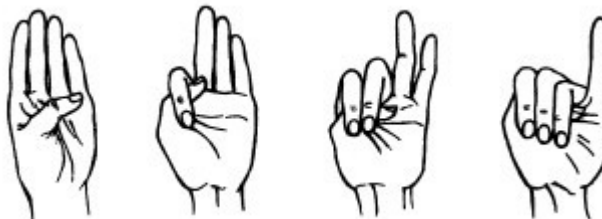
Пальчиковая гимнастика выполняется ребенком как повторение того, что делает взрослый, поэтому следует предварительно освоить данные упражнения без ребенка.

1. Ладони поочередно ударяют о край стола.

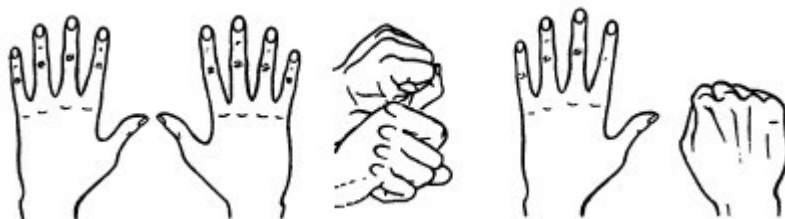
2. Руки вытягивают вперед, сжимают и разжимают кулачки.



3. Поочередно пальцы загибаются сначала на левой, а потом на правой руке. В конце упражнения пальцы должны быть сжаты в кулачки.



4. Обе ладони лежат на столе. Одна из ладоней сжимается в кулак, а другая остается лежать неподвижно. Далее та ладонь, что осталась лежать на столе, сжимается в кулак. Одновременно с этим ладонь, что была сжата в кулак, распрямляется. После этого задание воспроизводится подряд 5–6 раз в быстром темпе. Следите, чтобы при выполнении этого упражнения пальцы не растопыривались, а оставались плотно прижатыми друг к другу.



5. Ладони повернуты вниз. Обеими кистями рук одновременно имитируется волнообразное движение в гору (вверх) и с горы (вниз).



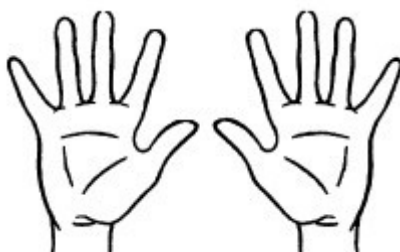
6. Обе ладони сжаты в кулачок, большие пальцы подняты вверх, выполняются круговые движения большими пальцами.



7. Пальцы сплетены в замок. Концы пальцев левой руки нажимают на верхнюю часть тыльной стороны ладони правой руки, прогибая ее так, что пальцы правой руки встают как петушиный гребень. Затем на тыльную сторону левой руки нажимают пальцы правой, и в петушиный гребешок превращаются пальцы левой руки.



8. Руки вытягиваются вперед, пальцы растопыриваются, как можно сильнее напрягаются, а затем расслабляются, руки опускают и слегка трясут ими.

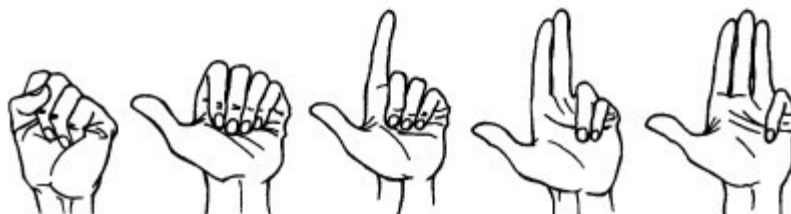


9. На раз – подушечки пальцев поджимаются к верхней части ладони, на два – пальцы быстро выпрямляются и растопыриваются.



10. Предплечье вертикально, ладонь находится под прямым углом, все пальцы прижаты. Вращение кистями от себя и к себе.

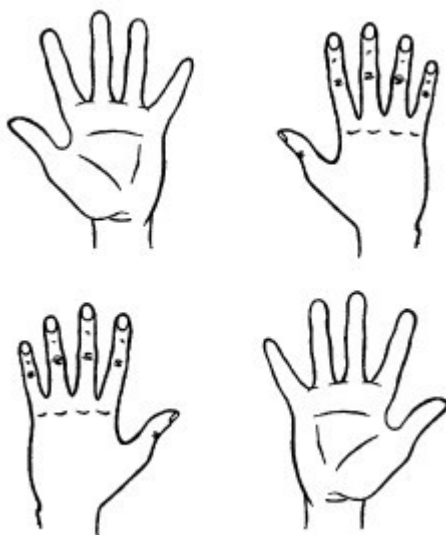
11. Руки сжимают в кулачки, вытягивают вверх большие пальцы, сгибают и разгибают их. Такое же упражнение делают со всеми остальными пальцами: указательным, средним, безымянным, мизинцем.



12. Руки ставятся на край стола и превращаются в пятипалых зверьков. По сигналу зверьки устремляются к краю стола, передвигая пальцами как ножками.



13. Обе ладони лежат на столе. Правая – вниз, левая – вверх. По команде ладони меняются местами: правая – вверх, левая – вниз.



14. Руки сжимают в локтях, держа кисти рук перед лицом. Сгибают и разгибают пальцы одновременно, не сжимая их в кулачки.



15. Пальцы сплетаются, ладони соединяются и стискиваются как можно сильнее. Потом руки опускают и слегка трясут ими.



16. Ладони поставлены вертикально друг другу и сомкнуты. Затем ладони размыкаются.



17. Поочередно пальчики прижимаются к большому пальцу, образуя с ним кольцо.



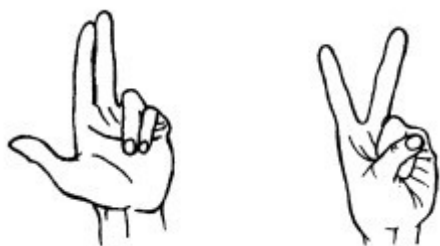
18. Руки сжимают в кулачок, вытягивают большой палец вверх и начинают вращать им сначала в одну, затем в другую сторону. То же самое делают с другими пальцами: указательным, средним, безымянным, мизинцем.



19. Пальцы обеих ладоней переплетены и прижаты в замок. Затем пальцы распрямляются и вновь сжимаются в замок.



20. Руки сжимают в кулачки, вытягивают указательные и средние пальцы, как бы образуя две пары ножниц. Затем начинают резать ими воображаемую бумагу.

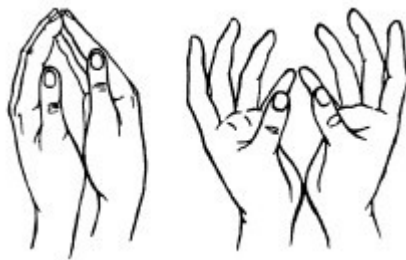


21. Руки соединяют в замок и тянут в разные стороны.

