

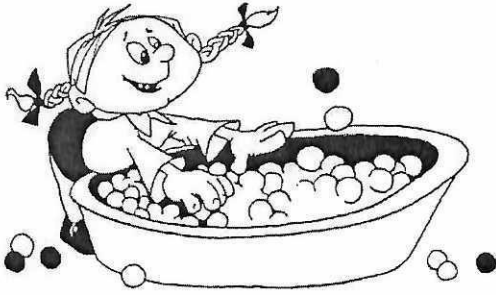
Государственное бюджетное учреждение
Калужской области «Обнинский центр социальной помощи
семье и детям «Милосердие»

РАЗРАБОТКА УПРАЖНЕНИЙ «ВЕСЕЛЫЕ ПАЛЬЧИКИ»

Воспитатель:
Куклина Ольга Ивановна

г. Обнинск, 2022 год

Очень немногие задумываются, что огромный потенциал развития мелкой моторики тактильной чувствительности дает малышам сама жизнь. Можно развивать гибкость пальчиков и тактильную чувствительность детей при помощи обычных предметов домашнего обихода. Самое главное – для того, чтобы играть с ребенком, нам не нужно ничего покупать специально – у нас все под рукой.



Горох

В ведро насыпали горох
И пальцы запустили,
Устроив там переполох,
Чтоб пальцы не грустили.

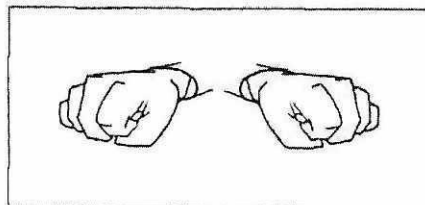
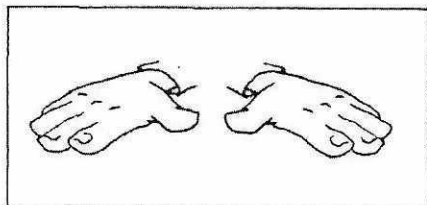
Фасоль

(на дне «бассейна» прячем игрушки из киндерсюрпризов)

В ведре не соль, совсем не соль,
А разноцветная фасоль. На дне
— игрушки для детей, Мы их
достанем без затей.

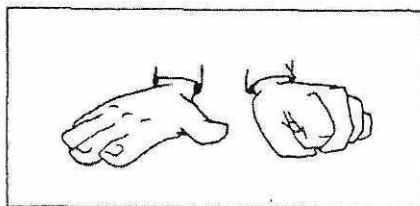
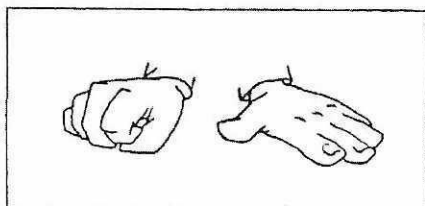
«ЛАДОНЬ - КУЛАК»

Руки ладонями вниз лежат на столе. Затем одновременно сжимаются в кулак и снова ложатся ладонями на стол.



Руки, как глазки,
Закрылись-открылись,
Словно из сказки Они
появились.

А теперь правая рука сжимается в кулак, левая — прямая, затем смена



Один кулак — одна ладошка,
И поменяй их быстро, крошка!

рук: одновременно правая рука распрямляется, а левая — сжимается в кулак.

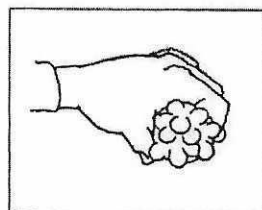
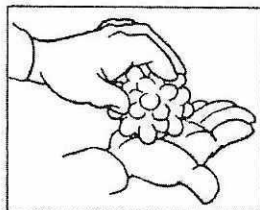
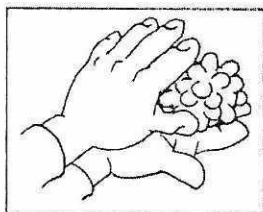
Теперь — ладошка и кулак,
И всё быстрее делай так!

УПРАЖНЕНИЕ С МЯЧОМ-ЕЖИКОМ

Разминочные упражнения с мячом-ёжиком. Движения соответствуют тексту.

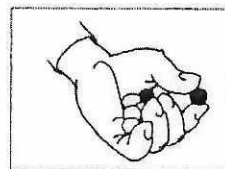
Я мячом круги катаю,
Взад-вперёд его гоняю.
Им поглажу я ладошку,
Будто я сметаю крошку.
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка.
Каждым пальцем мяч прижму
И другой рукой начну.
А теперь последний трюк:
Мяч летает между рук.

- между ладоней
- смена рук
- соответственно
- смена рук
- соответственно
- смена рук
- соответственно
- смена рук
- переброс мяча из руки в руку



«ГОРОШКИ»

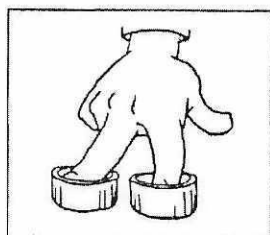
Насыпаем горох на блюдце. Ребёнок большим и указательным (при необходимости и средним) пальцами берёт горошины одну за одной и удерживает их в руке (как при сборе ягод), и так набирает целую горсть. После двустушия — смена рук. Каждая горошинка берётся на ударный слог (всего, таким образом, их нужно 16 штук). Можно заменить горох жёлтыми и зелёными пульками для детских пистолетов.



С блюдца я беру горошки, Словно
птица клювом крошки. И полны
мои ладошки — Руки держат все
горошки.

