

# **РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ И КООРДИНАЦИИ У ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ**

**Методические рекомендации**

Репозиторий ВГУ

УДК 373.2(075.8)  
ББК 74.1я73  
Р17

Составитель: преподаватель кафедры физического воспитания и спорта УО «ВГУ им. П.М. Машерова»  
**С.В. Передриенко**

Рецензент: доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта УО «ВГУ им. П.М. Машерова», кандидат педагогических наук Н.В. Минина

Методические рекомендации предназначены для преподавателей и студентов педагогического факультета, педагогов, воспитателей детских учреждений, логопедов.

УДК 373.2(075.8)  
ББК 74.1я73

© УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2007

## ВВЕДЕНИЕ

*Рука – это вышедший наружу мозг человека*  
И. Кант

В данной методической разработке Вам предлагается решение одного аспекта проблемы при подготовке детей к школе – развитие мелкой моторики и координации движений пальцев рук, а также развитие общей моторики.

Известно, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформирования тонких движений пальцев рук. На основе обследования детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев рук соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы; если развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть нормальной или даже выше нормы.

*Речь совершенствуется под влиянием кинетических импульсов от рук, точнее – от пальцев.* Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память, внимание, связанная речь, поэтому тренировка движений пальцев рук и кисти является важнейшим фактором, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти к письму и, что не менее важно, мощным средством, стимулирующим развитие мышления ребенка. Этот факт должен использоваться в работе с детьми и там, где развитие речи происходит своевременно, и особенно там, где имеется отставание, задержка развития моторной стороны речи. Физиологи говорят, что в старшем дошкольном возрасте «кто неуклюже двигается, тот и неуклюже мыслит». Таким образом, необходима целенаправленная и систематическая тренировка моторики кистей рук, их массаж. Предлагаемые упражнения, сюжетные пальчиковые игры активизируют деятельность мышц, постепенно их укрепляют, помогают поставить руку, подготовить ее к работе.

Игры-изображения по рассказу, игры в «теневой театр», игры-диалоги оживят учебный процесс, повысят познавательную активность, разбудят природный потенциал, дадут толчок к творческому мышлению.

Единство вербального и невербального принципов обучения на основе арсенала предлагаемых игр и упражнений обеспечит высокий уровень развития мелкой моторики руки, устранив общую моторную неловкость, откроет пути к развитию когнитивных способностей.

Предлагаемые упражнения для удобства разделены на несколько групп, которые по усмотрению педагога могут применяться, как для проведения во время занятий, так и на прогулке, при проведении занятий по музыке, физкультуре, рисованию и лепке, и др., а так же в режиме дня и в свободное время.

## 1. Игры с мелкими предметами

Игры с камешками развивают у детей внимание, быстроту реакции, меткость, координацию движений пальцев руки. Необходимо 5 небольших гладких камушка, которые все могут уместиться в ладони.

### *Поймай камешек*

*Игровая цель:* Стараться поймать все камешки.

*Задача:* Развитие мелких мышц кисти, скорости, координации и точности движений пальцев.

*Содержание игры:* Участвуют 2–3 человека. На столе лежат 5 камешков. Устанавливают правила очередности игры. Первый игрок четыре камешка рассыпает на столе, один держит в руке. Подбрасывает его вверх, быстро берет камешек из лежащих на столе и ловит брошенный вверх. Из двух камешков в руке играющий должен переложить один в левую руку. Так, подбрасывая камешки вверх, ребенок берет один за другим камешки со стола и старается поймать брошенный. Если поймал камешек, перекладывает его в левую руку.

*Правила игры:* 1. Если камешек не пойман, то игра переходит к следующему игроку. 2. Правилами оговаривается: играют каждый со своими камешками или используют один набор для всех.

*Методические указания:* Желательно, чтобы стол для игры с камешками был на 10–15 см ниже обычного.

*Место занятий:* Игровая комната или веранда.

*Инвентарь, оборудование:* По 5 камешков на каждого или на всю команду.

### *Гонка камешка по кругу*

*Игровая цель:* Не урони камешек.

*Задача:* Развитие скорости и точности движений при передаче мелких предметов.

*Содержание игры:* Дети стоят друг от друга на расстоянии одного шага лицом в круг. Камешки передают одной рукой сначала по кругу в правую сторону, потом в левую. В зависимости от числа играющих камешков может быть 3 и более штук. Игра заканчивается, когда в кругу останется 2–3 человека. Игра повторяется несколько раз.

*Правила игры:* 1. Тот, кто уронил камешек, выходит из игры. 2. Заранее оговаривается, как нужно держать кисть передающему камешки и принимающему.

*Подведение итогов игры:* Оставшиеся игроки, самые ловкие, являются победителями. Если один и тот же игрок во всех играх выигрывал, то ему присваивается звание чемпиона.

*Методические указания:* Освоившим передачу детям предлагается усложненный вариант. Та же игра, но дети перебрасывают камешки друг другу, постепенно увеличивая расстояние между игроками. Если игроков много, то их следует разделить на две-три команды и провести соревнование между ними.

*Место занятий:* Игровая площадка.

*Инвентарь, оборудование:* Несколько камешков на группу играющих.

### **Чет и нечет**

*Игровая цель:* Успей заметить сколько камешков поймал ведущий.

*Задачи:* Развитие остроты зрения, скорости и точности движений кисти (ведущего игрока).

*Содержание игры:* В игре участвуют 4–5 человек. Ведущий берет горсть несколько камешков, бросает их вверх и, повернув руку ладонью вниз, ловит камешки на тыльную сторону одной руки. Прикрыв пойманные камешки другой рукой, спрашивает у игроков: «чет или нечет?». Игроки быстро называют число камешков, а затем ведущий открывает ладонь и показывает, сколько камешков у него в руке. После 2–3 бросков, по очереди, водит следующий игрок. Игра заканчивается, когда все игроки побывали в роли ведущего.

*Правила игры:* 1. Ведущий выбирается оговоренным заранее способом (жеребьевка, считалочка и т.п.). 2. Тот, кто правильно угадал, получает фантик, а тот, кто неправильно назвал количество камешков, – отдает фантик.

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот, у кого большее количество фантиков. Правилами можно оговаривать, что за каждый угаданный камешек игрок получает очко.

*Методические указания:* Воспитатель предлагает детям успеть увидеть, сколько камешков в руке у ведущего, а не просто угадать.

*Инвентарь:* 5 камешков на каждого играющего.

### **Царапки**

*Игровая цель:* Кто самый ловкий?

*Задачи:* Развитие координации движений кисти, пальцев рук, тренировка мышц глаз.