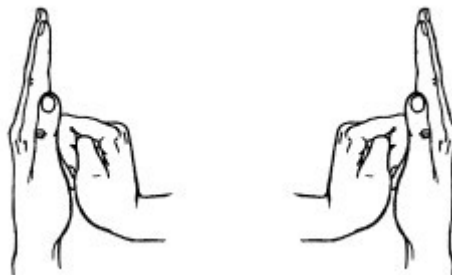
22. Сцепляют большие пальцы и тянут руки в разные стороны. То же делают для других пальцев: указательного, среднего, безымянного, мизинца.



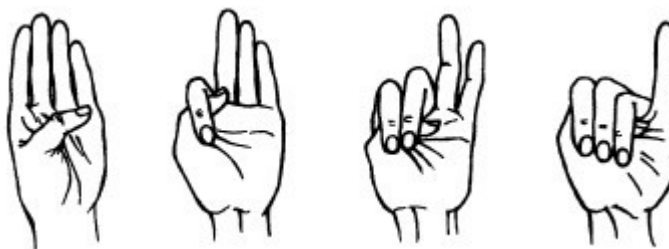
23. Пальцы обеих рук складываются кончиками вместе. Хлопают кончиками больших пальцев. То же – для указательных, средних, безымянных, мизинцев.



24. Левая ладонь – вертикально вверх, к ее нижней части приставляется кулачок. Затем положение рук меняется.



25. Поочередно пригибают пальцы к ладошке, начиная с большого. Затем поочередно разгибают пальцы, начиная с большого.



26. Пальцы сжаты в кулачок, выдвинуты указательный палец и мизинец. Продвигаясь вперед, следует медленно шевелить пальцами.



Пальчиковые игры.

1. *Раз, два, три, четыре, пять –
Вышли в садик погулять.
Ходим-ходим мы по лугу,
Там цветы растут по кругу.
Лепесточков ровно пять,
Можно взять и посчитать.*

1-2 строчки – пальцем одной руки считаем пальцы на другой, слегка нажимая на подушечки.

3-4 строчки – указательным пальцем одной руки выполняем круговые поглаживания ладони другой.

5-6 строчки – считаем пальцы в обратном порядке.

Затем читаем стихотворение снова и повторяем все движения на другой руке.

2. *Волк раскроет свою пасть,
Хочет зайчика украсть:
Щелк, да щелк, и снова щелк!
Не поймает зайца волк.
Пастью щелкает напрасно –
Заяц бежит прекрасно!*

1-4 строчки – указательный, средний, безымянный и мизинец на обеих руках прижимаем друг к другу, а подушечку большого пальца то прижимаем к сомкнутым четырём пальцам, то отпускаем, изображая волчью пасть. Щелкаем «пастью» на обеих руках.

5-6 строчки – расслабляем пальцы на обеих руках и «бежим» ими по столу, прикасаясь к его поверхности подушечками.

3. *Солнышко яркое в небе сияло,
Лучами своими нас согревало.
Тучки по небу быстро бежали,
Лучики в тучках надолго застряли.
Но появился ветер могучий
И разогнал все мрачные тучи.
Солнышко снова в небе сияет,
Яркие лучики нас согревают.*

1-2 строчки – поднимаем ладони над головой, растопырив все пальцы наподобие лучей, и делаем вращательные движения кистями рук.

3-4 строчки – соединяем пальцы в замок и сцепленными кистями рук выполняем перекатывающие движения.

5-6 строчки – поднимаем руки вверх и совершаем волнообразные движения влево-вправо.

7-8 строчки – снова поднимаем руки вверх и расправляем пальцы-«лучи».

4. *Я играю на трубе*

Свою песенку тебе.

Эта моя песенка

Короткая, как лесенка:

Здесь ступенек ровно пять –

Можно спеть и пошагать.

1-4 строчки – сжимаем руки в кулаки, приставляем один кулак к другому, изображая трубу.

5-6 строчки – расправляем ладони и соединяем поочередно подушечки пальцев одной руки с подушечками пальцев другой руки.

5. *На лесной лужайке*

Разыгрались зайки:

Лапками хлопали,

Ножками топали,

Ушками махали,

Выше всех скакали,

Глазками глядели,

Песенку пропели:

«Ля-ля-ля! Ля-ля-ля!

Ля-ля-ляйки!»

Ах, какие веселые зайки

1-2 строчки – раскрываем ладони, поднимаем руки и машем расслабленными кистями.

3-4 строчки – хлопаем в ладоши, притопываем ногами.

5 строчка – прикладываем раскрытые ладони к ушам, сгибаем и разгибаем сомкнутые пальцы обеих рук.

6 строчка – поочередно поднимаем высоко над столом и опускаем то одну руку, то другую.

7-11 строчки – машем руками.

Приложение 3.

Поделки из пластилина и природных материалов.





Нетрадиционные техники рисования



Графические диктанты

Выполняются на бумаге в клеточку под диктовку взрослого. Ребенка просят провести линию следующим образом:

1. Две клетки влево, две клетки вверх, две клетки вправо, две клетки вниз, две клетки вправо, две клетки вверх, две клетки влево.

2. Одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо.

3. Одна клетка влево, четыре клетки вверх, три клетки вправо, четыре клетки вниз, одна клетка влево, три клетки вверх, одна клетка влево, три клетки вниз.

4. Одна клетка влево, три клетки вверх, две клетки влево, одна клетка вверх, пять клеток вправо, одна клетка вниз, две клетки влево, три клетки вниз.

5. Одна клетка вниз, пять клеток вправо, одна клетка вверх, пять клеток влево, три клетки вверх, пять клеток вправо, три клетки вниз.

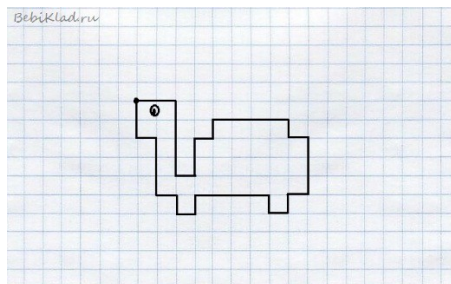
6. Четыре клетки вверх, две клетки вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вниз, две клетки вправо, четыре клетки вниз, две клетки влево, одна клетка вверх, одна клетка влево, одна клетка вниз, две клетки влево.

7. Одна клетка вверх, четыре клетки вправо, четыре клетки вверх, одна клетка вправо, четыре клетки вниз, четыре клетки вправо, одна клетка вниз, девять клеток влево.

8. Одна клетка вправо, семь клеток вверх, одна клетка вправо, пять клеток вниз, три клетки вправо, пять клеток вверх, одна клетка вправо, семь клеток вниз, одна клетка вправо.

9. Четыре клетки вверх, одна клетка вправо, три клетки вниз, пять клеток вправо, три клетки вверх, одна клетка вправо, четыре клетки вниз, семь клеток влево.

10. Пять клеток вверх, три клетки вправо, две клетки вниз, пять клеток вправо, одна клетка вниз, пять клеток влево, две клетки вниз, три клетки влево.



Графический диктант "Черепаха"
Отступи 5 клеток сверху и 3 клетки слева.
Поставь точку и начинай рисовать.

2	→	4	↓	1	→	2	↑	1	→	1	↑
4	→	1	↓	1	→	3	↓	1	←	1	↓
1	←	1	↑	4	←	1	↓	1	←	1	↑
1	←	3	↑	1	←	2	↑				

Приложение 6.

