

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО РАЗВИТИЮ МЕЛКОЙ
МОТОРИКИ РУК У РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
(СРЕДНЯЯ ГРУППА)**

ИГРА «УБЕГАЮЩИЕ ЛАДОНИ»

Сядьте один против другого, согнув руки. Один держит свои ладони под положенными сверху ладонями другого. Быстрым движением он пробует правой рукой или левой коснуться до любой кисти товарища, накрыв её своей ладонью сверху. Тот должен быстро отдернуть руку назад, не позволив себя «осалить». После трех попыток положение рук меняют. Теперь салит другой. Тот, кому удастся осалить ладонями кисти рук товарища большее число раз, выигрывает.

**ВЫПОЛНИТЕ УПРАЖНЕНИЯ
«ПОВОРОТЫ»**

Одновременно поворачивайте кисти обеих рук вверх, то ладонями, то тыльной стороной. При поворотах нужно приподнимать кисти рук, а не прижимать ладони к столу.

«КУЛАЧКИ-ЛАДОШКИ»

Кисти обеих рук одновременно сжимайте в кулак, а затем разжимайте, показывая ладошки.

«СОЖМИ-РАЗОЖМИ»

Положите кисти обеих рук на стол: ладонь левой руки сожмите в кулак, правую ладонь раскройте, а теперь одновременно поменяйте эти положения.

ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ С МЯЧОМ

1. Перекладывание, а затем перебрасывание мяча из руки в руку.
2. Подбрасывание мяча на разную высоту и ловля мяча двумя руками и одной.
3. Подбрасывание мяча на разную высоту и ловля его после дополнительных движений (хлопок в ладоши перед собой, поворот на 360°, приседание и др.).

Можно использовать кистевой эспандер. Упражнения с ним должны быть посильными и не вызывать сильного утомления мышц.

Наиболее простые и эффективные игры для развития мелкой моторики рук:

1. *Массаж ладошек*

Это самый простой и универсальный для любого возраста способ развития мелкой моторики. Своим пальцем водите по ладошкам ребенка, гладьте их и массируйте. Свои действия сопровождайте сказкой «Сорока-ворона».

2. Ладушки

Все с детства знают потешку «Ладушки-ладушки». Эта игра научит самых маленьких распрямлять пальчики и хлопать в ладоши.

3. Крупы

В миску насыпьте любую крупу и дайте её ребенку. Он будет трогать крупу рукой или просыпать её сквозь пальчики. Эта игра хорошо развивает мелкую моторику и тактильные ощущения.

4. Баночки с крупами

Насыпьте в баночки разные крупы и дайте ребенку по очереди опускать руку в каждую из банок. Так он сможет прощупать разные крупинки и брать их пальчиками. Можно усложнить задачу. На глазах ребенка закопайте какой-нибудь маленький предмет в крупу и дайте ему баночку. Пусть попробует найти этот предмет.

5. Рисование на песке

Насыпьте на поднос песок (или манную крупу). Предложите ребенку провести линии и фигуры пальцами на песке (манной крупе). Начать можно с простых фигур – линий, прямоугольника, круга, постепенно усложняя задание.

6. Горошина

Вам понадобятся горошина и баночка со снимающейся крышкой. Покажите ребенку, что сначала надо снять крышку, затем взять горошину пальчиками и положить в баночку, после закрыть крышку. Попросите ребенка проделать те же действия. Не расстраивайтесь, если с первого раза ничего не получится. Покажите малышу всю цепочку действий медленно несколько раз и тогда он обязательно сможет все повторить. Активным деткам эта игра быстро надоедает, в этом случае не нужно их заставлять. Предложите ребенку другую игру.

7. Завинчивание крышек

Такое простое занятие, как завинчивание и раскручивание крышек банок, бутылок, пузырьков развивает ловкость пальчиков. Предложите вашему малышу сосуды разного размера и формы, это сделает игру более разнообразной.

8. Застегивание, расстегивание и шнуровка

Для этого упражнения не потребуются никаких дополнительных игрушек. Постепенно включайте ребенка в процесс одевания. Пусть сам застегивает и расстегивает себе пуговицы и молнии. Это не только разовьет движения рук, но и приучит ребенка к самостоятельности. Еще дайте ребенку какой-нибудь ненужный ботинок со шнуровкой, который станет прекрасным тренажером для рук.

8. Лепка

Лепка подходит для детей разного возраста. Для лепки подходят пластилин,

глина, тесто. Когда собираетесь что-то испечь, обязательно позовите с собой ребенка. Ему очень понравится мять и раскатывать тесто. К тому же он будет горд, что помогает маме.

9. Рисование и раскрашивание

Очень полезно обводить контур картинок, состоящий из пунктирных линий, а также раскрашивать объекты различной формы. Очень полезно рисовать на вертикальных поверхностях: стене, доске, зеркале. Поэтому желательно повесить малышу специальную доску, чтобы он рисовал.

10. Собираение мозаик и пазлов

Пазлы развивают не только мелкую моторику, но и воображение.

11. Вырезание

Купите малышу детские ножницы, клей-карандаш, цветную бумагу и картон. Научите его мастерить. Вырезайте картинки, приклеивайте их, делайте снежинки и т.п. Это не только разовьет мелкую моторику, но и пространственное воображение и творческое мышление.

Однако, стоит запомнить одну простую вещь. **Игры для развития мелкой моторики должны проводиться под наблюдением взрослых.** Иначе ребенок может проглотить какую-нибудь мелкую деталь или подавиться ей. Играть в игры и выполнять упражнения, развивающие мелкую моторику, нужно систематически. Занимайтесь с ребенком каждый день и скоро заметите, что движения вашего малыша с каждым разом становятся все более плавными, четкими и скоординированными.