*Содержание игры:* Для игры нужно 40 камешков. Все камешки, кроме одного, кладут на кон. Первый игрок подбрасывает один камешек и прежде, чем поймать его, быстро берет с кона столько камешков, сколько успеет, и ловит брошенный. Поймав его, играющий все камешки кроме одного, откладывает в сторону, снова подбрасывает один камешек и, пока он летит, опять берет с кона камешки.

*Правила игры:* 1. Если играющий не поймал брошенный вверх камешек, игру начинает второй игрок. 2. Правилами оговаривается, сколько раз подряд бросает камешки играющий.

*Подведение итогов игры:* Кто больше поймает камешков за оговоренное число раз, например три, тот и считается победителем.

*Методические указания:* Воспитатель предлагает детям придумать свои правила для данной игры.

*Место занятий:* Игровая комната, площадка.

*Инвентарь:* 40 камешков [1].

## 2. Настольные игры

### *Тир на столе*

*Игровая цель:* У кого больше попаданий?

*Задачи:* Развитие точности движений глазомера.

*Содержание игры:* В игре участвуют 3–4 человека. На одном конце стола кладут плотный лист бумаги или картона, на котором нарисована мишень (диаметры – 2, 4, 10 см), на другом – полосу бумаги, расчерченную на клетки, и фишку (на каждого по одной). В мишень бросают биты (жетон, пуговицу, плоский камешек и др. предметы). Сколько очков заработал, на столько клеточек переставляет свою фишку на полоске с клетками каждый участник.

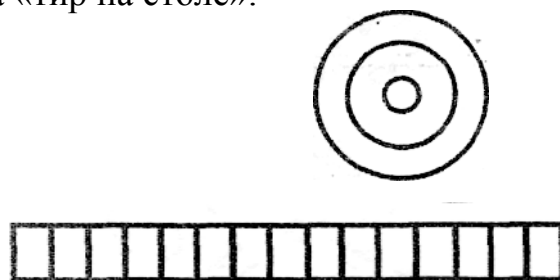
*Правила игры:* Попавший в большой круг получает 1 очко, во второй – 2, в маленький – 5 очков.

*Подведение итогов игры:* Кто дойдет до конца дорожки первым, тот и победитель.

*Методические указания:* Чтобы со стола не падали предметы, которые метают в мишень, его лучше поставить у стены или прибить к нему доску высотой 15–20 см.

*Место занятий:* Игровая комната.

*Инвентарь:* Стол, игра «тир на столе».



### *Палочки-сбивалочки*

*Игровая цель:* Победи товарища.

*Задачи:* Развитие мелких мышц кисти, точности движений пальцев рук.

*Содержание игры:* В игре участвуют несколько человек. Палочки кладут в мешочек, перемешивают и высыпают на стол. Каждый по очереди подбивает пальцем (щелчком) одну из своих палочек, стараясь сбить ею со

стола любую палочку другого цвета, но обращенную кверху той же стороной (т.е. окрашенной или не окрашенной), как и палочка-сбивалочка. Если стороны не совпадают, можно повернуть свою палочку. Для этого нужно нажать пальцем на ее конец. Однако повернуть палочку не всегда получается, тогда каждая попытка считается за ход.

*Правила игры:* 1. Если палочка противника сбита со стола, ее кладут в мешочек и в игру не возвращают. 2. Если упадут на пол обе палочки (и противника и та, которой сбивали), то их вновь кладут на стол, но поворачивают разными сторонами.

*Подведение итогов игры:* Играют до тех пор, пока на столе не останется одна палочка. Тот, кому она принадлежит, считается победителем.

*Методические указания:* Количество палочек может быть разным. Для начала их меньше, а затем постепенно количество палочек увеличивается.

*Место занятий:* Игровая комната.

*Инвентарь:* Для этой игры изготавливаются палочки (брусочки) квадратного сечения (10 на 10 мм) длиной примерно 40 мм; каждый участник должен иметь по 5 палочек одного цвета, причем окрашиваются только две противоположные стороны палочки, две другие остаются неокрашенными.



### *Плашки*

*Игровая цель:* Кто самый ловкий?

*Задачи:* Развитие точности движений пальцев кисти рук, ловкости, меткости.

*Содержание игры:* В игре участвуют 2–3 человека. На стол кладут большой лист бумаги, на котором начерчен квадрат, разделенный на 9 одинаковых клеток с числами. Каждый игрок берет по 4 одинаковые плашки. Играют по очереди. Играющий кладет плашку плоской стороной на стол таким образом, чтобы ее конец немного выходил за край. Затем щелчком посылает плашку так, чтобы она остановилась в одной из клеток квадрата. Когда у играющих не останется на руках ни одной плашки, определяется результат первого тура.

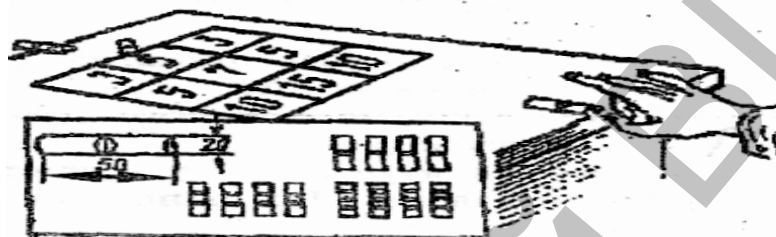
*Правила игры:* 1. Во время игры разрешается своей плашкой сбивать или сдвигать плашку противника. 2. После каждого тура игру начинают сначала.

*Подведение итогов игры:* Каждый игрок складывает те числа, написанные в тех клетках, где в тот момент находятся его плашки. Сумма их равна числу очков, выигранных в первом туре (если плашка захватывает две клеточки, то зачитывается меньшее из чисел).

*Методические указания:* на круглой стороне плашки надо сделать зарубки – одну, две, три, четыре.

*Место занятий:* Игровая комната.

*Инвентарь:* По 4 плашки на каждого играющего, расчерченный квадрат.



### *Коршун и цыплята*

*Игровая цель:* Сохрани всех «цыплят»

*Задачи:* Развитие мелких мышц кисти и координации движений рук.

*Содержание игры:* Играющий встает у стола, раздвигает пальцы левой руки и упирается ими в крышку стола, как показано на рисунке. Между пальцами кладет по одной палочке – это «цыплята», а пятаю на ладонь правой руки. Играющий должен подбросить и поймать пятаю палочку правой рукой и, пока она находится в воздухе, втолкнуть в «ворота» одного из «цыплят». Потом проделать это упражнение еще три раза.

*Правила игры:* 1. Если палочка – «коршун» – упадет раньше, чем будет спрятан «цыпленок», то считается, что «коршун» унес «цыпленка». 2. Играющий четыре раза подбрасывает палочку – «коршуна», а затем игра переходит к другому игроку. 3. Можно правилами оговорить, что переход к другому игроку делается сразу же, как только потерян первый «цыпленок».

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот, кто сумел сохранить всех «цыплят».