Рисование линий

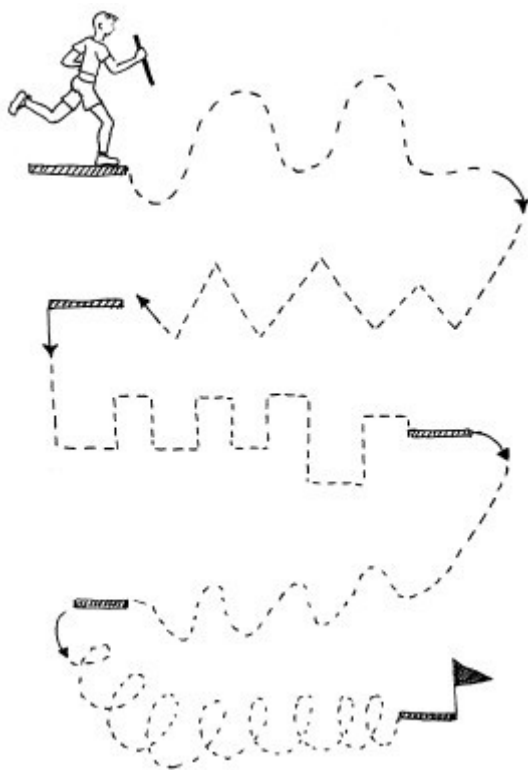
Прямые дорожки

Ребенка просят провести линию посередине прямой дорожки, не съезжая с нее и не отрывая карандаша от бумаги.

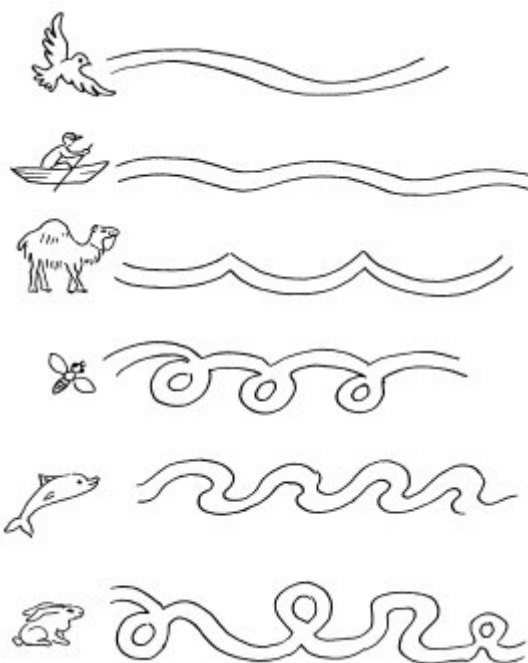
Фигурные дорожки

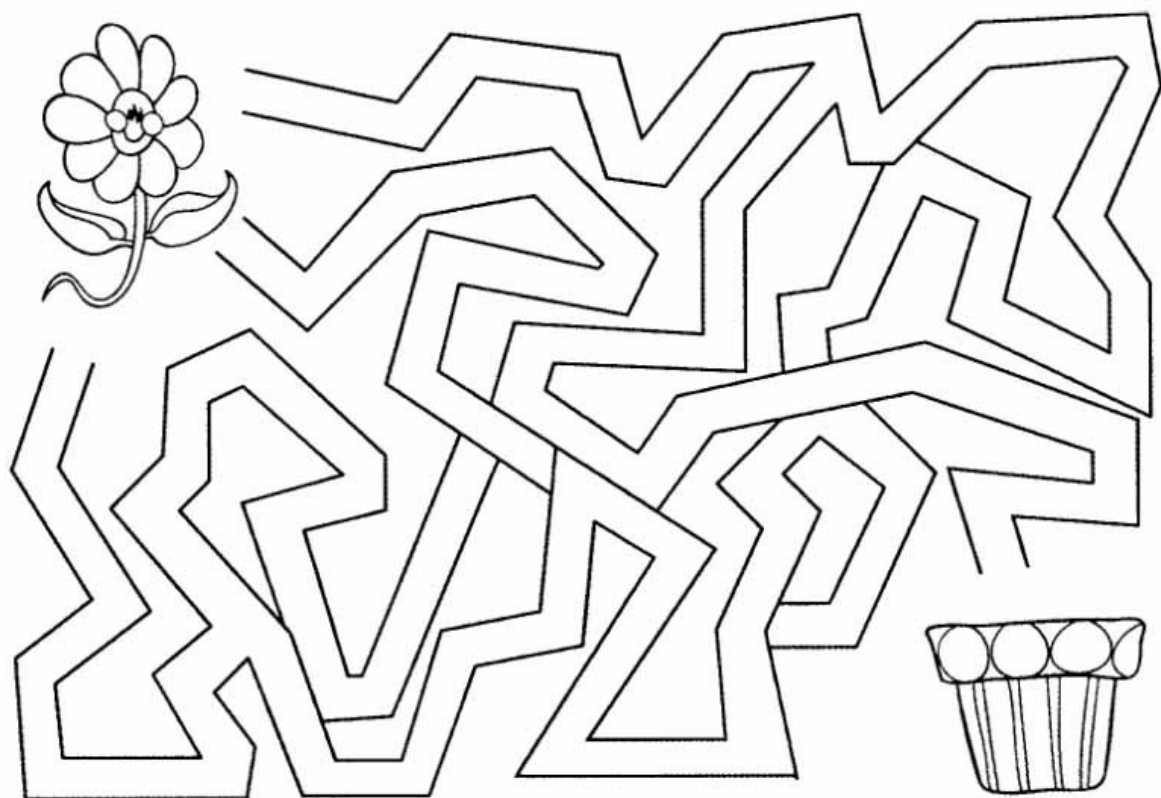
– Ребенка просят провести фигурную дорожку, соединив линию штриховки. При прохождении дорожки ребенку следует стараться как можно более точно следовать всем изгибам и поворотам линий.

