

## Вправи на розвиток дрібної моторики рук

### **ЗНАЙДИ СЮРПРИЗ**

Мета: розвиток дрібної моторики рук, координації рухів; навчання терпіння.

Матеріал: фантики (10—15 шт.), дрібні предмети (значки, гудзики й т. ін.), повітряна кукурудза, горіх.

Хід гри

Ведучий загортає значок у чотири-п'ять фантиків. Дитина має розгорнути всі фантики, обережно скласти їх і отримати приз. Дитині пропонують два-три «сюрпризи».

### **ПРИЩІПКИ В КОШИКУ**

Мета: розвиток дрібної моторики трьох основних пальців руки (великого, вказівного й середнього).

Матеріал: кошик із дерев'яними білизняними прищіпками. (Краї кошика не повинні бути занадто товстими. Кошик можна замінити плоскою фігуркою з товстого картону.)

Хід гри

Дитина ставить на стіл кошик із прищіпками. Ведучий бере прищіпку трьома пальцями, чіпляє її на край кошика й пропонує дитині повторити те, що він зробив.

Після того як дитина це засвоїть, їй пропонують причепити всі прищіпки до краю кошика.

Можна ускладнити гру: чіпляти прищіпки на швидкість; чіпляти однією рукою, а відчіплювати іншою.

Багаторазові повторення рухів стискання й розтискання із зусиллям служать відмінним тренуванням кінчиків пальців рук.

### **РІЗНОКОЛЬОРОВІ ПРИЩІПКИ**

Мета: розвиток дрібної моторики рук; навчання розрізнення кольорів; розвиток уваги.

Матеріал: 2 набори кошиків із дерев'яними прищіпками (12 шт.). Прищіпки пофарбовані в один із чотирьох кольорів (червоний, жовтий, синій, зелений) — загалом 12 прищіпок, по три кожного кольору. Кошик можна замінити чашкою або тарілкою, пластмасовим відром. Головне, щоб прищіпки легко чіплялися до країв.

Хід гри

У ведучого й дитини є по одному кошику з кольоровими прищіпками. Ведучий бере кошик, ставить його на стіл і просить дитину подати йому прищіпку й назвати її колір. Якщо малюк не може назвати колір, то ведучий називає його сам.

Потім ведучий показує, як трьома пальчиками можна причепити прищіпку до краю кошика. Коли дитина засвоїла цю дію й зможе легко чіпляти прищіпки (наприклад, усі прищіпки одного кольору) і називати їхні кольори, їй дають завдання причепити прищіпки в певній послідовності за кольорами або причепити їх у тій самій послідовності, як на кошику у ведучого.

Варто звернути увагу на те, що ведучий має чіпляти прищіпки трьома пальцями, тому що дитина повинна бачити правильні рухи.

Багаторазове повторення рухів розтискання й стискання прищіпок тренує кінчики пальців рук, робить тонізуючий масаж і тиск на точки мускулатури, яка «відповідає» за активізацію центрів мовлення головного мозку.

Спостерігаючи, якою рукою переважно працює дитина, можна визначити провідну руку. Однак бажано, щоб дитина працювала обома руками.

## **КОЛЬОРОВІ КРАПЛІ**

Мета: розвиток дрібної моторики; уточнення рухів пальців рук; розвиток концентрації уваги, координації.

Матеріал: на таці лежить судок для заморозки води в холодильнику. Зверху він розділений трьома перекриттями червоного, синього і жовтого кольорів.

Поряд із тацею стоять три пухирці з різнобарвною водою. Вода підфарбована харчовими фарбами жовтого, червоного і синього кольорів (можна використовувати газовану воду). У кожному пухирці — піпетка з ковпачком із товстої гуми, поруч маленька губка.

Хід гри

Ведучий показує, як за допомогою піпетки по краплі перенести воду з різних пухирців до відповідних відсіків судка. Дитина повторює його дії, і поступово відсіки наповнюються водою відповідно до їхніх кольорів. Потім за допомогою цих самих піпеток вода знову переноситься до пухирців.

