**«Развитие мелкой моторики руки у младших школьников»**

Глебова Елена Викторовна МБОУ СОШ №1,

ст. Новопокровская, Краснодарского края

*«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев»*

*В. А. Сухомлинский*

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 «органом речи», как и артикуляционный аппарат.

Проблемами изучения мелкой моторики школьников в отечественной науке занимались многие исследователи (Д.Б. Эльконин, А.Р. Лурия, Л.Ф. Фомина, М.М. Кольцова, Н.М. Щелованов, Н.Л. Фигурин, М.П. Денисова, М.Ю. Кистяковская и др.). Рaзвитие мелкой моторики тесно cвязaно c рaзвитием познaвaтельной, волевой и эмоционaльной cфер пcихики.

Но в настоящее время все чаще и чаще встречаются дети с тяжелыми нарушениями речи. Поэтому развивать мелкую моторику у детей только в детском саду недостаточно, нужно продолжать эту работу и в начальных классах.

Мелкая моторика рук и уровень развития речи находятся в прямой зависимости друг от друга, что установлено уже давно. Дети с низким уровнем развития моторики быстро утомляются. Им трудно выполнять задания, связанные с письмом. Их внимание быстро рассеивается, появляется чувство тревоги. В дальнейшем это может привести к отставанию в учебе.

Дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь.

**Моторика** – совокупность двигательных реакций (общая моторика, мелкая моторика кистей и пальцев рук, артикуляторная моторика).

Мелкая моторика — это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног. Иными словами – это точное движение пальцев рук и ног. Мелкая моторика влияет на многие важные процессы в развитии ребенка: речевые способности, внимание, мышление, координацию в пространстве, наблюдательность, память (зрительную и двигательную), концентрацию и воображение. Ведь центры головного мозга, отвечающие за эти способности, непосредственно связаны с пальцами и их нервными окончаниями. Вот почему так важно работать с маленькими пальчиками.

Поступая в 1-ый класс, дети с затруднениями мелкой моторики, недостаточной сформированностью навыков зрительно-двигательной координации испытывают затруднения с письмом: у них быстро устает рука, теряется рабочая строка, не получается правильное написание букв; нередко встречается и "зеркальное" письмо, когда ребенок не различает понятия "лево", "право", "лист", "страница", "строка", не укладываются в общий темп работы. Все это отрицательно сказывается на усвоении детьми программы 1 класса и вызывает необходимость организации дополнительных упражнений, цель которых - подготовить руку ребенка к систематическому письму, сформировать элементарные специфические графические навыки письма.

*Для реализации цели определены следующие задачи:*

* Сочетать игры и упражнения для тренировки пальцев с речью детей.
* Сформировать элементарные специфические графические навыки.
* Подготовить руку ребенка к письму.

*Для решения задач использую следующие средства:*

* Развитие графической моторики.
* Особое место занимает штриховка, обведение по трафарету фигур или предметов, с использованием простого и цветного карандашей. Для штриховки используются книги для раскрашивания.
* Обведение контуров. Обвести рисунок точно по линиям, не отрывая карандаш от бумаги.
* Рисование узоров по клеточкам. В образце есть начало узора, необходимо его продолжить.
* Рисование по опорным точкам, пунктирным линиям.
* Раскрашивание картинки.
* Использование физкультминуток, где движения детей сочетаются с речью. Такие физкультминутки способствуют переключению на другой вид деятельности, повышению работоспособности, снятию нагрузки, тренируют психические процессы (память, внимание, слуховое восприятие).
* Массаж рук, пальчиковые игры, пальчиковый тренинг способствуют освоению детьми элементов самомассажа, оказывают оздоровительное воздействие на организм ребенка, улучшают функции рецепторов проводящих путей. Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой стимулируют умственную деятельность, способствуют хорошему эмоциональному настрою, улучшению произношения многих звуков, а значит - развивают речь.

**Массаж рук**

*Массаж рук проводится сначала на одной руке, затем на другой руке.*

1. Поглаживание от кончиков пальцев до середины руки с внешней и тыльной стороны.
2. Разминание пальцев: интенсивные круговые движения вокруг каждого пальца.
3. Интенсивные движения большого пальца вперёд-назад, вверх-вниз, по кругу.
4. Сгибание-разгибание всех пальцев одновременно.
5. Сгибание-разгибание руки в кистевом суставе.
6. Интенсивное растирание каждого пальца.
7. Точечный массаж каждого пальца между фалангами с боковых и фронтально-тыльных сторон.