*Методические указания:* «Цыплат» и «коршуна» можно покрасить в разный цвет. Хранить игру следует в мешочке или коробочке.

*Место занятий:* Игровая комната.

*Инвентарь:* 5 палочек, которые можно изготовить из шестигранного карандаша, разрезав его по длине, на пять равных частей. Палочки можно отпилить и от гладкой тонкой веточки [2].





### 3. Игры с малым мячом

#### *У кого дальше отлетит мяч*

*Игровая цель:* Не урони мяч.

*Задачи:* Развитие точности движений, глазомера, умения дифференцировать силу мышечных усилий.

*Содержание игры:* Перед стеной проводится несколько параллельных линий на расстоянии 30–40 см одна от другой. Игроки встают перед первой линией и бросают мяч в стену, ловят или отбивают и отходят на следующую линию.

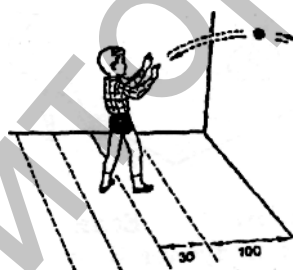
*Правила игры:* 1. Нельзя наступать на линии. 2. Как только мяч упадет на пол (землю), он отдается следующему игроку. 3. Броски и ловля мяча одной или двумя руками оговариваются заранее.

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот, кто не уронит мяч до последней линии или поймает мяч, находясь дальше всех от стены.

*Методические указания:* Игру можно проводить и как командную и на личное первенство в зависимости от количества играющих и степени освоения бросков и ловли малого мяча после отскока от стены.

*Место занятий:* Игровая площадка, где есть стена, зал.

*Инвентарь:* 3–4 теннисных или малых резиновых мяча.



#### *Не урони мяч*

*Игровая цель:* Не подведи товарищей, не урони мяч на землю.

*Задача:* Развитие координации движений, глазомера, точности движений в броске и ловле малого мяча.

*Содержание игры:* Игроки делятся на тройки. В каждой тройке выбирается водящий. Двое встают друг от друга на расстоянии 3–4 м. водящий (третий) находится между ними. Первый и второй перебрасывают мяч друг другу, а водящий старается поймать его во время полета. Если водящий поймает мяч, он становится вместо игрока, который бросил мяч, а тот занимает место водящего.

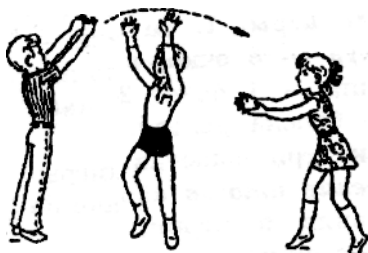
*Правила игры:* 1. Мяч нужно обязательно поймать в полете. 2. Если мяч упал на землю, тройка получает штрафное очко. 3. До начала игры оговаривается количество исходных очков, из которых высчитываются штрафные за нарушение правил игры.

*Подведение итогов игры:* Побеждает та тройка игроков, у которой за оговоренный промежуток ни разу не упадет на землю мяч, и тройка сохранит исходное количество очков.

*Методические указания:* Учить детей пальцами направлять мяч вперед и кверху, ловить одной и двумя руками.

*Место занятий:* Игровая площадка, зал.

*Инвентарь:* Мяч на каждую тройку игроков.



### *С отскока в цель – 1*

*Игровая цель:* Попади в цель после отскока мяча.

*Задача:* Развитие глазомера, координации движений, умения дифференцировать силу мышц кисти.

*Содержание игры:* Игроки делятся на две-три команды (по числу мишеней). Мишень состоит из трех кругов. На расстоянии 3–4 м от стены – линия броска. Игроку нужно ударить мячом в пол так, чтобы после отскока мяч попал в мишень.

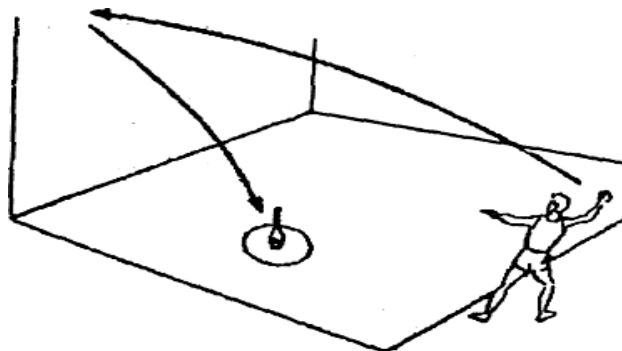
*Правила игры:* 1. За попадание в центральный круг – 3 очка, в средний – 2, в внешний – 1 очко. 2. Заступать за линию броска нельзя. 3. У каждого игрока три попытки.

*Подведение итогов игры:* Выигрывает команда и игрок, набравшая наибольшую сумму очков.

*Методические указания:* Высота мишени меняется от освоения точности бросков.

*Место занятий:* Зал.

*Инвентарь:* Мишени, теннисные мячи.



## С отскока в цель – 2

*Игровая цель:* Попади в цель после отскока мяча.

*Задача:* Развитие глазомера, точности движений, меткости.

*Содержание игры:* На расстоянии 1,5–2 м от стены рисуется круг диаметром 0,5 м и в центре его ставится булава (пластмассовая бутылка с песком), а 3–4 м от стены линия броска. Игроку нужно бросить в стену мяч так, чтобы он после отскока попал в булаву на полу.

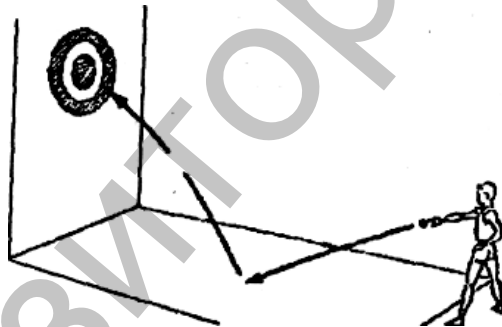
*Правила игры:* 1. Если булава сбита, то игрок получает 3 очка, мяч попал в круг – 2, если только в линию круга – 1 очко. Если игрок заступил за линию броска, то результат не засчитывается. 2. Каждому игроку даются три попытки.

*Подведение итогов игры:* Побеждает команда или игрок, набравшие наибольшую сумму очков.

*Методические указания:* До начала соревнований игроки выполняют несколько пробных бросков и каждый для себя устанавливает высоту броска в стену.

*Место занятий:* Зал.

*Инвентарь:* Булава и не менее трех мячей на команду [3] .



## 4. Набрасывание кольца или шарика

### Конусы

*Игровая цель:* Проверь свою меткость.

*Задачи:* Развитие точности движений, глазомера.

*Содержание игры:* Дети, взяв удочку, стараются надеть колечко на острие конуса, не дотрагиваясь до кольца рукой. Сделать это трудно. Кольцо скользит по поверхности, отклоняясь в разных направлениях.

