

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Аленка»
Тамбовской области Никифоровского района

Игровые упражнения для развития мелкой моторики

Автор : воспитатель
Фёдорова Инна Алексеевна

р.п Дмитриевка, 2017

Пальчиковые игры без предметов

1. Игра «Пальчики знакомятся».

Цель: развивать ловкость пальцев рук.

В этой игре дети знакомятся с названиями пальцев

Педагог говорит: «Давайте познакомимся с удивительным народцем - пальчиками. Пальчики есть у всех: у вас, у меня. У всех пальчиков есть свои имена. Давайте с ними знакомиться.

Пять пальцев на руке своей
Назвать по имени сумей.
Первый палец- боковой -
Называется *большой*.
Палец второй - указчик старательный,
Не зря называют *его указательным*.
Третий твой палец - как раз посередине,
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*.

Выполнять движения пальцами согласно тексту.

Пальчики были очень вежливым народцем. Как завидят кого, обязательно поздороваются и раскланяются. Вот так здоровался Большой палец, так здоровался Указательный палец» и т. д.

Педагог сгибает каждый палец в отдельности, дети повторяют за педагогом.

Примечание. Во всех вариантах упражнения сначала работает правая рука, затем левая, а потом - обе руки.

2. Игра «Дружные пальчики».

Цель: закрепить названия пальцев, развивать их ловкость.

Этот пальчик маленький,
Мизинчик удаленький.
Безымянный - кольцо носит,
Никогда его не бросит.
Ну а этот - средний, длинный,
Он как раз посередине.
Этот указательный,
Пальчик замечательный.
Большой палец, хоть не длинный,
Среди братьев самый сильный.

Пальчики не ссорятся

-Вместе дело спорится.

Пальцы одной руки, сжатые в кулак, медленно разгибаются по одному, начиная с мизинца.

В конце игры они снова сжимаются в кулак, но большой палец кладется сверху.

3. Игра «Скакалка».

Цель: тренировать большие пальцы рук.

Игровое упражнение выполняется в положении сидя на стульчиках или стоя.

Исходная позиция: руки опущены вниз, ладони сжаты в кулачки, большие пальцы вытянуты и производят круговые движения (с напряжением). Дети крутят «скакалочку» сначала в одну сторону, потом в другую.

Педагог сопровождает игру четверостишием:

Как у нашей Аллочки

Новая скакалочка.

Вертит быстро Аллочка

Ручки у скакалочки.

4. Упражнение «Циркуль».

Цель: развивать амплитуду движения кисти руки.

Упражнение выполняют сидя за столом. Дети ставят большой палец на гладкую поверхность стола - это основа циркуля. Остальные пальцы попеременно выполняют функцию карандаша, двигающегося то влево, то вправо по окружности.

5. Упражнение «Брызги».

Цель: упражнять кисти рук в быстрой смене тонуса (кулачок — напряжение мускулатуры, стряхивание - расслабление мышц).

Исходная позиция: руки сжаты в кулачки; указательные, средние, безымянные пальцы и мизинцы обеих рук прижаты к ладоням большими пальцами. При выполнении упражнения дети с силой выпрямляют пальцы, как бы стряхивая капли воды с мокрых пальцев, и снова сжимают в кулачки.

Упражнение выполняется энергично. Можно использовать стихи, которые выразительно читает педагог.

Ах, как жарко во дворе!

Скучно нашей детворе.

Без воды и без купанья

-Это просто наказание.

Мы не будем унывать,

Будем мы с водой играть.

Брызги вправо,

Брызги влево

. Мокрым стало наше тело.

Даже песика Трезора

Вымочили брызги скоро.
И веселый наш Трезор
Убежал в соседний двор.

6. Упражнение «Складной ножичек».

Цель: развивать подвижность суставов указательного пальца ведущей руки.

Ребенок ставит указательный палец на край стола (как бы перпендикулярно плоскости стола). Первая фаланга осторожно сгибается и ложится на стол. Вторая фаланга при этом находится перпендикулярно первой, а третья фаланга ложится на первую.

Упражнение можно выполнять под счет раз-два.

7. Упражнение «Мальчик-осьминог».

Цель: развивать содружество движения пальцев рук. Пальцы в полусогнутом (растопыренном) виде устанавливаются на твердой поверхности и двигаются в двух направлениях: сначала от себя, потом к себе. Движения пальцев имитируют игру на Пианино (последовательное прикосновение пальцев к поверхности) с одновременным продвижением вперед-назад.

Упражнение сопровождается чтением стихотворения:

Это - мальчик-осьминог,
У него так много ног.
Успеваает он везде:
И в учебе, и в труде,
Потому что осьминожка
-Это просто многоножка.

8. Упражнение «Урожай».

Цель: упражнять в умении чередовать напряжение с расслаблением.

Большой и указательный пальцы правой руки соединены с одноименными пальцами левой руки. Остальные пальцы на обеих руках согнуты и прижаты к ладоням.

Расслабленные пальцы (большие и указательные) образуют контур репки. Затем пальцы напрягаются, образуя контур свёклы. При максимальном напряжении пальцы образуют контур моркови.