**Пальчиковый тренинг**

1. Сжать пальцы в кулак и сделать круговые движения кистью влево, Затем вправо. 4-5 раз.
2. С силой сжимать и разжимать пальцы. 5-6 раз.
3. Выпрямить пальцы, большой палец отвести в сторону и проделать им круговые движения сначала влево, затем вправо. 4-6 раз.
4. Выпрямить пальцы, одновременно сгибать и разгибать две первые фаланги. 5-6 раз.
5. Развести прямые пальцы, последовательно, веерообразным движением, начиная с мизинца, согнуть все пальцы в кулак. Затем, начиная с большого пальца, вернуться в исходное положение. 3-4 раза.
6. Сжать пальцы в кулак. Попробовать разгибать и сгибать отдельно каждый палец. Стремиться к тому, чтобы другие оставались собранными в кулак. Упражнения выполняются сидя, локти поставлены на стол. Постепенно довести количество повторений до 10-15 раз. Закончив гимнастику, следует потрясти расслабленными кистями и сделать массаж.

**Пальчиковые игры**

*Пальчиковые игры* – культурное наследие немецкого народа. Они увлекательны, способствуют развитию речи, творческой деятельности, вырабатывают ловкость, умение управлять своими движениями, активизируют моторику руки. Дети изображают из пальцев предметы, птиц, животных. Все фигуры с небольшим стихотворным сопровождением.

* Игры (дидактические, театрализованные, "театр в руке", сюжетно-ролевые) позволяют повысить общий тонус, развивают внимание, память, снижают психоэмоциональное напряжение, развивают воображение.
* Сюжетно-тематические занятия по аппликации, конструированию, рисованию, и лепке способствуют развитию познавательных и творческих способностей, развитию навыков и умений детей, координации движений пальцев рук, способствуют развитию речи.
* Чтение художественной литературы, потешек расширяет горизонты познания, стимулирует речевое и интеллектуальное развитие, расширяет словарный запас.
* Использование графических упражнений учит ориентироваться на ограниченной плоскости, развивают мыслительную деятельность, внимание, память ребенка, приучают руку к сознательным, точным, целенаправленным движениям.

**Чтобы развитие мелкой моторики пальцев рук стало увлекательной игрой, предлагаю использовать разнообразные приемы не только в школе, но и дома с родителями:**

* Пальчиковая гимнастика;
* Показ при помощи рук различных изображений ("очки", " стул", "колокольчик", "зайка" и.т.д.), которыми может сопровождаться чтение потешек или сказок;
* Обрывание бумаги разной плотности и фактуры (салфеток, газетной, картона)
* Сминание пальцами комочков из бумаги;
* Перебирание и сортировка круп и семян (рис, пшено, горох, фасоль и др.)
* Завязывание и развязывание бантов, узлов;
* Застегивание пуговиц, молний, крючков;
* Нанизывание бус, пуговиц и мелких игрушек на леску, работа с проволокой;
* Конструирование из палочек, полосок узоров различными пальцами;
* Лепка из пластилина.
* Конструирование
* Рисование различными материалами (карандашом, мелом, цветными мелками, акварелью, гуашью и т.д.)
* Симметричное вырезание, аппликация, вырезание ножницами различных фигурок из старых картинок.

Все виды занятий – кропотливый, интересный труд, который развивает внимание, совершенствует сенсомоторику – согласованность в работе глаза и руки, координации движений, их точность.

**В работе по развитию мелкой моторики придерживаюсь некоторых правил:**

1. Задание подбираю с учетом их постепенно возрастающей сложности.
2. Учитываю индивидуальные особенности ребенка, темп его развития, возможности, настроение.
3. Работу провожу регулярно, систематически.
4. Соблюдаю временной регламент, чтобы не вызвать переутомления ребенка.
5. Повышаю у детей интерес к упражнениям и заданиям, превратив их в занимательную игру.
6. Забочусь о том, чтобы деятельность ребенка была успешной, тогда подкрепляется его интерес к играм и занятиям.
7. Стараюсь, чтобы процесс обучения и развития сформировывал у детей положительную мотивацию.

И в заключении хочу сказать, что использование упражнений, игр, заданий для развития и совершенствования мелкой моторики кисти и пальцев рук дает положительную динамику в развитии мелкой моторики и развитии речи детей в целом.

**Упражнения для развития мелкой моторики детей**

При работе с учащимися младших классов особое внимание следует уделять упражнения для развития тонкокоординированных движений кистей рук. У детей младшего школьного возраста кисти рук еще только формируются и чрезмерные двигательные нагрузки (непрерывное письмо) для них нежелательны. Процесс письма в основном осуществляется мелкими червеобразными мышцами, которые еще недостаточно развиты. Известно, что формирование кисти рук к 7 годам не заканчивается. Окостенение костей запястья и фаланг пальцев завершается лишь в 10-13 лет. Гигиенические исследования подтвердили необходимость ограничения письменных работ в 1-ом классе 7-10 минутами (В. М. Зубкова). Установлена также оптимальная длительность непрерывность письма для детей 1-го класса – от 3 минут до 5 минут 20 секунд (Н. Н. Куинджи). В 4-ом классе беспрерывное письмо может осуществляться уже в течение 17-20 минут.