*Правила игры:* 1. Время от начала до конечного результата фиксируется. 2. Можно заранее определить отрезок времени, за который играющий имеет возможность набросить кольцо на конус максимальное количество раз.

*Подведение итогов игры:* Выигрывает тот, кто сумеет выполнить задание за самый короткий промежуток времени.

*Методические указания:* Детям предлагается обсудить новые правила игры и определить победителя.

*Место занятий:* Игровая комната.

*Инвентарь:* Для игры нужно несколько конусов, удочки – тонкие палочки, к которым нитками привязаны проволочные кольца.

### ***Рыболовы***

*Игровая цель:* Кто лучший рыбак?

*Задачи:* Развитие точности движений рук, глазомера.

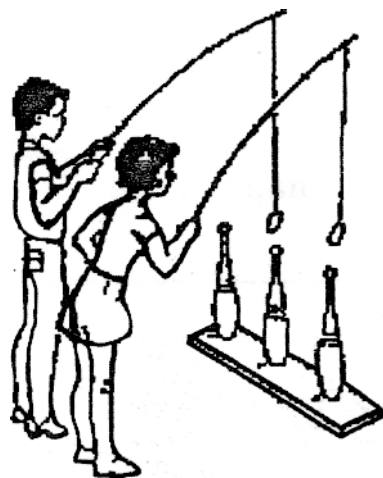
*Содержание игры:* На земле или гимнастической скамейке устанавливаются несколько гимнастических булав. Задача каждого рыбака – держа в одной руке удилище, надеть кольцо («поймать рыбку») возможно большее число раз за установленное время. Правила игры: 1. Стоять нужно не ближе 2 м. до «берега реки». 2. Если кегля упала, то «рыбка» не считается пойманной. Уронивший кеглю должен ее поднять и вернуть на исходное место.

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот, кто больше всех поймал «рыбок» за установленное время.

*Методические указания:* Постепенно увеличивать длину веревочки и расстояние до кеглей. После того как дети научатся точно набрасывать кольцо на кеглю, игру можно поводить на скорость. Для подсчета «рыбок» можно назначить помощников.

*Место занятий:* Игру можно проводить и в зале и на площадке.

*Инвентарь:* Для устойчивости булавы можно ставить в специальные отверстия; удилища изготавливаются таким способом: к гимнастической палке привязывают на тонкой веревочке кольцо из проволоки или любое готовое кольцо.



## Подними круг

*Игровая цель:* Надень на крючок петельку быстрее товарища.

*Задачи:* Развитие глазомера и точности движений рук.

*Содержание игры:* Играющие делятся на две команды. Два игрока (по одному из каждой команды) стоят в обручах или нарисованных кружках на расстоянии 1–1,2 м от деревянного круга с петельками, в руках у них удочки с проволочными крючками. Они стараются, не выходя из круга или обруча, подцепить деревянный круг за петельку. Тот, кому это удается, получает победное очко.

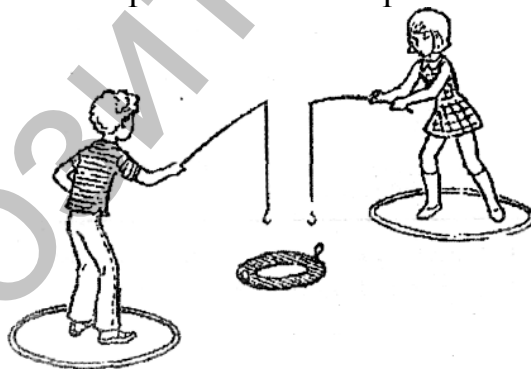
*Правила игры:* 1. Нельзя выходить из круга. Если поймал петельку, но при этом вышел из круга, победа не засчитывается. 2. В кругу (в обруче) возможны любые перемещения.

*Подведение итогов игры:* Побеждает команда, набравшая наибольшее количество очков.

*Методические указания:* Вместо круга можно использовать любой другой предмет, к которому можно приделать петельки. Можно сделать 3–4 петельки, тогда сразу будет играть три-четыре человека. Для начала петельки должны быть большого размера, а с освоением этого упражнения поменьше.

*Место занятий:* Игровая площадка, комната, зал, лесная поляна.

*Инвентарь:* Круг (диаметром 30–40 см) из фанеры с двумя петельками из тесьмы на разных сторонах, две удочки-палочки (длина 80 см) с веревочками или тесьмой с крючками из проволоки на конце.



## Конус – удочка

*Игровая цель:* Поймай шарик в конус.

*Задачи:* Тренировка мышц глаз, развитие точности движений мелкой моторики рук.

*Содержание игры:* Движением кисти играющий подбрасывает шарики и старается поймать их в конус. Необходимо поймать все шарики. Время фиксируется. Вначале игра выполняется правой рукой, а затем левой.

*Правила игры:* 1. Правилами оговаривается: а) если в игре сразу все 6 шариков, то каждый игрок использует установленное время для их лов-

ли; б) если 1 или 2 шарика, то засекают время, потраченное на их ловлю.  
2. За каждый пойманный шарик (в первом случае) присуждается очко.

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот, кому потребовалось меньше времени на выполнение условий игры, или набравший наибольшее количество очков

*Методические указания:* Вначале дети осваивают игру с одним шариком. Затем их количество может быть увеличено до шести.

*Место занятий:* Игровая комната.

*Инвентарь:* Картонный, деревянный или пластмассовый, полый конус и привязанные на шнурках к нему деревянные шарики.



**Мишень – качалка**

*Игровая цель:* Набросить все кольца.

*Задачи:* развитие глазомера и точности движений рук.

*Содержание игры:* Играют 6–8 человек у каждого в руках по кольцу. На расстоянии 3–4 м от линии броска устанавливается стойка-качалка. Один из играющих раскачивает качалку, остальные по очереди бросают кольца на качающуюся мишень. Броски выполняются 3–5 раз.

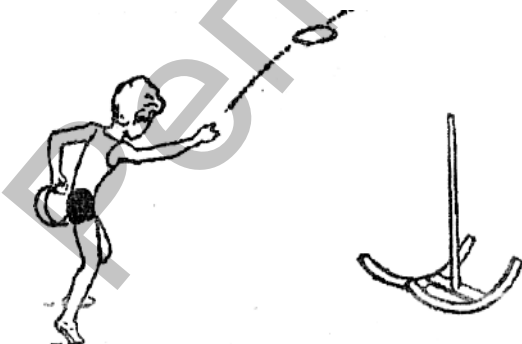
*Правила игры:* 1. За каждое попадание игрок получает очко. 2. Заступать линию броска нельзя, в этом случае очко не присуждается. 3. Правилами оговариваются условия бросков: по 3–5 бросков сразу; по 2 броска и т.п.

