

Оздоровительная техника

**Развитие ручного праксиса с  
использованием мелких предметов.**

Подготовила:  
Учитель-дефектолог  
МБДОУ № 45 «Малыш»  
Родина Е. Ю.

2020 год.

Рекомендации и упражнения из опыта работы учителя-дефектолога помогут правильно организовать занятия с детьми, сделают их увлекательными. В России, с давних пор было принято с 6-месячного возраста учить ребёнка играть со своими пальчиками. Это были такие игры, как «Ладушки», «Сорока - Белобока» и т. п. Доказано, что тонкая работа пальцами способствует развитию речи у детей. Поэтому очень важно уже с раннего возраста развивать у ребёнка мелкую моторику. Но просто делать упражнения малышу скучно – надо обратить их в интересные и полезные игры.

Под термином *мелкая моторика* понимают координированные движения мелких мышц пальцев и кистей рук. Они важны не только для выполнения различных повседневных действий, но и для стимуляции развития детского мозга. Наряду с развитием мелкой моторики развиваются память, внимание, а также словарный запас малыша.

### **Периоды развития ребёнка в дошкольном возрасте**

Известный итальянский педагог Мария Монтессори определила три периода развития детей:

- \* развитие детской речи (от 0 до 6 лет). В это время происходит два важных события. От 1 года до 2,5 лет быстро расширяется словарный запас ребёнка. В 4 – 4,5 года он осваивает письмо (но только при условии хорошо развитой мелкой моторики);
- \* восприятие мелких предметов (от 1, 5 до 5,5 лет). В этом возрасте ребёнок любит играть пуговицами, бусинами, палочками... При помощи таких предметов можно развивать моторику рук ребёнка. Только обязательно следите, чтобы малыши не брали их в рот;
- \* формирование простейших навыков самообслуживания (от 1 года до 4 лет). В этом возрасте ребёнка учат самостоятельно одеваться, есть и выполнять гигиенические процедуры.

### **Рекомендации**

1. Упражнения по развитию мелкой моторики проводятся в комплексе с артикуляционной гимнастикой и упражнениями на развитие речевого дыхания.
2. Проводите работу по развитию мелкой моторики ежедневно.
3. Если малыш затрудняется с выполнением какого-либо задания, помогите ему.
4. Чередуйте новые и знакомые упражнения. После освоения ребёнком простых двигательных навыков переходите к освоению более сложных.
5. Поощряйте творческую активность ребёнка, пусть он сам придумывает какие-нибудь упражнения.
6. Проводите занятия эмоционально, активно, хвалите детей за успехи.

## Упражнения с резинкой

Края резинки сшиваются таким образом, чтобы получилось кольцо диаметром приблизительно 30 см.

1. Упражнение выполняется стоя. Резинку держим двумя руками перед грудью. Выполняем движения на растягивание в стороны (5-6 раз). Аналогично выполняется упражнение, но резинка растягивается в стороны только указательными пальцами обеих рук (средними пальцами, безымянными пальцами).

2. Упражнение выполняется стоя, правая рука перед грудью, производим движения на растягивание резинки вниз левой рукой. Количество пальцев на левой руке внутри кольца резинки уменьшается. Сначала четыре пальца растягивают резинку, затем – три, два.

3. Меняем руки местами – левая перед грудью, правая внизу (упр. то же).

Рисунок 1



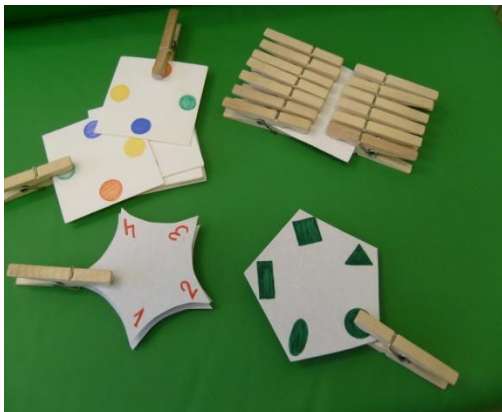
## Упражнения с прищепкой

1. Держим прищепку двумя пальцами правой руки. Учимся открывать и закрывать прищепку.

2. У детей картонные карточки с изображением разноцветных кружков. Поочерёдно прищипываем цветные кружки прищепкой и называем цвет.

3. Прищипываем прищепкой изображенные на карточках геометрические фигуры, буквы, цифры и обязательно проговариваем вслух.

Рисунок 2



### Упражнения с мелкой мозаикой

1. У детей в левой ладонке маленькая коробочка с двумя отделениями. Перекладываем двумя пальчиками (указательным и большим) правой руки разноцветную мозаику из одного отделения в другой. Обязательно называем цвет перекладываемой детали.

2. Начинаем упражнение с 4 деталей и постепенно увеличиваем их количество. Логопед предлагает детям взять пальчиками сначала красную деталь (закрепляем знание цвета), затем зелёную, жёлтую, синюю.