1. ***Птичка***

Вариант 1.

Это упражнение служит для развития мышц кисти. Дети соединяют большой и средний палец, а сверху кладут указательный, словно держат ручку. Во время выполнения упражнения работает только кисть. Дети движениями кисти вверх-вниз, влево-вправо отвечают на вопросы.

* Птичка хочет есть?

Движением кисти вверх-вниз дети отвечают: «Да».

* Птичка хочет пить?

Движением кисти вверх-вниз дети отвечают: «Да».

* Птичка хочет спать?

Движение кисти влево-вправо дети отвечают: «Да».

* Птичка хочет играть?

Движением кисти влево-вправо дети отвечают: «Нет».

Вариант 2.

Учитель предлагает детям показать, как курочка клюет зернышки.

Вариант 3.

Упражнение направлено на развитие свободного движения указательного пальца. Подушечки большого и среднего пальца прижаты друг к другу. Дети несколько раз поднимают средний палец вверх. Безымянный палец и мизинец прижаты к ладони. Учитель предлагает детям показать, как «у птички открывается клювик».

1. ***Здравствуйте***

Дети поочередно касаются подушечками пальцев каждой руки большого пальца этой же руки.

Подушечками пальцев одной руки дети поочередно касаются подушечек пальцев другой руки.

*3****. Мишка, Снежинки, Зайчик***

Все эти упражнения проводятся по одному принципу. Дети поочередно с разной силой надавливают на подушечку большого пальца остальными пальцами руки.

«Мишка» – с силой.

«Снежинки» - слегка касаясь.

«Зайчик» – отрывисто.

*4.* ***Лесная история***

Учитель рассказывает историю, которая случилась в лесу, а дети показывают ее с помощью движений рук.

* Выбежали зайки на поляну. Прыг-скок, прыг, скок.

Отрывистыми движениями дети барабанят подушечками пальцев по парте, изображая зайчиков.

- Пришла лиса. Она шла очень тихо и осторожно.

Дети мягко нажимают на подушечки пальцев, касаясь парты.

* Лиса шла не только тихо, но и незаметно. Своим хвостом она заметала следы.

Дети имитируют движения хвоста, покачивая кистью то в одну, то в другую сторону.

- Зайцы увидели ее и бросились врассыпную.

Ударами сразу всех пальцев обеих рук дети имитируют заячьи прыжки.

*5.* ***Солнышко***

- Как светит солнышко летом?

Дети широко растопыривают пальцы, хорошо растягивая все мышцы ладони.

- Как светит солнышко зимой?

Пальцы собираются в щепотку.

Каждое упражнение повторяется несколько раз.

*6.* ***Моем ручки***

Дети повторяют знакомые движения, совершаемые при мытье рук.

*7.* ***Волны***

Пальцы сцеплены в замок. Поочередно открывая и закрывая ладонь, дети имитируют движение волны.

*8****. Ребро, ладонь, кулак***

Дети работают обеими рука одновременно. Поочередно на парту кладутся ребро ладони, открытая ладонь и кулак.

***9. Семья***

Пальцы обеих рук сжаты в кулак. Локти стоят на столе. Начиная с мизинца, дети одновременно раскрывают оба кулачка, поднимая по одному пальчику.

Этот пальчик – бабушка.

Этот пальчик – дедушка.

Этот пальчик – папа.

Этот пальчик – мама.

Этот пальчик – я.

Вот и вся моя семья.

***10 Апельсин***

* Мы делили апельсин.

Дети показывают апельсин – пальцы полусогнуты, словно в руках мяч.

- Много нас, а он один.

Ладонь сначала раскрыта, затем пальцы сжимаются в кулак, прямым остается только большой палец каждой руки.

* Эта долька – для ежа,
* Эта долька – для стрижа,
* Эта долька – для утят,
* Эта долька – для котят,
* Эта долька – для бобра.

Ладони сжаты в кулак. Начиная с большого пальца, дети начинают раскрывать кулаки, на каждую фразу по пальцу.

* А для волка… кожура.
* Он сердит на нас – беду!
* Разбегайтесь кто куда.

Дети раскрывают и закрывают ладонь, сжимая пальцы в кулак на каждое слово последних двух фраз.

***11. Мышки***

Вышли мышки как-то раз

Поглядеть который час.

Дети при помощи пальцев изображают, как выходят мыши.

Раз, два, три, четыре.

Мыши дернули за гири.

Пальцы сжаты в кулак. Большой палец всегда прижат к ладони. Остальные пальцы поочередно разгибаются на каждое слово. Затем снова возвращаются в исходное положение. Имитируется движение «дернули».