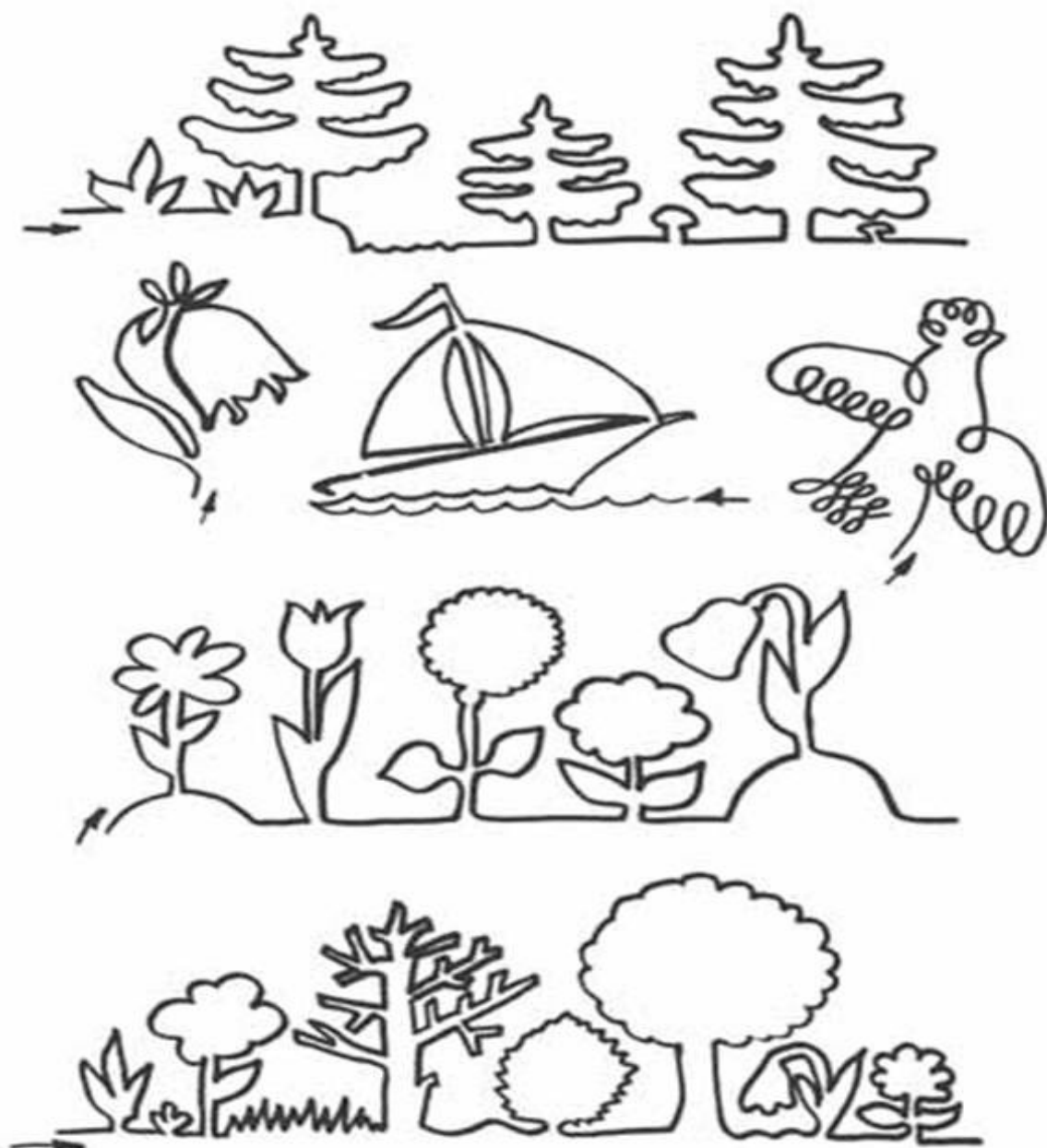
Как и в предыдущем задании, карандаш не должен отрываться от бумаги, и лист во время выполнения задания не переворачивается.



– Ребенка просят провести линию посередине фигурной дорожки. При выполнении задания надо обратить особое внимание на то, что нельзя касаться стенок (особенно в лабиринтах), линия должна идти посередине дорожки. Карандаш от бумаги не отрывается, и лист бумаги не переворачивается.



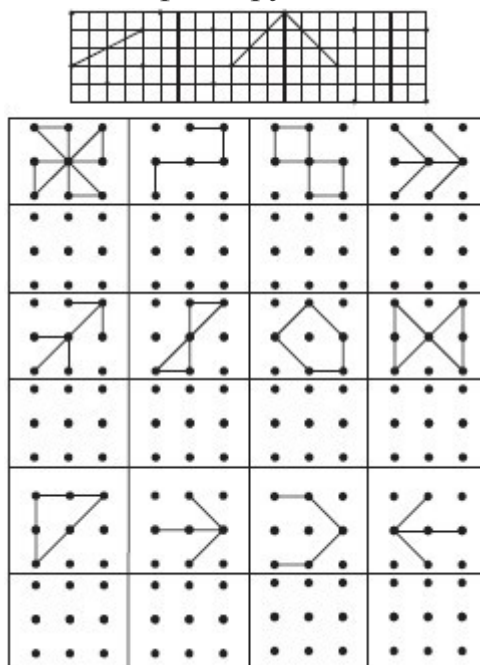




Рисование

По точкам

Ребенка просят соединить точки согласно инструкции под рисунком. Выполнять задания следует следующим образом: карандаш или ручка не отрывается от листа бумаги, лист фиксируется, и его положение не изменяется.



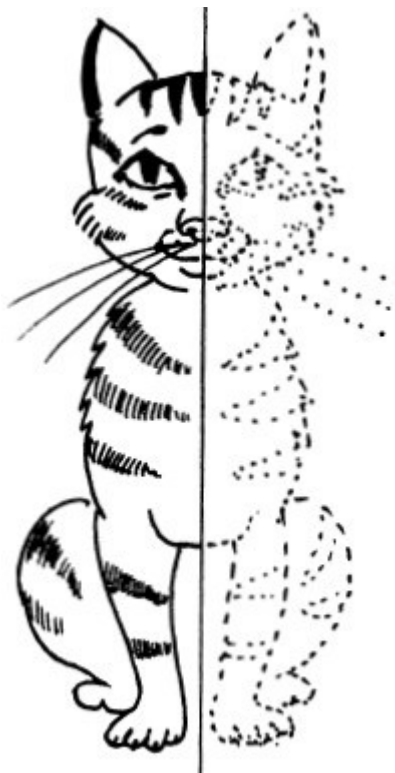
Нарисуй фигурку по точкам, как на образце.

По контурам

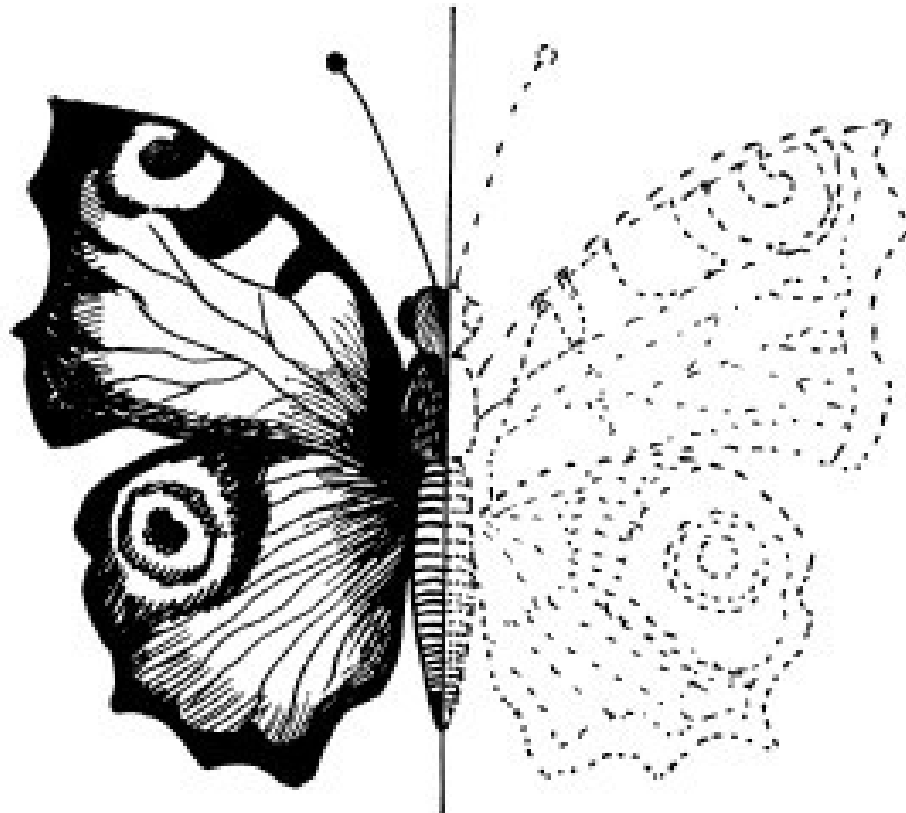
Ребенка просят соединить точки для того, чтобы получился завершенный рисунок.



- Соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.



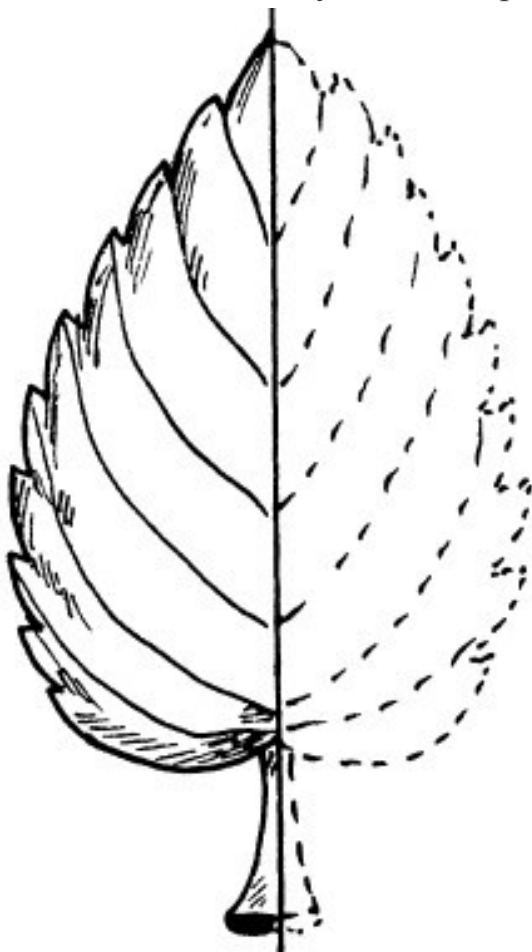
- Соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.



- Соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.



- Соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.

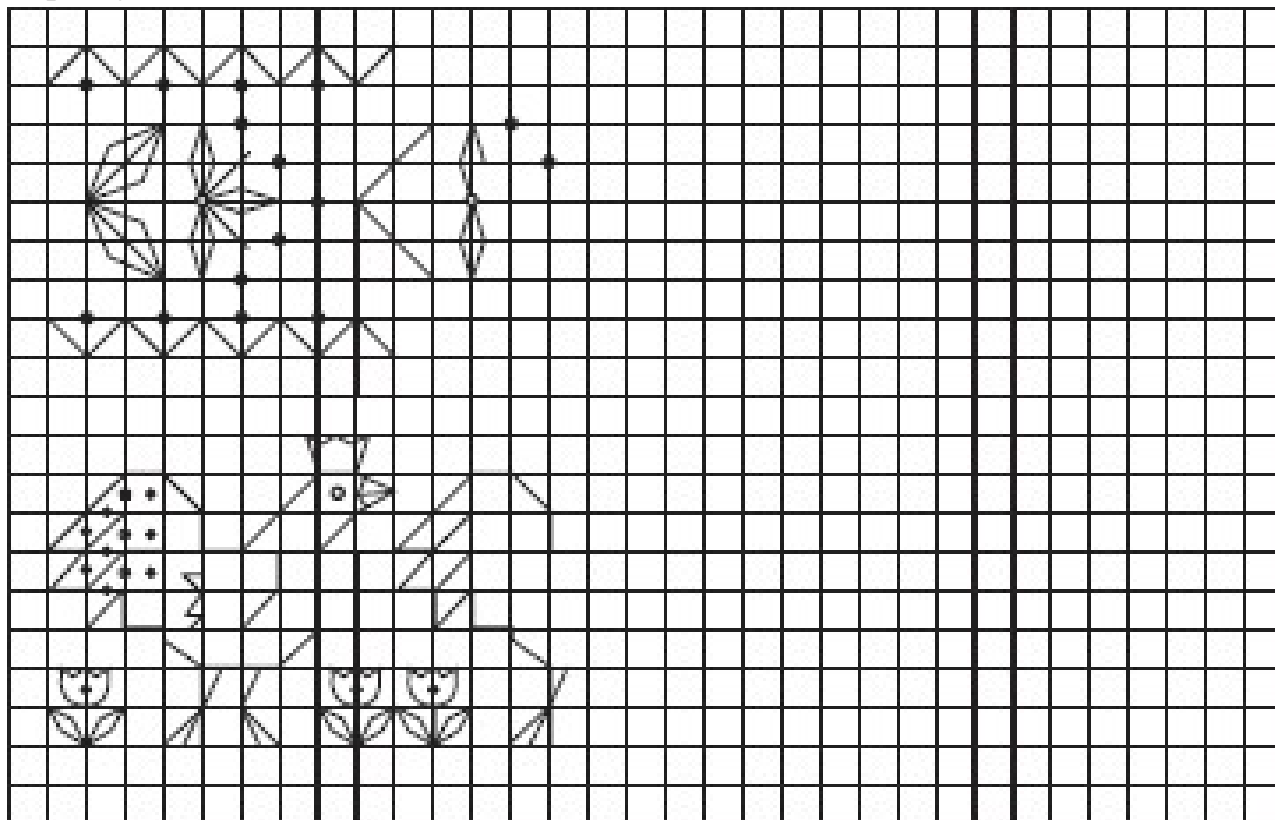


- Соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.