*Подведение итогов игры:* Выигрывает тот, у кого к концу игры будет наибольшее количество очков.

*Методические указания:* По мере освоения бросков, расстояние увеличивается. По возможности используют разные кольца: по весу по фактуре.

*Место занятий:* Игровая площадка, зал.

*Инвентарь:* Стойка-качалка (высота 30–40 см) и 6–8 колец фанерных или пластмассовых.



## ***Ирландское бильбоке***

*Игровая цель:* Попади в малое кольцо.

*Задачи:* Развитие глазомера, точности движений.

*Содержание игры:* В игре могут участвовать от 2 до 8 человек. Положив на сетку шарик или маленький мяч, игрок слегка соединяет палочки, затем резко разводит их в стороны, подбрасывая этим движением шарик вверх. После этого он должен поймать шарик в сетку или в одно из колец. Каждый ловит шарик от 3 до 5 раз (по договоренности).

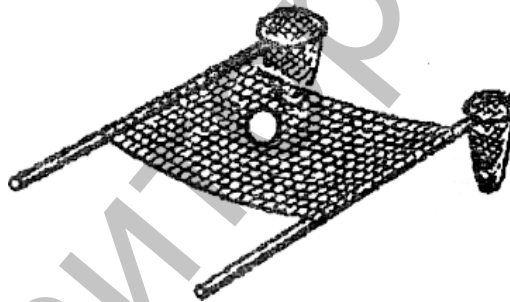
*Правила игры:* 1. Шарик в сетке – 1 очко, в большом кольце – 2, в маленьком – 3 очка.

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот, у кого в сумме будет большее количество очков.

*Методические указания:* Слишком большое количество желающих на одно бильбоке нежелательно.

*Место занятий:* Игровая комната, зал.

*Инвентарь:* Сетка на двух палочках длиной 40–50 см, сетка натягивается так, чтобы один конец палочки был свободен (чтобы держать), а на другой прикрепляется кольцо с сеткой (диаметром 5 см и 10 см).



## ***Накинть кольцо***

*Игровая цель:* Кто большее количество раз набросит кольцо на нос Петрушки (Буратино).

*Задачи:* Развитие точности движений, глазомера.

*Содержание игры:* Из фанеры выпиливают смешную фигурку с длинным носом. На тонком шнуре длиной 25–30 см к кончику носа привязывают колечко. Держат фигурку за древко (ручку). Играют две команды, у каждого в руке по фигурке. Одна команда выполняет упражнения, а другая – ведет счет. Задание выполняется по сигналу, сначала левой рукой, затем правой. Результаты подсчитываются.

*Правила игры:* 1. Правилами оговаривается, в какой последовательности выполняются поставленные задачи. 2. За каждое брошенное кольцо – 1 очко.

*Подведение итогов игры:* Побеждает тот игрок или та команда, которая наберет больше всех очков.

*Методические указания:* Диаметр кольца и длина шнура может быть изменены.

*Место занятий:* Игровая комната, зал.

*Инвентарь:* Вырезанные фигурки.



### **Сквозные лунки**

*Игровая цель:* Кто большее количество раз попадет в лунки?

*Задачи:* Развитие координации движений, глазомера.

*Содержание игры:* Игра проводится в парах: один выполняет упражнение, другой ведет счет. Задача играющего забросить шарик последовательно в первое, второе и третье отверстия. Это задание нужно выполнять за определенное время (1 или 2) минуты. Результаты подсчитываются, а фигурка передается партнеру.

*Правила игры:* 1. За попадание в первую лунку – 1 очко, во вторую – 2, в третью – 3 очка. 2. Порядок попадания в лунки и время оговариваются заранее, до начала игры.

*Подведение итогов игры:* Выигрывает игрок, набравший наибольшее количество очков.

*Методические указания:* Вначале фигуру вырезают с одной лункой и более удобную, а постепенно, по мере освоения игры, условия усложняются.

*Место занятий:* Игровая комната, площадка.

*Инвентарь:* Из фанеры выпиливаются фигурки с тремя круглыми отверстиями, как показано на рисунке, к концу каждой на нитке привязывается шарик (или кубик) [4].

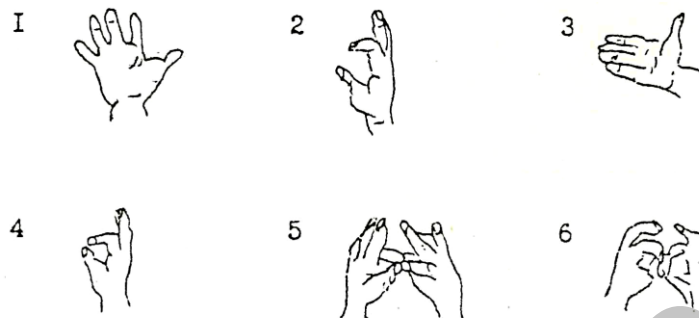
## **5. Пальчиковая гимнастика**

### **Рука – пальцы**

1. Поставленная вертикально рука с широко разведенными пальцами обозначает начало игры.
2. Рука с согнутыми двумя пальцами – приветствие.
3. Наклонное положение кисти руки – флажок.
4. Сомкнутые друг с другом два пальца руки. Например: большой и указательный – приветствие.



5. Изображение птицы – кормление птенца.
6. Округленные два пальца – окно, очки.

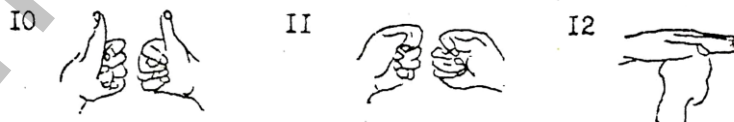


7. Два, три пальца касаются друг друга – щупальца.
8. Указательный и большой пальцы руки – бегущий человек.
9. Вращательные движения высоко поднятым вверх указательным пальцем – пчелиный рой.



### **Кулак – рука**

10. Два кулака с высоко поднятыми вверх пальцами – беседующие между собой персонажи – человечки, животные.
11. Большие пальцы, спрятанные в кулак, – животные в своем жилище.
12. Правая ладонь, сжатая в кулак; левая, плотно прижатая сверху – стол.