Тут раздался страшный звон.

Дети касаются руками головы, слегка покачивая ею.

Разбегайтесь, мышки, вон.

Перемещая пальчики по парте, дети изображают бег мышей.

***12. Цепочка***

Пальчики перебираем

И в цепочку собираем.

Подушечками пальцев дети поочередно касаются большого пальца. Затем на обеих руках из указательного и большого пальцев составляют колечко и сцепляют колечки так, чтобы получилась цепочка.

***13. Елка***

Елка быстро получается,

Если пальчики сцепляются.

Локотки ты подними,

Пальчики ты разведи.

Пальцы сцепляются в замок. Затем пальцы поднимаются вверх и опускаются вниз. Получается елочка.

***14. Бинокли***

Составление из пальцев овалов.

Учитель говорит детям, что бинокли бывают разные. Поочередно каждый палец на руке соприкасается подушечкой с большим пальцем – получается овал. Дети смотрят в образовавшиеся бинокли.

***15. Солнечные зайчики***

Мы писали, мы писали,

Наши пальчики устали.

Вы скачите, пальчики,

Как солнечные зайчики.

Прыг-скок, прыг-скок.

Прискакали на лужок.

Ветер травушку качает,

Влево, вправо наклоняет.

Вы не бойтесь ветра, зайки,

Веселитесь на лужайке.

Дети придумывают на каждую строчку жесты, изображающие движения зайчиков.

***16. Домик***

Раз, два, три, четыре, пять.

Разжимаем пальцы из кулака по одному, начиная с большого пальца.

Вышли пальчики гулять.

Ритмично разжимаем все пальцы вместе.

Раз, два, три, четыре, пять.

Поочередно сжимаем широко расставленные пальцы в кулак, начиная с мизинца.

В домик спрятались опять.

Возвращаемся в исходное положение.

***17. Замок***

На двери висит замок.

Кто его открыть бы смог?

Быстрое соединение пальцев в замок.

Потянули…

Пальцы сцеплены в замок, дети тянут руки в разные стороны.

Покрутили…

Выполняют волнообразные движения кистями рук.

Постучали…

Пальцы сцеплены в замок, дети стучат ладошками друг об дружку.

И открыли!

Пальцы расцепились.

### **18 Засолка капусты**

Мы капусту рубим.

Ребром ладони дети показывают, как они рубят капусту.

Мы капусту трем.

Кулачком правой руки дети трут о раскрытую ладонь левой руки.

Мы капусту солим.

Движением пальцев имитируется посыпание солью.

Мы капусту жмем.

Дети интенсивно сжимают пальцы обеих рук в кулаки.

***19. Лепим снежки***

Дети показывают, как они лепят снежки и бросают точно в цель.

***20. Улыбка***

Ваши пальцы все проснутся,

Ваши губы улыбнутся.

Даже ваши пальцы в танце.

И чего же тут скрывать,

Каждым пальцем, каждым пальцем

Можно танец танцевать.

Дети показывают движения, соответствующие каждой строчке.

***21. Волшебные пальчики***

Вот помощники мои,

Их как хочешь, поверни.

Раз, два, три, четыре, пять.

Не сидится им опять.

Постучали, повертели

И работать расхотели.

Дети отдельно массируют каждый пальчик той руки, которой пишут, приговаривая при этом слова.

Этот пальчик хочет спать.

Этот пальчик, прыг в кровать.

Этот рядом прикорнул.

Этот пальчик уж уснул.

А другой давненько спит.

Кто у нас еще шумит?

Далее каждой строчке соответствует движение, о котором в ней говорится.

Тише, тише, не шумите.

Пальчики не разбудите.

Утро ясное придет,

Солнце красное взойдет.

Станут птички распевать,

Станут пальчики вставать.

Просыпайся детвора!

В школу пальчикам пора!

***22. Здравствуй, пальчик***

Проговаривая каждую строчку, дети массируют пальчик той руки, которой пишут, загибая его в кулачок.

Пальчик-пальчик, где ты был?

С этим братцем в лес ходил.

С этим братцем щи варил.

С этим братцем кашу ел.

С этим братцем песни пел.

Этот пальчик в лес пошел.

Этот пальчик гриб нашел.

Этот пальчик чистить стал.

Этот пальчик жарил сам.

Этот пальчик сам все съел,

Оттого и потолстел.

***23. Мы шьем***

Учитель читает стихотворение, а дети показывают, что умеют делать их пальчики.

Нитку вдеть – для пальца

Непосильный труд,

Но зато два пальца

Платьице сошьют.

Три в тетради нашей

Пишут хоть куда.

Десять поле пашут,

Строят города.

***24. Ручки***

Где ладошки – тут? Тут.

Дети показывают открытые ладошки.

На ладошках – пруд? Пруд.