Дитина не тільки розвиває пальці рук, працюючи з піпеткою, але й тренується в диференціюванні й розподілі кольорів, у порівнянні й розрізненні різних кольорів.

## **МАЛЕНЬКИЙ АПТЕКАР**

Мета: розвиток дрібної моторики, уточнення рухів пальців рук, координації.

Матеріал: на маленькій таці — пінцет, чашка з намистинками та ємність із відсіками для них. Намистинок у чашці міститься рівно стільки, скільки є відсіків у ємності. Кожний відсік має бути пофарбований під кольори відповідних намистин. Спочатку можна використовувати більше намистинок.

Хід гри

Ведучий розповідає про роботу аптекарів, про те, як вони виготовляють різні ліки. Потім показує, як можна за допомогою пінцета перекладати намистини, і пропонує дітям власноруч заповнити відсіки намистинами. Коли ємність виявиться заповненою, намистини за допомогою пінцета перекладають назад.

Гру можна ускладнити, змінюючи розміри намистин і ємності відсіків. Однак варто врахувати, що гра досить складна й потребує від дитини крайньої концентрації уваги та внутрішнього контролю. Якщо в дитини намистина падає на тацю, вона завжди сама зможе виправити помилку.

Гра вимагає великої точності в рухах. За кожну вдалу дію варто заохочувати дитину, хвалити її.

## **ДВА КІНЦЯ, ДВА КІЛЬЦЯ, А ВСЕРЕДИНІ ЦВЯШОК, АБО НОЖИЦІ**

Мета: координація рухів, тренування м'язів кисті; концентрація уваги; розвиток дрібної моторики рук.

Матеріал: таця, на якій лежать ножиці (краще пластмасові, із тупими кінцями) і кілька аркушів щільного кольорового паперу. На деяких аркушах позначені лінії розрізу.

Хід гри

Ведучий загадує загадку (див. назву гри). Після того як дитина відгадала загадку, ведучий пропонує їй розрізати ножицями папір. Якщо дитина легко впоралася, їй дають завдання розрізати папір за лініями та виконувати складні рухи з вирізання візерунка.

Варто врахувати, що, здобуваючи навички впевнено тримати ножиці, дитина потім так само впевнено зможе тримати олівець і проводити на папері прямі лінії.

## **ВИШИВАЛЬНИЦІ**

Мета: розвиток дрібної моторики, уточнення рухів пальців рук; концентрація уваги, розвиток координації.

Матеріал: на таці лежать аркуші картону з намальованими на них лініями. Є прості малюнки, є складніші. На лініях вибиті відрізки, по яких пройде голка з ниткою (у більш складних завданнях ці відрізки лише намічені крапками).

Клубок вовняних ниток, 1—2 товсті кравецькі голки.

Хід гри

Ведучий розповідає про вишивальницю. Якщо є можливість, показує різні вишивки й пропонує дитині пограти у вишивання, пояснюючи, як вишивають.

Потім дитина бере голку та вставляє нитку у вушко голки. Спочатку в цьому їй допомагає дорослий. Пізніше вона робить це самостійно. Кінці нитки з'єднують і зав'язують вузлик.

Потім дитина робить стібки на картонках з отворами (для полегшеного варіанта можна використовувати замість голки шнурок), просмикуючи голку то догори, то вниз.

Варто врахувати, що робота з голкою, особливо затягання нитки й зав'язування вузлика, є дуже складною для маленької дитини. Спочатку краще не просто показати, а проробити ці операції разом із нею, рука в руці, виявляючи терпіння, і точно впіймати момент, коли можна відпустити руку дитини й запропонувати їй діяти самостійно.

## **НАМИСТО**

Мета: розвиток дрібної моторики, координації; розрізнення предметів за формою і кольором; концентрація уваги.

Матеріал: нитки, гудзики різного розміру й різного кольору.

Хід гри

Ведучий пропонує дитині зробити намисто. Можна запропонувати зробити намисто за зразком, а гудзики підібрати за формою й кольором.