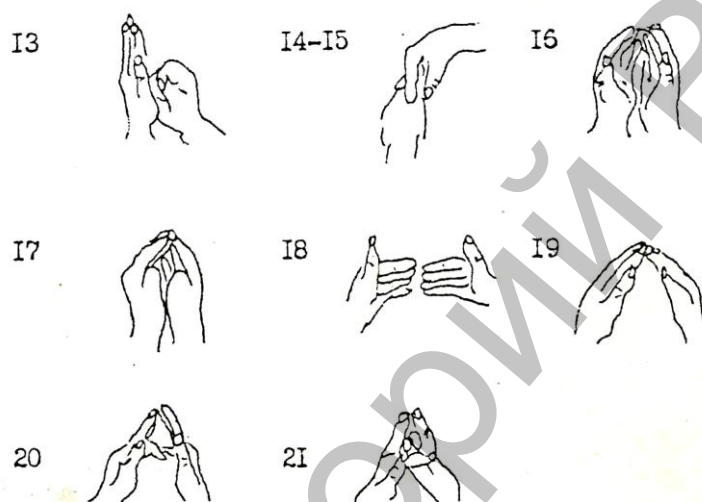
13. Правая ладонь, сжатая в кулак; левая прижатая вертикально к правой, – стул, кресло.
14. Одна рука, сжатая в кулак, немного прикрытая сверху – горшок, корыто.
15. Палец второй руки в отверстии – пьющий человечек.
16. Соединенные, округленные ладони – тарелка, гнездо.
17. Соединенные, округленные ладони (рис. 16), но большие пальцы спрятаны вовнутрь – гнездо птицы, яйца в гнезде.

18. Сведенные кончики пальцев рук, соединенные в наклонном положении ладоней, – дверь, ворота.

19. Кончики пальцев рук, прижатые друг к другу в горизонтальном положении – крыша, башня, дом.

20. Положение рук то же, что и на рис. 19, но указательные пальцы выпрямлены вперед – магазин с прилавком.

21. Положение рук то же, что и на рис. 19, но большие пальцы на «прилавке» (на указательных пальцах) – беседующие между собой покупатель и продавец.



22. Положение рук горизонтальное, кончики пальцев касаются друг друга – мостик, тропинка, дом.

23. Разведенные к низу пальцы, опирающиеся на стол, – дом.

24. Рука, сжатая в кулак, большой палец закрыт остальными четырьмя пальцами – дом закрыт.

25. Положение рук то же (рис. 24), но большой палец выпрямлен – дом открыт.

26. Указательный и средний пальцы разведены, безымянный и мизинец полусогнуты и наклонены к большому – зайчик.

27. Обе ладони соединены, пальцы округлены и слегка разведены – чашка, цветок.

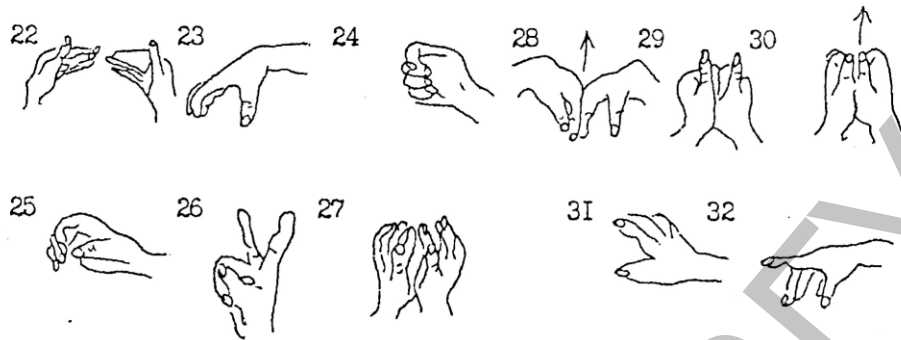
28. Тыльные стороны ладоней соединены, пальцы опущены вниз – корень растения.

29. Пальцы сжаты в кулак, плотно прижаты к друг другу, медленно поднимаются вверх, до высоты большого пальца, – прорастает растение.

30. Положение рук то же (рис. 29), но пальцы медленно тянутся вверх до положения «чашечки цветка» (рис. 27).

31. Рука на столе ладонью вниз, три первых пальца вытянуты вперед, два последних согнуты – большой зайчик.

32. Положение рук то же (рис. 31), но указательный палец вытянут вперед, остальные бегут по столу – бежит лошадка, собачка.



33. Положение правой руки то же (рис. 32), но указательный и средний пальцы левой руки широко разведены, «посажены» на указательный палец правой руки – всадник на лошади.

34. Локоть левой руки на столе, рука сжата в кулак, указательный и большой пальцы вытянуты вверх, локоть двигается вперед – бегущая женщина. Правая рука изображает собачку.

35. Локоть правой руки на столе, пальцы широко развернуты – дерево. Два пальца левой руки взбираются вверх по предплечью – малыш взбирается на дерево.

36. Правая рука прижата к столу ладонью вниз, указательный и средний пальцы широко разведены и выпрямлены вперед вверх – улитка с рожками.

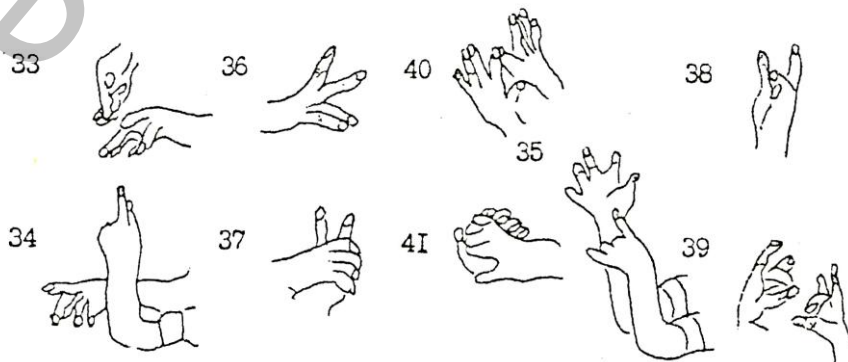
37. Положение правой руки то же (рис. 36), левая рука лежит на тыльной стороне правой – домик улитки.

38. Средний и безымянный палец прижаты согнутым большим пальцем к ладони, мизинец и указательный палец вытянуты вверх – кошка.

39. Кончик большого, среднего и безымянного пальцев соединены вместе, указательный и мизинец слегка согнуты – собачка.

40. Пальцы рук прогибаются назад и сгибаются вперед – полет птицы.

41. Пальцы одной руки слегка приоткрыты и согнуты; другая рука покоится между большим и указательным пальцем – птица, высиживающая птенцов.



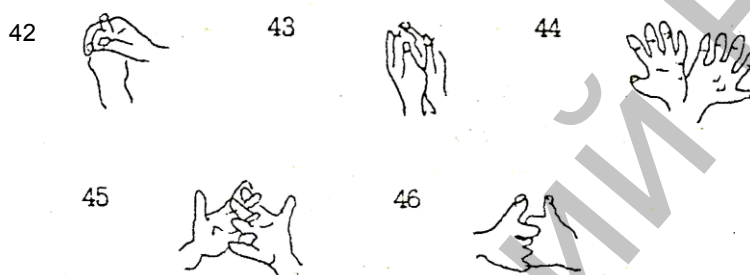
42. Большой палец одной руки плотно обхвачен пальцами другой руки, птица в гнезде, человек в доме.