Хлопают в ладоши. Потом на каждую строчку стихотворения массируют каждый пальчик.

Палец большой – гусь молодой.

Указательный палец – поймал.

Средний палец – пощипал.

Этот пальчик – печь топил.

Этот пальчик – суп варил.

Полетел гусь прямо в рот. Вот.

***25. Деревья***

Дети изображают деревья, подняв руки вверх. Сначала «поникли листочки» – опускаются пальчики. Потом «веточки» – кисти, «ветви» - предплечья№ «деревья уснули» – опускаются руки.

***26. Кулачки***

Дети крепко сжимают пальцы в кулачок. Считают до десяти. Легко приподнимают и роняют расслабленную кисть.

Руки на коленях,

Кулачки сжаты,

Крепко, с напряжением,

Пальчики прижаты.

Кулачки упали.

Пальчики разжали.

Исаева С. А. Физкультурные минутки в начальной школе: Практическое пособие. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 48 с. – (Методика.)

**Приложение**

**Упражнения, облегчающие написание букв**

*Для развития мелкой моторики и подготовки руки к письму предлагаю методику, разработанную Т.В.Фадеевой.*

* Упражнение 1. Ладошки лежат на парте. Дети поднимают пальцы по одному сначала на одной руке, затем на другой.
* Повторяют это упражнение в обратном порядке.
* Упражнение 2. Ладошки лежат на парте. Дети поднимают пальцы сразу на обеих руках, начиная с мизинца.
* Упражнение 3. Дети зажимают ручку или карандаш средним и указательным пальцами. Сгибают и разгибают эти пальцы, следя за тем, чтобы ручка (или карандаш) не опускались ниже большого пальца.
* Упражнение 4. На столе лежит 10-15 карандашей или счетных палочек. Одной рукой надо собрать их в кулак, беря по одной штуке, затем также по одной положить на стол (выполнять, не помогая второй рукой).
* Упражнение 5. Дети зажимают ручку вторыми фалангами указательного и среднего пальцев и делают «шаги» по поверхности стола.
* Упражнение 6. Один конец ручки зажимают средним и указательным пальцами правой руки. При этом другой конец направлен от груди. Нужно, перевернув ручку, вложить ее в левую руку свободным концом. Затем очередным переворотом вкладывать ручку в правую руку и т.д.
* Упражнение 7. Это упражнение напоминает перекладывание мячика в руках. Дети, представив себе, что у них в ладошках мячик, делают движения, имитирующие поворачивание мячика в разные стороны.

**Упражнения с карандашом**

Необычные виды массажа рук карандашом вызывают у детей особый интерес, поскольку сочетают тактильное воздействие и игру. Вы прекрасно сможете разучить вместе с ребенком эти несложные упражнения. Очень нравятся детям упражнения, которые сочетаются с проговариванием коротких стихотворных рифмовок.

Девочки и мальчики,

Разминаем пальчики.

Карандашиком потрём

И ладошки разомнём!

Карандаш в руке катаю,

Между пальчиков верчу!

Непременно каждый пальчик

Быть послушным научу!

***Правила проведения упражнений с карандашами***

Вначале движения делают медленно. С улучшением уровня координации движения убыстряются по желанию детей. Для достижения желаемого результата необходимо регулярное выполнение этих упражнений.

Заканчивать упражнения необходимо поглаживанием кистей рук (движения имитируют намыливание ладоней при мытье рук).

«Стряхните» воображаемую воду с пальцев.

«Утюжок» Карандаш я покачу. Вправо-влево – как хочу.

***Прокатывание карандаша по поверхности стола.***

Возьми толстый карандаш. Положи его на стол. «Прогладь» карандаш сначала одной ладонью, потом другой. Покатай карандаш по столу.

***Прокатывание карандаша между ладонями.***

Положи карандаш на одну ладошку, прикрой её другой. Прокатывай карандаш между ладонями сначала медленно, а потом быстрее, от кончиков пальцев к запястьям. А теперь попробуй сделать это сразу с двумя карандашами. Получилось?

***«Догонялочка»***

Пальчики бегут вперёд,

И никто не отстаёт.

***Вращение карандаша вокруг своей оси пальцами обеих рук.***

Возьми карандаш всеми пальчиками. Покрути его. Пусть пальчики бегут по карандашу, догоняя друг друга.

***«Качели»***

Покачаю вверх и вниз

Крепче, карандаш, держись!

Прижимание попеременно указательным и безымянным пальцами концов карандаша к поверхности стола.

Положи тонкий короткий карандаш на средний палец прижатой к столу ладони. Указательным и безымянным пальцами попеременно нажимай на концы карандаша.

***«Горка»***

Скатывание карандаша с тыльной поверхности кисти руки.  
Положи карандаш на тыльную сторону кисти. Наклони руку вниз. Придерживай карандаш другой рукой. Пусть он скатится вниз с твоей руки, как с горки.