## **ЗАШНУРУЙ ЧЕРЕВИК**

Мета: засвоєння навички вдягання; розвиток дрібної моторики, координації рухів, орієнтування в просторі.

Матеріал: пара кросівок і шнурки.

Хід гри

Ведучий показує, як по-різному можна зашнурувати кросівки, і просить дитину зашнурувати так само другу кросівку.

Необхідно спочатку зашнурувати кросівки разом із дитиною. У міру ускладнення завдання можна демонструвати готові зразки.

## **ТИР**

Мета: розвиток координації та швидкості рухів великих і дрібних м'язових груп; формування навичок різноманітного метання м'яча.

Матеріал: м'ячі, мішень (кільце або коробка), різні іграшки-мішені.

Хід гри

На відстані, до якої дитина може докинути м'яч, ставиться коробка або підвішується кільце. Дитина кілька разів намагається потрапити в ціль.

Модифікований варіант: розставляються іграшки-мішені, які треба збити. За збиту іграшку або м'яч, що потрапив у коробку, ведучий видає фант (жетон).

Виграє той, у кого виявиться більше фантів.

## **ЗАПУСТИ РАКЕТУ НА МІСЯЦЬ**

Мета: навчання прийомів гри в м'яч; розвиток уміння орієнтуватися в просторі, координації рухів рук, м'язів плечового пояса.

Матеріал: стілець, м'яч.

Хід гри

Ведучий пропонує запустити «ракету» на Місяць. Бере м'яч і кидає його догори. Дитина сидячи повторює рухи дорослого (п'ять-шість разів). Потім рухи можна повторити стоячи. Коли м'яч падає, дитина підходить до нього, бере його й за командою «Ракета полетіла» кидає знову. Ведучому необхідно підбадьорювати дитину, стежити за її правильною поставою.

Більш складний варіант: кидок із підскіком і відриванням обох ніг від підлоги.

## **М'ЯЧИК ПОКОТИВСЯ**

Мета: розвиток координації рухів (у тому числі кистей і пальців рук), уміння орієнтуватися в просторі; навчання різних прийомів гри в м'яч.

Матеріал: м'ячики.

Хід гри

Ведучий роздає м'ячі, потім, котячи свій м'яч, говорить: «М'яч покотився».

Іде за м'ячем і бере його до рук. Діти повторюють рухи дорослого: котять свої м'ячі та піднімають їх.

Потім ведучий котить м'яч у протилежний бік. Діти повторюють і ці рухи.

Після того як діти навчилися цих рухів, можна катати м'яч прямо зі словами

«М'ячик покотився раз», «М'ячик покотився два» — і так, поки м'яч не досягне кінця кімнати.

Той, хто обігнав інших і зробив усі рухи правильно, отримує приз. Ведучому потрібно контролювати правильність постави, ходу дітей, змикання губ і носовий подих.

### **ПІЙМАЙ М'ЯЧИК**

Мета: розвиток координації рухів пальців і кистей рук, збільшення амплітуди рухів у цих суглобах; розвиток швидкості реакції. Матеріал: дошка, поставлена на стілець, м'ячик.

Хід гри

Ведучий або інший учасник гри котить із гірки м'яч. А інший ловить його внизу. Після цього гравці міняються місцями.

### **МАЛЮЄМО НОЖИЦЯМИ**

Мета: розвиток дрібної моторики для впливу на центри мовлення; емоційно-особистісний розвиток при формуванні в дітей почуття компетентності, впевненості у власних силах.

Матеріал: аркуш паперу, затонований чорною тушшю; аркуші тонкого білого паперу, ножиці, клей ПВА.

Хід гри

Ведучий пояснює: виявляється, малювати можна не тільки фарбами, але й ножицями. Деякі художники вирізають профільні портрети людей.

«Спробуємо з чорного аркуша паперу вирізати силует будинку з дахом і трубою й розкладемо його на столі. Нехай це буде будинок у вечірньому місті. Із білого паперу виріжемо силует ліхтарного стовпа й наклеїмо на будинок. От запалився ліхтар та освітив вікна, дерева, птахів, що пролітають, кішку, що біжить. Усі силуети — вікно, дерево, птаха, кішку — розкладаємо на тлі будинку».