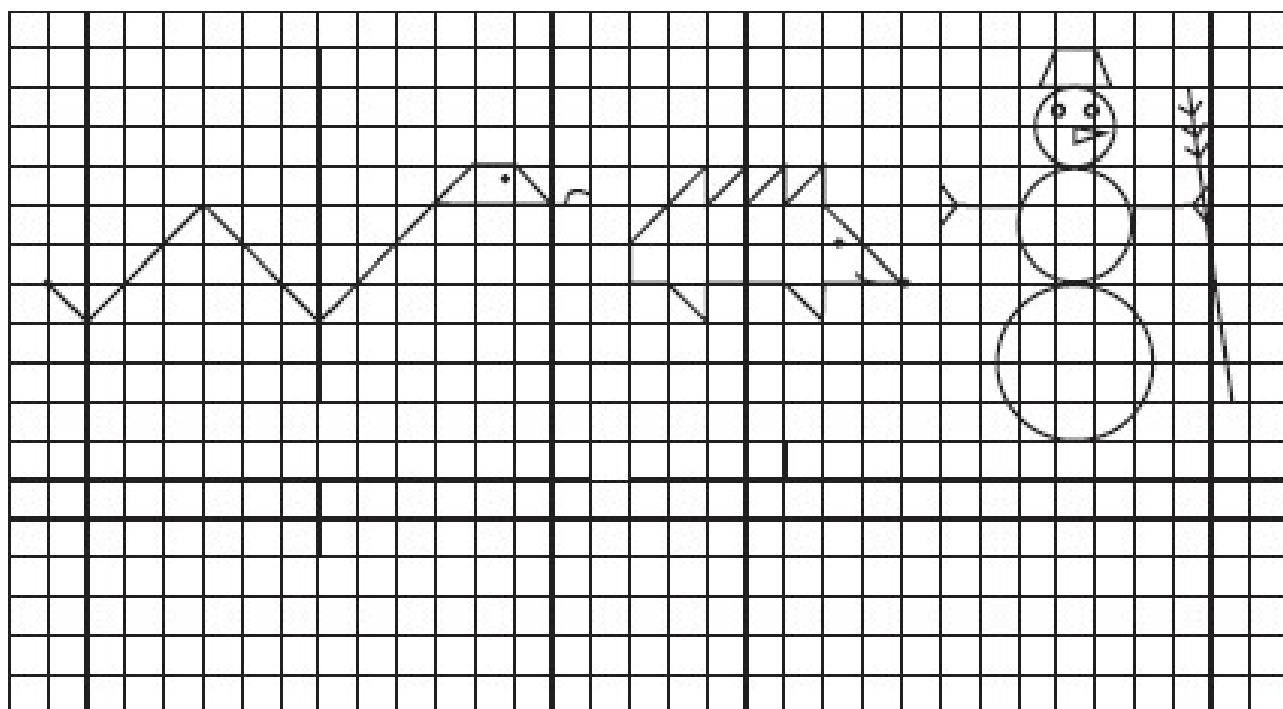


По клеточкам

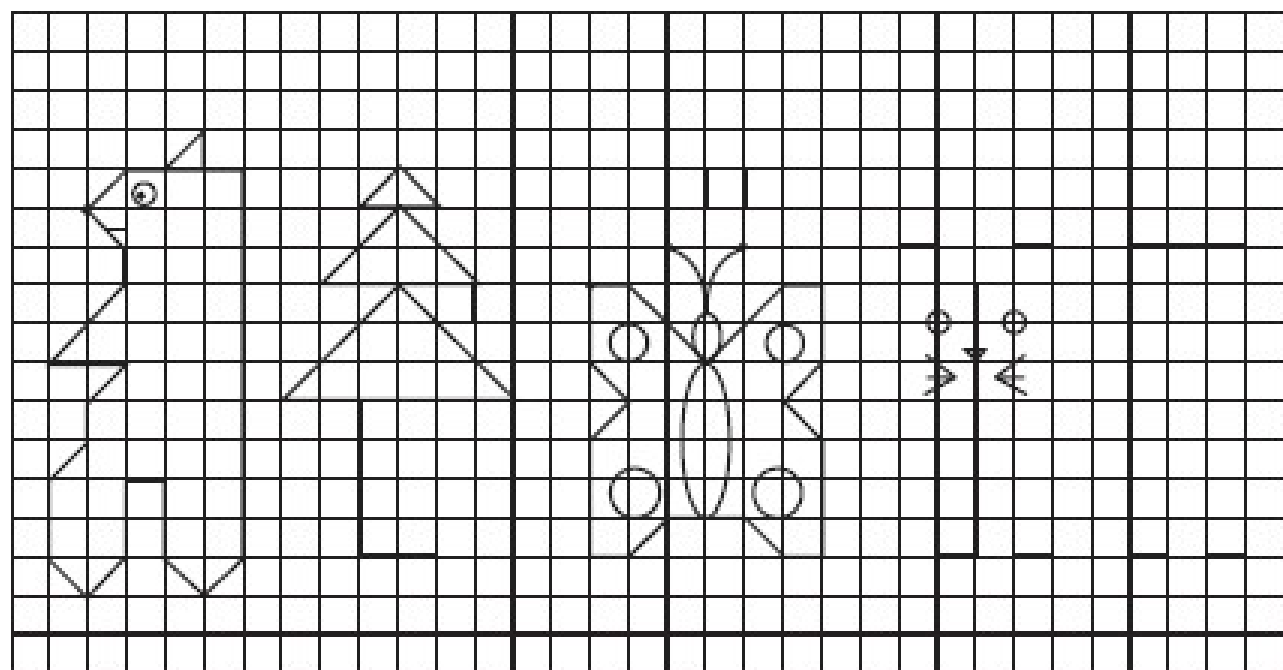
- На бумаге в клеточку просят продолжить узор по заданному образцу.



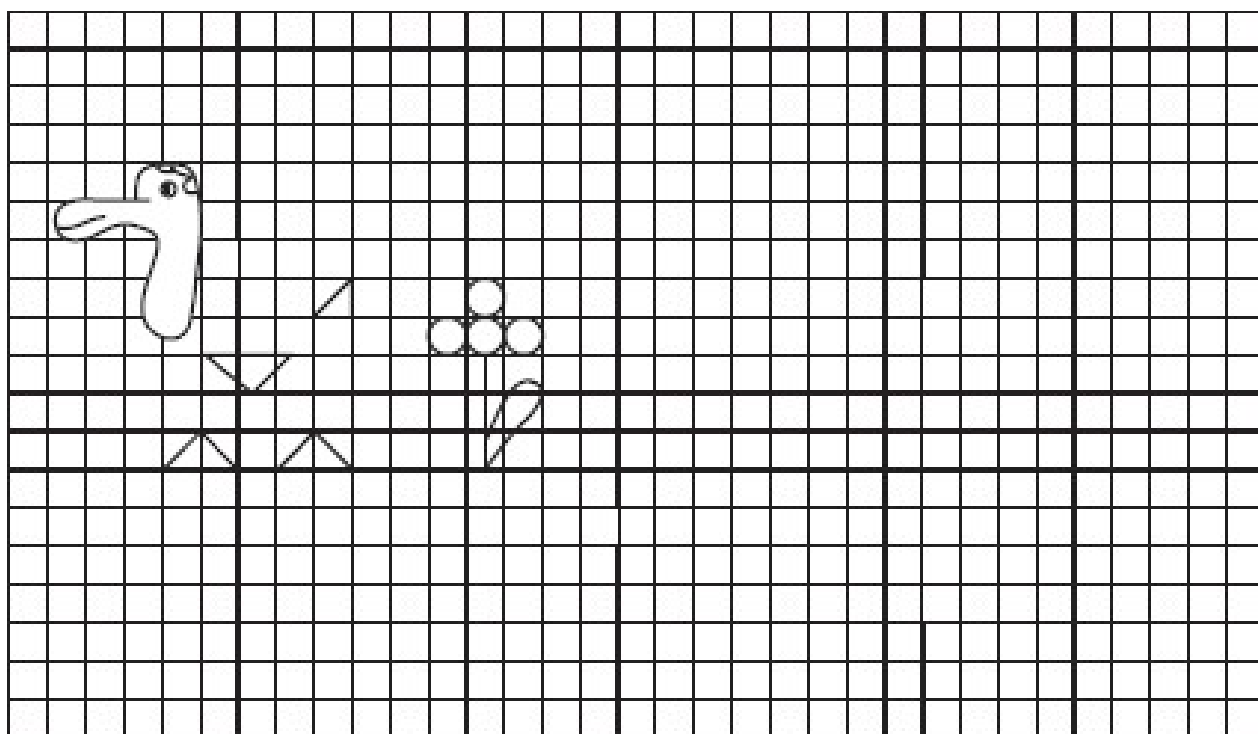
- Ребенка просят закончить рисунок по клеточкам.