***«Волчок»***

По столу круги катаю, Карандаш не выпускаю.

Вращение карандаша на столе указательным и большим пальцами. Вращай карандаш на столе двумя пальцами сначала одной руки, а потом другой. Попробуй сделать то же большим и средним пальцами.

***«Вертолет»***

Отправляется в полёт. Наш красавец-вертолёт.

Вращение карандаша между большим, указательным и средними пальцами

Возьми карандаш двумя пальцами. Покрути его. Пусть он вращается быстро-быстро, как винт вертолёта.

***«Эстафета»***

Передача карандаша каждому пальчику поочерёдно.  
Сожми карандаш указательным пальцем, подержи, передай его указательному пальцу другой руки. А теперь удерживай карандаш средним пальцем. Передавай карандаш, как эстафетную палочку, другим пальцем.

***«Ладошка»***

Нарисую я ладошку,

Отдохну потом немножко.

Обрисовка тупым концом карандаша ладони, лежащей на столе, массируя карандашом межпальцевые зоны. Положи ладонь на стол. Широко раздвинь пальцы. Обведи несколько раз каждый палец тупым концом карандаша.

Такой массаж и игры с карандашами стимулируют речевое развитие малыша, способствуют овладению тонкими движениями пальцев, улучшают кровоснабжение пальцев рук.

**Пальчиковые упражнения**

***Семья***

Исходное положение: сжать пальчики в кулачок. Затем поочередно разгибать их, начиная с большого пальца.

* Этот пальчик – дедушка,
* Этот пальчик – бабушка,
* Этот пальчик – папочка,
* Этот пальчик – мамочка.
* Этот пальчик – это я.
* Вот и вся моя семья.

(На слова последней строчки ритмично сжимать и разжимать пальцы.)

***Дни недели***

В понедельник я стирала, (кулачки трём друг о друга). Пол во вторник подметала, (кисти расслабленных рук вниз и делаем имитирующие движения по столу), В среду я пекла калач, (лепим "пирожки"). Весь четверг искала мяч, (правую руку подносим ко лбу и делаем "козырёк"). Чашки в пятницу помыла, (пальцы левой руки полусогнуты, ладонь стоит на ребре, а указательным пальцем правой руки водим по кругу внутри левой руки). А в субботу торт купила, (ладошки раскрыты и соединены вместе по стороне мизинцев). Всех подружек в воскресенье. Позвала на день рождения. (машем ладошками к себе)

***Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук***

1. Лепка из глины и пластилина. Это очень полезно и отлично влияет на развитие мелкой моторики рук, причём лепить можно не только из пластилина и глины. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков. Используя любую возможность, чтобы улучшать мелкую моторику рук ребенка.
2. Рисование или раскрашивание картинок – хорошее упражнение на развитие мелкой моторики рук. Обратить внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Если мальчик рисует только машины и самолёты, а девочка похожих друг на друга кукол, то это вряд ли положительно повлияет на развитие образного мышления ребёнка.
3. Изготовление поделок из бумаги. Например, вырезание самостоятельно ножницами геометрических фигур, составление узоров, выполнение аппликаций. Ребёнку нужно уметь пользоваться ножницами и клеем. По результатам таких работ вы сможете оценить, насколько развита мелкая моторика рук и движения пальчиков ребенка.
4. Изготовление поделок из природного материала: шишек, желудей, соломы и других доступных материалов. Кроме развития мелкой моторики рук эти занятия развивают также и воображение, фантазию ребенка.
5. Конструирование. Развивается образное мышление, фантазия, мелкая моторика рук.
6. Нанизывание бус и пуговиц. Можно сделать бусы из рябины, орешков, семян тыквы и огурцов, мелких плодов и т. д. Интересное занятие для развития воображения, фантазии и мелкой моторики рук.
7. Плетение косичек из ниток, венков из цветов.
8. Все виды ручного творчества: для девочек – вязание, вышивание и т.д., для мальчиков – чеканка, выжигание, художественное выпиливание и т.д.

**Упражнения на развитие мелкой моторики рук на уроках изобразительного искусства.**

*Рисование по точкам.* Педагог заранее готовит схему рисунка, расставляя контурные точки. Ребенку предлагают соединить точки линией. Получившийся контур дорисовать, раскрасить, придумать сюжет и дать название.

*Волшебные пятна (кляксы).* Назвать изображения и придумать историю.

*Рисование в воздухе.* Педагог рисует в воздухе какую-либо фигуру, изобража­ющую простой предмет. Затем просит ребенка повторить изображение сначала в воздухе, а потом на бумаге.