При выполнении упражнения необходимо чередовать напряжение с расслаблением (репка - свёкла — морковь - свёкла -репка и т. п.).

Выполнение упражнения можно сопровождать следующими стихами:

Вырастала репка
Желтая и крепкая.
Перед домом свёкла
Смотрит прямо в окна.
И моркови урожай,
Сладкой, сочной, собирай.

Для многократного выполнения упражнения можно использовать стихотворение, позволяющее педагогу контролировать количество выполненных упражнений (попеременное чтение левого и правого столбиков).

Эй, ребята, не зевай!
Собираем урожай!

С этой грядки - репку,
С этой грядки - свёклу,
Здесь возьмем морковку.
Положили? И опять
Начинаем собирать.
Здесь возьмем морковку,
За морковкой - свёклу,
А теперь - и репку,
Что сидит так крепко.
Положили? И опять
начинаем собирать...

Повторив упражнение необходимое количество раз, педагог заканчивает его следующими словами:

Хоть и пальчики устали, Урожай мы весь
собрали.

Пальчиковые игры с использованием атрибутики

Игра «Физкультурник».

Цель: развивать ловкость и дифференцированность движений рук.

На основания среднего и безымянного пальцев (3-я фаланга) надевают головку (фигурку) человечка на резинке. Средний и безымянный пальцы - это ножки, указательный палец и мизинец - руки. Большой прижат к ладони.

Педагог выразительно читает стихотворение, а дети в соответствии с текстом выполняют движения.

Физкультурник на дорожке
Тренирует свои ножки.
(Пальчики-ножки шагают по столу.)
Высоко их поднимает,
Бодро, весело шагает.
(Человечек остановился, развел руки
и тихонечко пошел по столу.)
Руки в стороны развел
И тихонечко пошел.
Руки вниз, затем вперед.
Прыгнул, сделал поворот.
(Руки -указательный палец и мизинец -
ребенок старается поднять вперед.)
Физкультурой заниматься
Любит маленький народ.
(Человечек снова шагает по столу.)

Пальчиковые игры с предметами

1. Упражнение «Горошина».

Цель: развивать ловкость, дружелюбие движений и пере-ключаемость.

Ребенок выбирает в чашечке горошину и выполняет следующие манипуляции:

- а) кладет горошину на одну ладонь и раскатывает ее другой;
- б) берет горошину в щепоть и катает ее между пальцами;
- в) катает горошину двумя пальцами (указательным и боль

шим) под слова педагога:

Мы горошину в двух пальцах помнем,
О горошине зеленой мы споем.

г) кладет горошину на стол и катает ее по столу одним указательным пальцем. Педагог сопровождает движения словами:

Катись, горошина, за окошко
Катись, горошина, к нам в лукошко.
Ты катись, горошина, по столу,
Развлекай, горошина, детвору.

2. Упражнение «Лыжник».

Цель: упражнять в умении удерживать предмет, который скользит по гладкой поверхности, подушечками пальцев.

Упражнение выполняется на гладкой поверхности стола, на которой находятся предметы, условно изображающие различные объекты (дерево, сугроб, горку и др.). Педагог дает ребенку две плоские счетные палочки. Указательный палец и мизинец - это ноги лыжника, которые стоят на лыжах (счетных палочках). При этом средний и безымянный пальцы прижаты большим пальцем к ладони.

Ребенок, не отрывая пальцев от палочек, скользящими движениями ведет лыжника по разным маршрутам, задаваемым педагогом.

Маршрут можно задавать в стихотворной форме:

Мы на лыжах шли-шли
И до дерева дошли.
Дерево мы обошли
И дальше пошли.
Мы на лыжах шли-шли,
До сугроба мы дошли.
Мы сугроб обошли
И дальше пошли...

Примечание. Если ребенку на первых порах трудно выполнять упражнение для указательного пальца и мизинца, то замените мизинец на средний палец.

3. Упражнение «Вертушка» (с карандашом).

Цель: развивать координацию движений.

Ребенок держит карандаш двумя пальцами: большим и указательным.

Затем он начинает плавно вращать карандаш по часовой стрелке и против часовой стрелки, помогая себе при этом средним пальцем.

4. Упражнение «Поставь точку».

Цель: развивать ловкость пальцев рук, быструю смену тонуса мускулатуры.

Ребенок держит мягкий карандаш за верхушку двумя пальцами: большим и указательным. Карандаш ставится перпендикулярно листу бумаги на строчку.

Ребенок ставит точку и, не отрывая карандаша от листа бумаги, начинает скользить пальцами вниз на 1,5-2 см к грифелю (поднимает карандаш —> ставит точку —>• пальцы скользят вниз и т. д.).

5. У п р а ж н е н и е «Змейка».

Цель: развивать содружество движений и моторную ловкость.

Ребенок берет карандаш за верхушку тремя пальцами - щепотью. Вращая карандаш по часовой стрелке, ребенок начинает опускать пальцы (щепоть) вниз (карандаш извивается, как змейка). Карандаш при этом проходит между большим и указательным пальцами. Упражнение выполняется сначала в воздухе, а затем с упором в лист бумаги.