Упражнение с пробками

Берём пластмассовые крышки от бутылок (4 штуки) и надеваем их, как обувь, на указательные и средние пальцы. И «идём» пальцами, как ножками, не отрывая «обувь» от поверхности стола, «шаркая». После каждого двуступишия — смена рук.

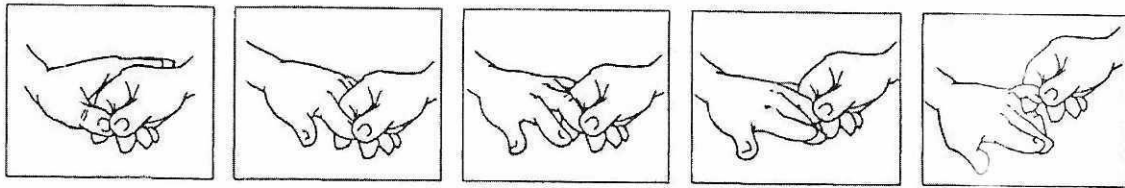


Крышки пальчики обули,
Смело в них вперёд шагнули.
И пошли по переулку
На весёлую прогулку.
Пальцы — словно балеринки,
Но одетые в ботинки.
Каждый пальчик — будто ножка,
Только шаркает немножко.

2) Массаж

1. Самомассаж ушных раковин. Мочка уха зажимается большим и указательным пальцами, затем ухо разминается по краю снизу вверх и обратно.
2. Самомассаж боковых поверхностей пальцев рук.
3. Растопылив пальцы, хлопнуть несколько раз в ладоши так, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем хлопки выполняются кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, потом вниз, наружу, внутрь.
4. Самомассаж головы. Пальцы рук слегка согнуты. Плавными поглаживающими движениями обе руки двигаются от ушей к макушке.
5. Сжав руку ладонью противоположной руки, массировать ее, проводя ладонью от запястья и обратно, затем - от плеча до локтя и обратно. То же другой рукой.
6. Массаж фаланг пальцев

Массаж (или самомассаж) фаланг пальцев. Направление массажных движений — от ногтевых фаланг к основаниям пальцев. На каждый шаг — разминание одной фаланги.



Левая рука

1-й вариант

по-пу-гай	<i>мизинец</i>
во-ро-бей	<i>безымянный</i>
пе-ли-кан	<i>средний</i>
со-ло-вей	<i>указательный</i>
пти-цы	<i>большой</i>

2-й вариант

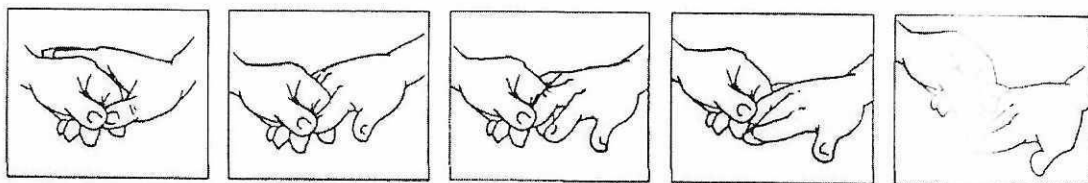
са-мо-лет	<i>мизинец</i>
теп-ло-ход	<i>безымянный</i>
вер-то-лет	<i>средний</i>
вез-де-ход	<i>указательный</i>
транс-порт	<i>большой</i>

3-й вариант

а-на-нас	<i>мизинец</i>
а-пель-син	<i>безымянный</i>
а-бри-кос	<i>средний</i>
манн-да-рин	<i>указательный</i>
фрук-ты	<i>большой</i>

4-й вариант

Е-ни-сей	<i>мизинец</i>
А-ба-кан	<i>безымянный</i>
Ан-га-ра	<i>средний</i>
Би-рю-са	<i>указательный</i>
ре-ки	<i>большой</i>



Правая рука

1-й вариант

ли-си-ца	<i>мизинец</i>
ле-о-пард	<i>безымянный</i>
пан-те-ра	<i>средний</i>
я-гу-ар	<i>указательный</i>
зве-ри	<i>большой</i>

2-й вариант

Ге-ор-гин	<i>мизинец</i>
но-го-ток	<i>безымянный</i>
ги-а-цинт	<i>средний</i>
зве-ро-бой	<i>указательный</i>
цве-ты	<i>большой</i>

3-й вариант

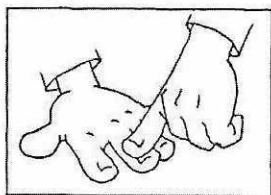
бо-ро-вик	<i>мизинец</i>
шам-пинь-он	<i>безымянный</i>
мо-хо-вик	<i>средний</i>
му-хо-мор	<i>указательный</i>
гри-бы	<i>большой</i>

4-й вариант

Син-га-пур	<i>мизинец</i>
Ка-зах-стан	<i>безымянный</i>
Бан-гла-деш	<i>средний</i>
Па-кис-тан	<i>указательный</i>
стра-ны	<i>большой</i>

7. Массаж «прижимающий»

Массаж (самомассаж) подушечек пальцев. Кисть одной руки лежит на



столе ладонью вниз, пальцы разведены. Другая рука указательным пальцем по очереди прижимает каждый ноготь, сдвигает палец, «катая» его на подушечке влево - вправо. На каждую строчку — нажим на один палец.

Шёл медведь к своей берлоге

Да споткнулся на пороге.

«Видно, очень мало сил

Я на зиму накопил»,—

Так подумал и пошёл

Он на поиск диких пчёл.

Все медведи — сладкоежки,

Любят есть медок без спешки,

А наевшись, без тревоги

До весны сопят в берлоге.

мизинец

безымянный

правая

средний

указательный

рука

большой

большой

указательный

левая

средний

безымянный

рука

мизинец