*Рисование ножницами*. Данная методика развивает у ребёнка не только внимательность, но и так называемую зрительно – моторную координацию и мелкую моторику кисти рук. Для данного занятия необходимо подобрать хорошие ножницы: небольшие и с острыми концами. Обучающимся были, показаны вазы разной формы, ребята могли рассмотреть, ощупать, что дало обеспечение перцептуальному развитию и развитию сенсомоторной функции. В данной методике происходит интеграция образа округлых форм и двигательных навыков на уровне кинестетико-визуально-моторной координации.

*Графическая музыка.* Ребенку предлагают под музыку, закрыв глаза, проводить на бумаге линии в соответствии с восприятием мелодии. Найти в этих линиях образы и обвести их карандашами разного цвета (рыбка, черепаха, птица и т.д.).

Игры-упражнения с изобразительным материалом — экспериментирование с красками, карандашами, бумагой, пластилином, мелом и т.д. с целью изучения их физических свойств и экспрессивных возможностей. Могут быть полезны для детей младшего школьного возраста с целью стимулирования интереса к изобразительной деятельности и для детей более, старшего возраста в случае эмоциональных расстройств. Эффект упражнений — в стимулировании потребности в изобразительной деятельности и интереса к ней, уменьшение эмоциональной напряженности, формирование чувства личностной безопасности, повышение уверенности в себе, формирование интереса к исследовательской деятельности и стимулирование познавательной потребности.

*Рисунок на асфальте.* Ребенку дают цветные мелки и предлагают нарисовать все, что ему хочется.

*Рисунок на стекле.* Кусок стекла размером с альбомный лист аккуратно оклеить липкой лентой (чтобы не пораниться) или вставить в деревянную рамку. Рисовать можно красками, фломастерами, мелками все, что захочется. С обратной стороны листа можно подкладывать разноцветные листы бумаги (фон), из-за чего эмоциональное восприятие рисунка будет меняться. Затем стекло протирается тряпкой. Можно рисовать на оконном стекле.

*Восковой рисунок.* Лист бумаги натирается свечой. Затем раскрашивается красками или мелками.

*Пластилиновая живопись.* Педагог, нарисовав предварительно контурное изображение предмета, предлагает ребенку размазать немного пластилина на поверхности картона, не выходя за контур. Можно использовать несколько цветов, накладывая их друг на друга, чтобы придать объемность. Излишки пластилина убираются.

*Отпечатки.* Использовать предметы с рельефной поверхностью, найденные на природе (камешки, ракушки, шишки). Создать из отпечатков целостную композицию или образ.

*Изображение своего настроения.* Педагог предлагает ребенку выбрать по желанию цвет краски и на белом листе бумаги нарисовать цветовые линии, пятна, круги, узоры, выражающие его настроение в данный момент.

*Рисование спиралеобразными линиями.* Педагог делает контурный набросок предметов, а ребенок рисует по нему фломастером или ручкой спиралеобразными линиями.

*Пальцевая живопись.* Педагог предлагает детям нарисовать предмет, накла­дывая цветовые пятна (гуашь) пальчиком или используя палочки. Можно нарисовать не весь предмет, а только его контур.

*Танцующие руки.* Большой лист оберточной бумаги (или обои) раскладываются на полу. Детям предлагают в каждую руку взять по цветному мелку любого цвета, затем лечь спиной на бумагу. Включается оживленная музыка. Дети одновременно двумя руками рисуют по бумаге, двигая руками в такт музыке. Затем рисунки обсуждаются.

*Волшебный салют.* На полу расстилают газету, кладут большой лист бумаги. Нужны жидкие краски, кисти. Манипулируя любым образом кистью, брызгать краску на лист бумаги, устраивая «волшебный салют».

*Самоцветы.* Упражнение дает возможность свободно экспериментировать с цветом. Мокрый лист бумаги — это «сундук с драгоценными камнями». Ребенку предлагают попробовать все возможные сочетания красок и наполнить «сундук» разными самоцветами, просто ставя разноцветные точки.

*Крупный масштаб.* Создать изображение руками и ногами (отпечатки стоп, кистей), используя малярные кисти, губки. Необходимо иметь под рукой поло­тенце и ведро с водой, чтобы вымыть руки, ноги.

*Работа с глиной* (сжимание, разглаживание, формообразование, затем сплющивание).

*Игра с тестом.* Смешать 2 стакана муки, три четверти стакана соли, одну столовую ложку растительного масла, половину или более стакана воды. К смеси можно добавить порошкообразную краску. Создавать из этого состава все­возможные фигурки.

*Работа с бумагой:*

*Коллаж.* Вырезать из журналов фигуры людей, животных и т.д., а затем оформить их в композицию. Можно подпи­сать, что люди делают или о чем думают.

*Деревья из бумажных лент*. Развивает аналитическое мышление т.е. анализировать способы выполнения работы, навык самоконтроля в процессе работы. А также развитию согласованности в работе глаз и рук совершенствованию координации движений, гибкость, точность в действиях.