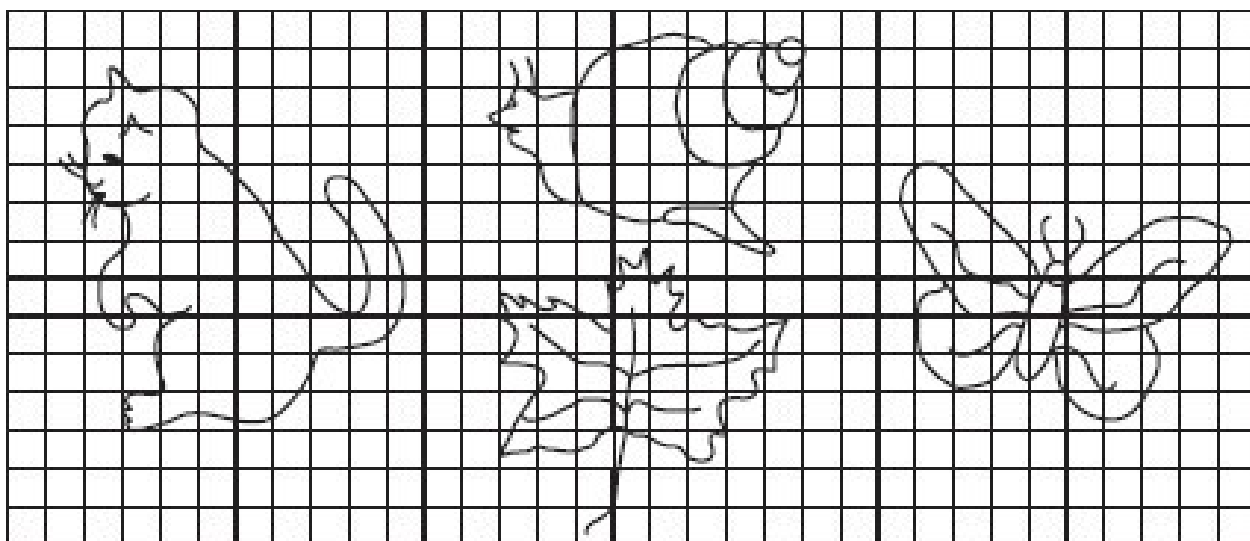
- Ребенка просят закончить рисунок по клеточкам.



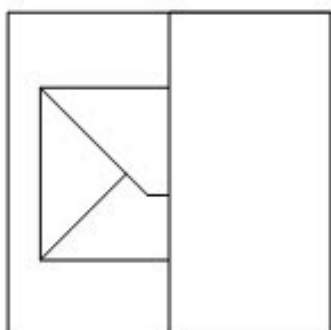
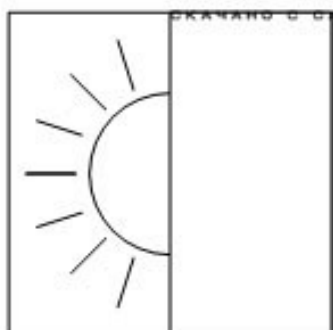
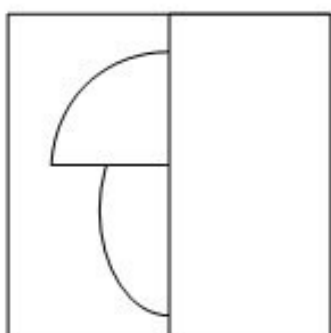
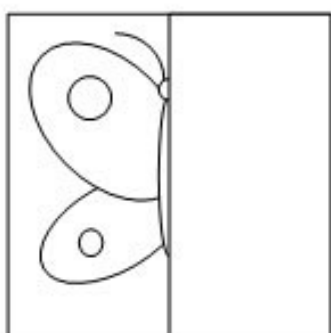
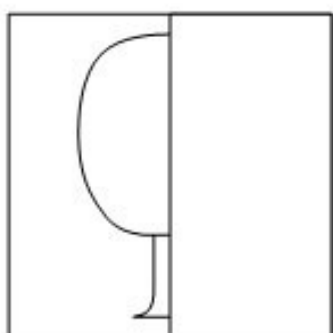
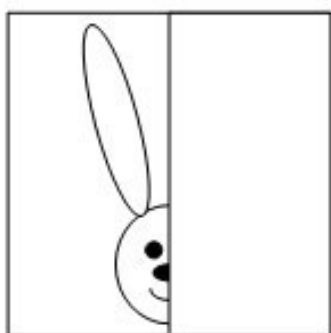
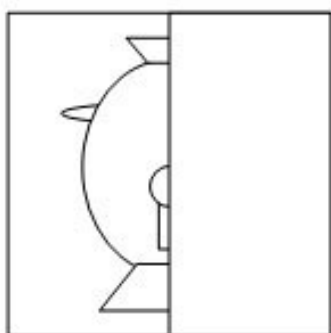
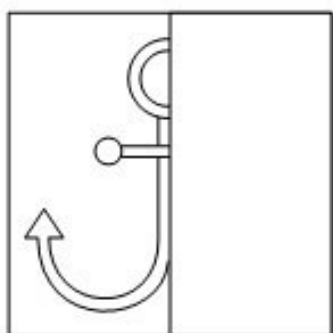
- Ребенка просят закончить рисунок по клеточкам.



- Ребенка просят по заданному образцу нарисовать рисунок на листе бумаги в клеточку.



Симметричное дорисовывание.

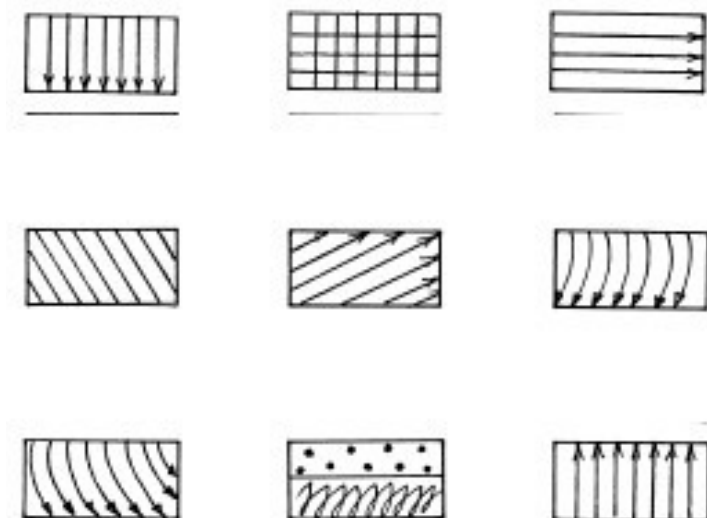


СКАЧАНО С САЙТА: КРАСКИ-РАСКРАСКИ.РФ

Выполнение штриховок

Штриховки с различным направлением движения руки

Ребенка просят выполнить различные виды штриховок по образцам: вертикальные (сверху вниз), горизонтальные (слева направо), наклонные, «клубочками» (круговые движения руки), полукругами. Линии сложной формы должны выполняться одним движением кисти руки. Штриховки вначале должны быть крупными, по мере приобретения ребенком навыка выполнения их размер уменьшается. При этом надо обратить внимание на уменьшение амплитуды движений кисти руки.