43. Ладони плотно прижаты друг к другу и слегка приоткрыты – кораблик.

44. Руки приподняты вверх, скрещены, пальцы разведены – солнечные лучи.

45. Пальцы обеих рук скрещены – елка, ветки деревьев. Руки сцеплены пальцами внутрь. Тыльные стороны кистей рук наружу, большие пальцы приподняты кверху – пассажиры в автобусе.

46. Руки сцеплены пальцами внутрь. Тыльные стороны кистей наружу, большие пальцы приподняты кверху – пассажиры в автобусе [5].



## 6. Пальчиковые упражнения

1. Нанизывание бисера, бусинок или пуговиц на иголку с ниткой или толстую леску. Активное движение может осуществлять как рука с иголкой, так и рука, держащая и «насаживающая» бусинку или пуговицу на иголку.

2. Выполнение вращательных движений при открывании и закрывании крышек, пробок разной величины и конфигурации на пузырьках, банках. Начинать с медленных движений, постепенно ускоряя, затем постепенно замедляя темп. Чередовать быстрые и медленные движения, с резким переходом от одного вида движения к другому.

3. «Лепим пирожки, снежки». Совершать в различном темпе имитационные движения «лепки». С попеременным «вдавливанием» пальцами ладоней (правой, левой), прищипыванием главного с указательным, большим, безымянным пальцами, мизинцем.

4. Развязывание узелков косынки, на шнуре, ленте, попеременно включая в работу пальчики правой и левой руки на время и скорость.

5. Скручивание толстой синтетической нити с различным темпом вращения, чередуя ведущую руку (можно имитировать).

6. Наматывание ниток на клубок, катушку (раскручивание) с разным темпом.

7. Игра на пианино (или имитация этих движений).

8. Перебирая пальцами, крутить карандаш, бобину с нитками, гладкий брусок (сначала использовать все пальцы, а потом только по два справа и слева, меняя их).

9. «Мы вяжем». Имитация процесса вязания с различной амплитудой движения.

10. «Пальцевая живопись»: «Обмакнув» кончики пальцев в краску, изображать в воздухе, на бумаге, на снегу, на песке, на стекле и т.д. разные предметы. В зависимости от предмета предлагается рисовать одним, двумя, и т.д. пальчиками одновременно, чередуя.

11. Упражнение с эспандерами. Кистевой эспандер (резиновое кольцо или любой другой эспандер, который ребенок может сжать). Сжимаем на каждый ударный слог, после каждой строчки – смена рук. (Использовать любые детские стишки).

12. Упражнение со стопором. Нажимаем пальцами (кроме большого) на стопор (фурнитура) или любую кнопку. Нажим – на каждый ударный слог стиха. После двустихия – смена рук.

13. Дети берут мизинец (безымянный, средний, указательный, большой) правой рукой и вращают его в одну и в другую сторону. Затем меняют руки и тоже проделывают с пальчиками другой руки по очереди. При этом проговаривают четверостишья:

Чтоб писать мизинчик мог,  
Крутим пальчик, как волчок.  
Пальчик ходит вверх и вниз –  
Ну-ка, пальчик, не ленись!

С безымянным пальцем дружим  
И его тихонько кружим.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Учим пальчик танцевать.

За столом сидит Антошка  
И в стакане крутит ложкой.  
А зачем же, отвечай?  
Просто он мешает чай.

Указательный – герой!  
Этот пальчик рвется в бой!  
Чтобы он умел бороться,  
Научить его придётся.

Долго мы часы заводим,  
Ловко стрелки переводим.  
Вот пойдут часы у нас –  
Будем знать, который час.

14. Разминка согнутых пальцев одной руки пальцами другой. Дети сгибают как можно сильнее мизинец (безымянный, средний, указательный, большой, все четыре пальчика) правой руки, упираются кончиком пальца в ладонь и нажимают сверху большим пальцем другой руки, как бы «втыкая» кончик пальца в ладонь. Подушечка пальчика должна быть прижата к основанию пальца. Упражнение повторяют, меняя руки, при этом проговаривают четверостишья:

Пальчик до конца согнём  
И в ладонь его упрём.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Будем сверху нажимать!

Безымянный пальчик сложим.  
И в ладонь его положим.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Будем сверху нажимать!

Средний пальчик изогнулся  
И в ладошку к нам уткнулся.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Будем сверху нажимать!

Пальчик спрятаться решил.  
Как он братцев насмешил!  
Все хохочут: «Слушай, друг,  
Ты же виден всем вокруг!»

Хоть большой и всех сильнее,  
Так он гнуться не умеет.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Будем сверху нажимать!

Наши пальчики согнём  
И другой рукой возьмём.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Будем сверху нажимать!

15. Вращение пальцев одной руки без помощи другой. Дети сжимают руку в кулачек, вытягивают большой (указательный, средний, безымянный, мизинец) палец и вращают им сначала в одну сторону, а затем в другую сторону. Упражнение проделывают несколько раз, затем меняют руки, при этом проговаривают четверостишья:

Почему же наш большой  
Крутит, вертит головой?  
Он на судне капитан –  
Изучает океан.

Палец указательный  
Умный и внимательный.  
Занят делом постоянно.  
Он – помощник капитана.

Средний пальчик наш – матрос,  
Мачту он на борт принёс.  
Чтоб он весел был в пути,  
Надо пальцем покрутить.

Безымянный палец – кок,  
Он испёк большой пирог.  
Поперчил и посолил,  
И вокруг него ходил.

Наш мизинец – это юнга.  
Он сейчас прямой, как струнка.  
Юнга трудится весь день –  
Нам крутить его не лень [6].

## 7. Игры в теневой театр

Комната, в которой проводится теневая игра, затемняется. Источник света (торшер, настольная лампа) освещает экран (светлую стенку) на расстоянии 3–4 м. Между экраном и источником света, (на расстоянии 1,5–2 м от экрана) производятся движения руками, от которых падает тень на освещенный экран. Правильное размещение рук между стенкой и источником света зависит от силы источника света.

Теневая игра сопровождается короткими диалогами, сценками. Исполнители должны располагаться так, чтобы тень, падающая на экран, отражала только положение кисти и предплечья. Большой эффект в теневой игре достигается благодаря изменению расстояния руки от источника света. Это дает возможность увеличивать или уменьшать размеры теневых фигур.

### «Зайчики»

*Цель:* развивать движение кистей рук и пальцев, умение действовать по подражанию, пробудить интерес и положительное эмоциональное отношение к игре, способствовать развитию связанной речи.

*Ход:* взрослый складывает пальцы рук, получается изображение зайчика: мизинец и безымянный сгибаются и придерживаются большим пальцем – «мордочка», а два других поднимаются вверх – «ушки», кисть руки чуть-чуть наклоняется вперед.