*Папье-маше.* Смешать оклеивающий состав и куски бумаги. Используя формы, смазанные вазелином, создать модели из папье-маше. Дать им затвердеть, а затем раскрасить их.

Все упражнения можно разделить на три группы:

1 группа - комплекс упражнений для пальцев и кистей рук с использованием предметов.

2 группа – пальчиковая гимнастика.

3 группа – графические задания в тетрадях.

**1 группа - комплекс упражнений для пальцев и кистей рук с использованием предметов. Например:**

«Переложи игрушку»

Сосуд в левой руке ребёнка, а правой рукой перекладывает предметы в сосуд. Можно использовать игрушки «киндер сюрприза». Потом поменять руки.

«Перебери крупу». «Помоги Золушке»

Смешать фасоль разного цвета, смешать бусы и пуговицы разного размера или цвета. Ребёнок должен разложить крупу (бусы, пуговицы) по цвету, размеру.

«Разорви лист по линиям»

Лист согнуть пополам, ребёнок должен разорвать лист по сгибу. Работа требует аккуратности.

«Шаловливый котёнок»

Моток ниток размотать, а потом смотать правой, а затем и левой рукой.

«Гармошка»

В пуговицу с двумя отверстиями вставить толстую нитку, уцепить указательным и средним пальцами каждой руки за петли. Закрутить нитку и тянуть за петли, изображая игру на гармошке.

«Шофёр»

На столе маленькие фигурки на расстоянии 5 – 7 см друг от друга. Передвигая одним пальцем пуговицу, нужно объехать фигурки.

«Шнуровка»

Используются разные предметы с отверстиями, в которые можно продеть шнурок.

«Художник»

Локоть ведущей руки на столе, в руке палочка. Ребёнок рисует разные предметы или пишет буквы в воздухе.

«Играем на балалайке»

Между указательным и средним пальцами левой руки натянута резинка, а правой рукой указательным и средним пальцами перебирать.

Отстучать пальцами по столу ритм. Каждым пальцем по очереди. В игре участвуют обе руки.

«Будь внимательным»

Руки у ребёнка находятся за спиной. Учитель просит показать на левой руке 2 пальца, а на правой – 3. Ребёнок выполняет задание и показывает учителю.

«Выглади платочек»

Смятый лист бумаги держать большим пальцем руки, а другой рукой разглаживать.

«Катание между ладошками и пальчиками шариков и палочек разного размера»

«Собирание мозаики»

«Нитяные узоры»

Используются тонкие верёвочки. Задание ребёнок выполняет по образцу. Например, завязать узелок, выложить из ниток фигурку на парте.

«Составление узоров из счётных палочек»

Выложить по образцу, затем по памяти, потом самостоятельно по представлению различные фигуры, которые можно сопровождать стихами.

«Сделай так, как у меня»

У учителя карточки с изображением человечков в различных позах. У ребёнка палочки и кружок. Выбрав одну карточку, учитель показывает её ребёнку в течении нескольких секунд и говорит:«Сделай также».

«Сложи колодец»

Из счетных палочек сложить колодец.

«Автограф»

По команде из палочек сложить своё имя.

«Почтовый индекс»

Сложить прямоугольник, потом из него сложить цифры, меняя положение палочек.

**2 группа - пальцевая гимнастика**

В своей работе я использую упражнения для пальцев и кистей рук в стихах: «Мухомор», «Овощи», «машины»,

«Теневая игра». Изобразить на экране птицу, собаку, бабушку и др. Когда все пальчиковые упражнения будут хорошо знакомы, можно выполнять следующие игровые задания: - запомнить и повторять серию движений по словесной инструкции, например: «Коза - улитка», «Вилка – кольцо - заяц».

**3 группа - графические задания в тетрадях и графические диктанты.**

Графические задания должны отображать какой – либо образ. Нарисуй улитку» «Покрой рыбку чешуёй» «Штриховка» «Идёт дождик» и др.

В заключение хочется сказать, что игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому. Учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка. Ребёнок учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять. Выполняя упражнения, сопровождая их короткими стихами, речь ребёнка станет более чёткой, яркой, ритмичной, ребёнок учится переключать с одного движения на другое, контролировать выполняемые движения. Развивается память, воображение и фантазия.

В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, что в дальнейшем облегчит освоение навыков письма.

**Литература**

1. Беззубцева В.Г. Андриевская Т.Н. Развиваем руку ребёнка, готовим её к рисованию и письму. М., Изд. «ГНОМ и Д» 2003. 120 с.
2. Жаренков Г.И. Коррекционная работа на уроках трудового обучения. (в сб. коррекционно-развивающее обучение). – М.: Дрофа, – С. 115–148.