INCLUDEPICTURE "https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcS1yplx49PtyH4gfeYXl3gbqdu0rlr2csKEtSeWoJEarreTRQ5SA" * MERGEFORMATINET



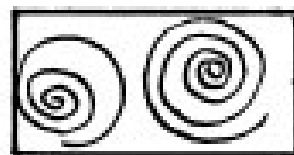
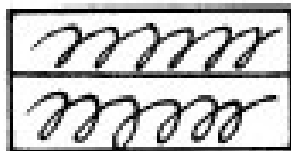
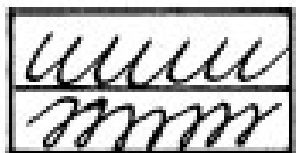
Силуэтные штриховки

Ребенка просят скопировать рисунок, выполняя штриховку по заданному образцу.



Копирование узоров

Детям предлагается внимательно проанализировать и скопировать образцы узоров красивых «ковров» (перед каждым ребенком на столе лежит индивидуальный образец) и как можно точнее срисовать их. После того как копирование узоров будет закончено, можно устроить коллективный анализ и выбрать самые точные, наиболее близкие к оригиналу копии.

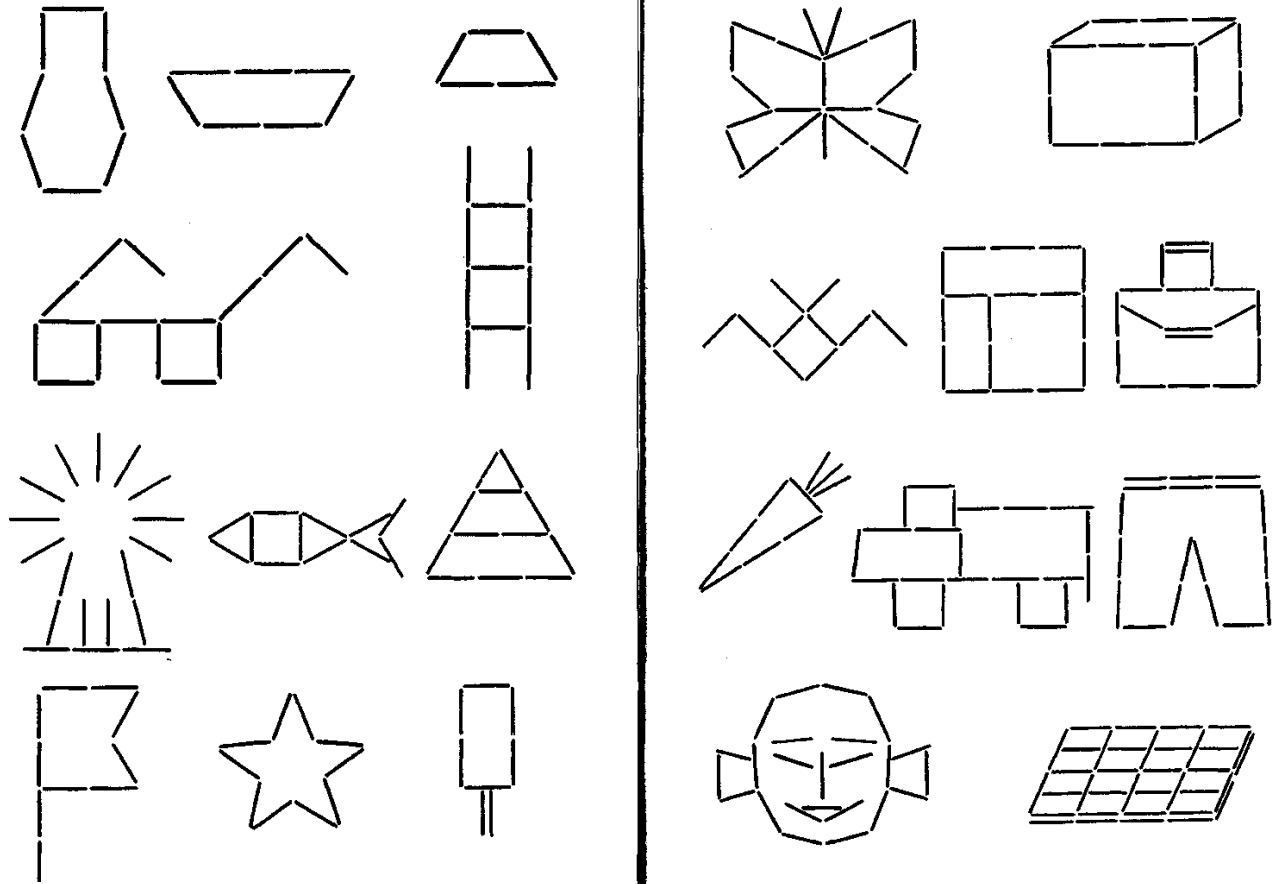


Приложение 9.

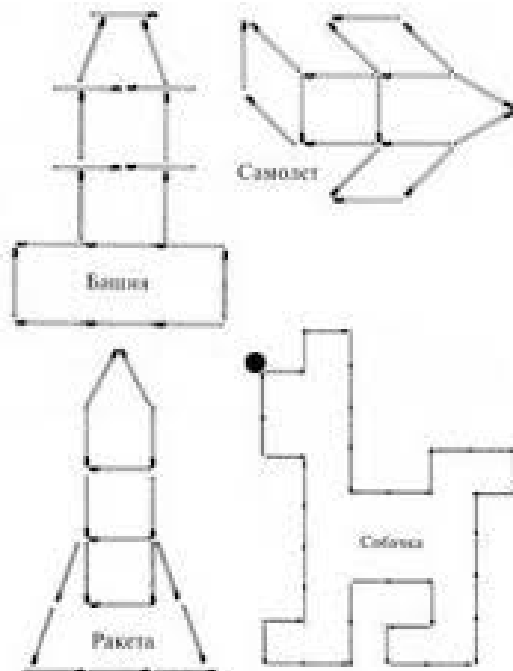
Игры со счетными палочками.

Выложи по образцу.

INCLUDEPICTURE "http://fullref.ru/files/122/4036b2313887609ebf73748270d7fc93.html_files/1.png" * MERGEFORMATINET



INCLUDEPICTURE "https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQGS1NoSJDeTnt7NOTJnuG9cAooASVXKTfx90s4gfLsOfRx3wP" * MERGEFORMATINET



INCLUDEPICTURE