«Зайчик» прыгает на экране. Это мама-зайчиха ищет своих зайчат. «Где они?» – спрашивает взрослый и предлагает изобразить детям «зайчат». Дети складывают пальцы, поднимают руки к экрану, «зайчики» прыгают вокруг «зайчихи» (поощряется эмоциональное проявление, разнообразие действия). Предлагается сочинить историю о зайчихе и зайчатах.

### *«Гуси»*

*Цель:* та же, что и в предыдущей игре.

*Ход:* взрослый сжимает все 4 пальца вместе, а большой прижимает к нему снизу, резко сгибая кисть вниз: «Га-га-га, где мои гусята?» Помочь детям сделать «гуся». Гусята гуляют с мамой, мама зовет их: «Гуси-гуси! Га-га-га. Есть хотите? Да-да-да. Так спешите. – А куда? Га-га-га. Имитируя движения бега гусят, дети стараются передать их характер, показывают разные движения в зависимости от ситуации. Затем дети сами сочиняют истории и инсценируют их с помощью рук. (Предлагают включать в игру обе руки).

## **8. Игры-забавы**

Предложенные в данном разделе игры, могут использоваться в комплексе с общеразвивающими упражнениями, могут проводиться с музыкальным сопровождением и без него, на праздниках, на физкультурных занятиях, на прогулке и дома, во время проведения зарядки и физкультминуток. Данные упражнения способствуют развитию, внимания, памяти, пространственной координации, речи и мышления.

### *Мы ногами топ-топ*

Исходное положение: Дети стоят лицом к ведущему.

#### *Лексический материал*

Мы ногами топ-топ,

А руками хлоп-хлоп,

А потом прыг-скок

И еще разок.

А потом вприсядку,

А потом вприсядку,

А потом вприсядку,

Снова по порядку.

#### *Описание движений*

Дети ритмично топают, положив руки на пояс.

Ритмично хлопают в ладоши.

Выполняют прыжки на месте.

Выполняют прыжки на месте с поворотом вокруг своей оси.

Выставляют каждую ногу на пятку, по очереди.

Танец начинается сначала.



## *Летом*

Исходное положение: Дети стоят лицом к ведущему.

### *Лексический материал*

Летом дети плавали,  
Бегали, гуляли.  
Летом дети прыгали,  
А после отдыхали.

### *Описание движений*

Имитируют.  
Выполняют бег на месте.  
Выполняют прыжки на месте.  
Кладут руки под щеку.

## *Девочки и мальчики*

Исходное положение: Дети стоят лицом к ведущему.

### *Лексический материал*

Девочки и мальчики  
Прыгают, как мячики,  
Ножками топают,  
Ручками хлопают,  
Глазками моргают.

### *Описание движений*

Дети кладут руки на пояс.  
Выполняют прыжки на месте.  
Ритмично топают.  
Ритмично хлопают в ладоши.  
Закрывают и открывают глаза  
(руки на поясе).

## *Топ-хлоп*

Исходное положение: Дети стоят лицом к ведущему.

### *Лексический материал*

Ножками затопали,  
Ручками захлопали,  
Головку опускаем  
И спину выпрямляем.

### *Описание движений*

Ритмично топают.  
Ритмично хлопают в ладоши.  
Выполняют наклоны головы вперед.  
Поднимают голову. Выпрямляются.  
Плечи отводят назад и опускают.

## *Игра в снежки*

Исходное положение: Дети стоят в двух шеренгах лицом друг к другу.

### *Лексический материал*

Мы в снежки играем смело,  
Ах, какое это дело!  
Любим все морозный день,  
Нам играть в снежки не лень.  
Хлоп, хлоп. Не зевай.

### *Описание движений*

Шеренги то сходятся,  
то расходятся.  
«Лепят и бросают снежки»

Ты от нас не убегай.  
Хлоп, хлоп. Не зевай.  
А теперь в меня бросай.  
Пусть зима морозит нас,  
Мы погреемся сейчас:  
Ручками похлопаем,  
Ножками потопаем!

Грозят пальчиком.  
Лепят и бросают снежки»  
«Зовут» руками.  
Шеренги сходятся.  
Шеренги расходятся.  
Ритмично хлопают.  
Топают, руки на пояс.

### *Зимняя пляска*

Исходное положение: Дети становятся в круг.

#### *Лексический материал*

Мы погреемся немножко,  
Мы похлопаем в ладошки:  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп.

Ножки тоже мы погреем,  
Мы потопаем скорее:  
Топ, топ, топ, топ.  
Рукавицы мы надели,  
Не боимся мы метели:  
Прыг, прыг, прыг, прыг.  
Мы с Морозом подружились,  
Как снежинки закружились:  
Да-да-да-да!

#### *Описание движений*

Дети, взявшись за руки, идут  
по кругу.  
Останавливаются и хлопают  
в ладоши.  
Двигаются по кругу.

Останавливаются и притопывают  
Вытягивают руки вперед,  
поворачивая ладони вверх-вниз  
Прыжки на месте.  
Дети, изображая «снежинок»,  
кружатся и «разлетаются» в раз-  
ные стороны [7].

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Смирнова Л.А. Игры с мелкими предметами / Л.А.Смирнова // Пачатковая навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. – Мн., № 2, 2004. – С. 31–32.
2. Смирнова Л.А. Игры с мелкими предметами / Л.А. Смирнова // Пачатковая навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. – Мн., № 5, 2004. – С. 35–37.
3. Смирнова Л.А. Игры с мелкими предметами / Л.А. Смирнова // Пачатковая навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. – Мн., № 6, 2004. – С. 43–44.
4. Смирнова Л.А. Игры с мелкими предметами / Л.А. Смирнова // Пачатковая навучанне: сям'я, дзіцячы сад, школа. – Мн., № 4, 2004. – С. 35–39.
5. Куксова Н.А. Развиваем мелкую моторику руки / Н.А. Куксова // Практический материал для воспитания дошкольных учреждений и учителей начальных классов. – Витебск: ИПК и ПРР и СО, 1997. – 26 с.
6. Узорова О.В., Нефедова Е.А. Пальчиковая гимнастика. – М., 2006. – 127 с.
7. Громова О.Н., Прокопенко Т.А. Игры-забавы по развитию мелкой моторики у детей: учебно-практическое пособие / О.Н. Громова, Т.А. Прокопенко. – М. 2001. – 59 с.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	3
1. Игры с мелкими предметами .....	4
2. Настольные игры .....	6
3. Игры с малым мячом .....	9
4. Набрасывание кольца или шарика .....	11
5. Пальчиковая гимнастика .....	16
6. Пальчиковые упражнения .....	20
7. Игры в теневой театр .....	23
8. Игры-забавы .....	24
Список литературы .....	27