

Игры и упражнения для развития мелкой моторики

- Упражнения на развитие статической координации движений.
 - «Гнездо» — пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.
 - «Фонарики» — руки поднять вверх, кисти рук опустить, опущенные пальцы раздвинуть, тянуть вниз, имитируя форму фонарика.
 - «Буквы» — изобразить руками буквы О, Л, М, П, Т и др.
 - «Замок» — соединить пальцы обеих рук в замок, на слова «чик-чик» (поворот ключа) разъединить.
 - «Олень здороваётся» — скрещенные руки поднять вверх, пальцы широко раздвинуть, головой и руками делать легкие наклоны вперед.
- Упражнения на развитие динамической координации движений.
 - «Пальчики здороваются» — на счет 1, 2, 3, 4, 5 соединяются кончики пальцев обеих рук — большой с большим и т. д.
 - «Пальцеход» — на плотном ковролине нашито 20 пуговиц — по 10 в 2 ряда. Ребенок нажимает указательными пальцами обеих рук на пуговицы, «Соревнования по бегу» — средний и указательный пальцы правой, затем левой, далее обеих рук изображают ноги бегунов (на столе).
 - «Необычное животное» — показать, как передвигается животное у которого пять ног, по столу (сначала правой, а затем левой рукой).
 - «Посчитай-ка» — сжать руку в кулачок, считать пальцы, разгибая их (сначала на правой руке, затем на левой).
 - «Командир» — сжать руку в кулачок, разжимать пальцы по одному сосчетом: «Ты командир, а твои пальчики — солдаты. Командуй: раз, два, три...»
- Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость.
 - «Кулак — ладонь» — поочередное выполнение движений каждой рукой,

- затем обеими руками вместе. Выполнение обеими руками может быть одновременное или разновременное (одна кисть руки сжата, другая выпрямлена, и наоборот).
- «Кулак — ребро — ладонь» — поочередное выполнение движений каждой рукой, затем обеими руками вместе.
- «Сжимание и разжимание кистей рук» — поочередное выполнение движений обеими руками одновременно, затем разновременно (одна кисть руки сжата, другая выпрямлена, и наоборот).
- «Кольцо — зайчик» — переходы из одной статической позы в другую; выполняются поочередно каждой рукой, а затем обеими руками вместе.
- «Барабанщик» — один ребенок барабанит всеми пальцами обеих рук по столу, отстукивая ритм, другой повторяет.