Рисунок 3



## Упражнения с верёвочкой

Длина верёвочки приблизительно 30 см. Если моторика нарушена грубо, на кончиках верёвочки необходимо завязать узелки.

1. Ребёнок держит верёвочку за кончики двумя руками, подушечками пальцев (щепоткой). Выполняем круговые движения кистями рук. Верёвочку крутим от себя и к себе.

2. Крутим верёвочку поочередно правой рукой, затем левой рукой. Верёвочка одним концом свободно свешивается вниз, а другой конец зажат подушечками пальцев.

3. Держим верёвочку двумя руками (кончиками пальцев). Левая рука остаётся на месте, а правой рукой вытягиваем верёвочку на всю длину вверх, затем соединяем кисти рук. То же самое движение выполняется вниз, затем в правую сторону и в левую сторону. Упражнение повторяется, но на месте остаётся правая рука, а левая двигается.

4. Держим верёвочку правой рукой, один конец верёвочки свисает свободно. Перебирая пальчиками по всей длине верёвочки, собираем её в кулачок, сминая в комочек. Повторяем упражнение другой рукой.

Рисунок 4



## Упражнения с маленькой игрушкой «Малышок»

1. «Малышок гуляет на полянке». Прыжки на открытой левой ладонке, Малышок держим пальцами правой руки. Затем проводится смена рук.
2. «Малышок прыгает с кочки на кочку». Пальцы на левой ладонке широко раскрыты, производим нажимы на подушечки пальцев. Затем меняем руки.
3. «Прятки». Закрываем игрушку в кулачке: «Где Малышок? Вот Малышок!» Кулачок открывается и игрушка падает в открытую левую ладонку, поставленную снизу. Игра повторяется, но Малышок прячется в другой руке.

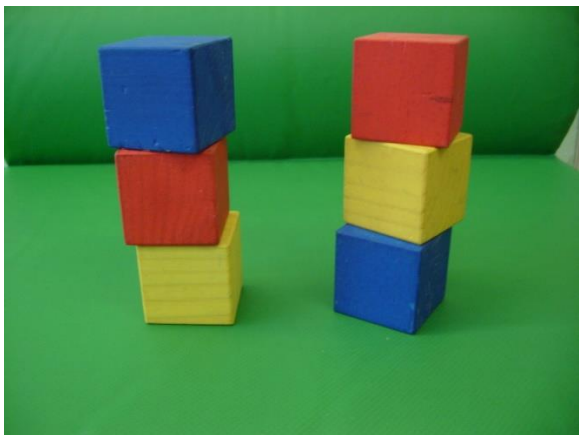
Рисунок 5



## Упражнения с кубиками

1. В правой руке держим три разноцветных кубика составленных один на другой «башенкой». Удержание производится за самый нижний кубик.левой рукой снимаем верхний кубик и приставляем его снизу к «башенке». Удержание производим левой рукой, а правой снимаем верхний кубик. Упражнение повторяется.
2. Данное упражнение выполняется с увеличением количества кубиков.

Рисунок 6



### Упражнения с фантиком

1. Для упражнения используем фантик от шоколадки. Предлагаем смять фантик в комок и скатать круглый шарик между ладошками.
2. Удерживаем шарик между пальцами правой, а затем левой рук.

Рисунок 7



## Упражнения с палочкой

1. Прокатываем ребристую палочку между ладонями в быстром темпе. Разогреваем ладошки.
2. Постукиваем кончиком палочки по подушечкам раздвинутых пальцев, сначала на одной руке, затем на другой руке.
3. Обводим концом палочки контур ладони с раздвинутыми пальцами. Проговариваем направление движения: «Вверх, вниз, вверх, вниз». Называем пальчики: «Большой, указательный, средний, безымянный, мизинец». Выполняется упражнение поочередно на правой и левой руках.
4. Удержание палочки за середину двумя пальцами (указательным и большим), прокатываем палочки между подушечками пальцев вперёд, назад. Выполняем упражнения поочередно правой и левой рукой.

Рисунок 8





### Упражнения со шнурком

На картонном квадрате (любого цвета) сделаны отверстия: одно в центре и восемь по контуру круга на небольшом расстоянии от центра. Один конец белого шнурка закреплён в центре и протянут через центральное отверстие. Выполняем движение - продеваем шнурок в любое отверстие и возвращаемся к центральному отверстию. Таким образом, на картоне появляется изображение снежинки.

Рисунок 9



### Упражнения с пуговицей

1. Пуговица зажимается между указательным и большим пальцем правой руки. Выполняем перехват пуговицы средним и большим пальцем, затем безымянным и большим, и возвращаемся назад – средний и большой, указательный и большой. Выполняем упражнение левой рукой. Затем обеими руками одновременно.

2. Удерживаем пуговицу на ребре большим и указательным пальцем, выполняем мелкие прокатывающие движения вперёд-назад правой, затем левой и, наконец, обеими руками одновременно.

Рисунок 10