Щоб крона дерев на темному аркуші виглядала ажурною, можна вирізати силуети в різних місцях і на згинах прорізати їх. Склавши смужку паперу гармошкою й вирізавши отвір будь-якої конфігурації, можна отримати різьблений карниз.

Дії дітей вимагають чіткості й точності. Вирізаючи силуети, діти вчаться координувати свої рухи, що сприятливо позначається на розвитку «центру мовлення». Розповідь, складена дитиною за картинкою, незвичайний хід заняття роблять його цікавим та емоційно насиченим, сприяють розвитку мовлення дитини.

### **РІЗНОКОЛЬОРОВЕ СКЛО**

Мета: формування координації рухів, точності й обережності, розвиток дрібної моторики.

Матеріал: прямокутне скло, гуаш, пензлі, «резерв» (для готування резерву необхідний клей ПВА, змішаний із тушшю й залитий у пластмасовий тубик із гострим наконечником — зазвичай клей у тубиках і продається). На кінці

тюрбика має бути отвір, через який при натисканні на тюрбик суміш потрапляє на скло.

Хід гри

Ведучий розповідає про вітражі. Для створення вітража фломастером на папері робиться малюнок-нарис. Аркуш паперу має відповідати розмірам скла. Зображення предмета краще робити великим, щоб лінії, що залишаються сумішшю на склі, розтікаючись, не зливалися в однотонну пляму. Виконаний малюнок-нарис накривають зверху склом, крізь яке його добре видно.

Далі за лініями малюнка видавлюється суміш. Після того як вона застигне, гуашшю зафарбовують порожнечі, виділені бар'єром із застиглої суміші. Фарбі дають підсохнути. Переднім боком вітража вважають гладку сторону. Гра потребує уважності, зібраності й обережності.

### **СУХИЙ ПАЛЬЧИКОВИЙ БАСЕЙН**

Мета: активізація тактильного сприйняття й розрізнення предметів; розвиток дрібної моторики пальців рук; тонізування мовних відділів головного мозку, збагачення сенсорного досвіду дитини.

Матеріал: монети, гудзики, кістки доміно й т. ін. у великій прямокутній коробці, ящик заввишки 8—10 см (можна використовувати тазик) із горохом.

Хід гри

а) За командою ведучого двоє учасників мають за певний час дістати дрібні предмети з «басейну». Бали нараховуються за знайдений і правильно вгаданий предмет.

б) Необхідно за командою ведучого за встановлений час дістати предмет певної форми. Під час проведення цієї гри необхідно розповісти й показати, які предмети і якої форми перебуватимуть у «сухому басейні».

### **ВІТРИНА МАГАЗИНУ**

Мета: навчання дитини класифікувати матеріал (фотографії, малюнки, шрифти) із журналів і газет за певною темою, складати колаж; розвиток координації дрібних рухів при вирізанні ножицями й наклеюванні картинок.

Матеріал: кольоровий картон, клей ПВА, ножиці, фломастери, старі журнали й газети

Хід гри

Ведучий розповідає: «Сьогодні ми потрапили в місто з безліччю різних магазинів. Але от лихо: Ірині потрібно до кондитерського, Павлу — до книжкового, Валері — до магазину іграшок. А де який магазин — ми не знаємо: усі вони схожі один на одного, в усіх є двері й великі вікна. От якби попрацювали художники-дизайнери й оформили вітрини, ми відразу здогадалися б, куди йти. Працюймо самі художниками! Виберемо назву магазину, а вітрину нам замінить аркуш картону».

Ведучий розкладає журнали, і дитина починає вирізати необхідні картинки. Після цього разом із ведучим створюються композиції вітрин. Ведучий допомагає підібрати букви для назви магазину. Потім усі картинки наклеюються на картон. Якщо заздалегідь приготувати з картону фасад будинку з вирізаними вікнами, то можна зі зворотного боку скотчем приклеїти до порожніх віконних прорізів відповідні ілюстрації.