

## «Нетрадиционные формы работы по развитию мелкой моторики у детей старшего дошкольного возраста»

Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук с использованием различных предметов

### ***ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ***

Грецкий орех положить между ладонями, прокатывать его от основания ладони к кончикам пальцев и обратно.

Грецкий орех положить между ладонями, делать круговые движения, постепенно увеличивая нажим и темп.

Катать два ореха между ладонями движениями вверх-вниз, по кругу.

Удерживать два (три) ореха между любыми растопыренными пальцами одной руки, обеих рук.

Два ореха держать в одной руке и вращать одним вокруг другого.

Упражнения желательно сопровождать проговариванием стихов:

- Прокачу я свой орех по ладоням снизу вверх,

А потом обратно, чтоб стало мне приятно.

- Научился два ореха между пальцами держать.

Это в школе мне поможет буквы ровные писать.

- Три ореха я возьму, между пальцами зажму.

Раз, два, три, четыре, пять, орехи сложно удержать!

- Я катаю мой орех, чтобы стал круглее всех.

- Вокруг Земли Луна летает, а вот зачем – сама не знает.

### ***КАРАНДАШИ***

Растирание ладоней шестигранным карандашом, несколькими карандашами движениями вверх – вниз. Ладони расположены вертикально (горизонтально).

Удерживать карандаш каждым согнутым пальцем, двумя любыми согнутыми пальцами под счет до 10. Удерживать карандаш пальцами, расположенными так: указательный и безымянный сверху, средний и мизинец – снизу.

Стихотворение:

- Карандаш в руках катаю, между пальчиков верчу.

Неприменно каждый пальчик быть послушным научу.

- Карандаш в руке катаю, я ладошки растираю.

Я ладошки разотру, рисовать потом пойду.

### ***МАССАЖНЫЕ ЩЁТКИ ИЛИ КОЛЮЧИЙ МЯЧИК***

Ребёнок катает мяч или круглую щётку для волос между ладонями движениями вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает темп и приговаривает:

У сосны, у пихты, ёлки очень колкие иголки.

Но ещё сильнее, чем ельник, вас уколёт можжевельник!

Массаж ладоней круговыми движениями мяча-на ударные слоги

стихотворения:

Гладила мама – ежиха ежат:

«Что за пригожие детки лежат!

Прокатывание мяча между растопыренными пальцами от большого пальца к мизинцу и обратно сначала одной, потом другой руки.

Движения соответствуют тексту:

Я мячом круги катаю (между ладоней по кругу),

Взад-вперед его гоняю (движения вверх-вниз),

Им поглажу я ладошку,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк -

Мяч летает между рук (переброс мяча из руки в руку).

### ***ЭСПАНДЕР КИСТЕВОЙ (МЯЧИК РЕЗИНОВЫЙ, ГРУША ОТ ПУЛЬВЕРИЗАТОРА)***

Сжимание – на ударные слоги:

- Сжать кольцо поможет нам сила с волей пополам.

Станут пальчики сильнее, а головушка – умнее.

- Я друзей своих встречаю.

Им всем руку пожимаю.

### ***ВОЗДУШНЫЕ ШАРЫ, НАПОЛНЕННЫЕ СОЛЬЮ, КРУПОЙ, МЕЛКИМИ КАМУШКАМИ***

Массировать каждый пальчик снизу вверх, сверху вниз круговыми движениями;

Массаж ладоней круговыми движениями, движениями вверх-вниз.

Эти шарики берем

Ими ручки разомнем.

Каждый шарик не простой -

Этот с солью, с рисом тот.

Меж ладошками кладем

Им ладошки разотрем.

Вверх и вниз его катаем

Свои ручки развиваем!

Можно шар катать по кругу,

Перекидывать друг другу.

Раз, два, три, четыре, пять -

Нам пора и отдыхать!

### ***ЧЁТКИ (БУСЫ)***

Считать количество бусин в прямом и обратном порядке.

Перебирать бусы и называть дни недели, месяцы, имена и т. д.

Щелчки каждым пальцем по подвешенным бусам.

Катать бусины между ладоней:

Покатаю я в руках бусинки – горошки.

Станьте ловкими скорей пальчики, ладошки.

Нанизывать бусины на леску:

Я сажу, но не скучаю,

Бусы маме собираю.

Нанизала бусы я -  
Рада мамочка моя!

### ***ПЕРЧАТКИ С НАШИТЫМИ ПУГОВИЦАМИ***

Нажимать на всю поверхность ладони и пальцы под счет до 10;  
Делать растирающие движения ладони и пальцев вверх-вниз и по кругу.

### ***ПОРОЛОН С НАШИТЫМИ ПУГОВИЦАМИ***

(Пуговицы нашиты в ряд): указательный и средний пальцы «шагают» по ряду из пуговиц, одновременно называя дни недели, месяцы, считая пуговицы, называя слоги или слова на отрабатываемый звук;

(Нашитые пуговицы изображают клавиатуру): дети нажимают сначала пальцами одной, потом другой и обеими руками вместе на «клавиатуру», сопровождая игру пальцев произнесением звуков, слогов, слов, чистоговорок, стихов.

Игры с пальцами с использованием разнообразного материала

### ***БЕЛЬЕВЫЕ ПРИЩЕПКИ***

Взять нетугие пластмассовые прищепки, поочередно «кусаем» подушечки пальцев на ударные слоги стихотворения от большого пальца к мизинцу (котенок кусается):

- Кусается сильно котёнок – глупыш, он думает: это не палец, а мышь (смена рук)

Но я же играю с тобою, малыш, а будешь кусаться – скажу тебе: «Кыш!»

- Большаку дрова рубить, а тебе воды носить,

А тебе печь топить, а тебе тесто месить,

А малышке песни петь, песни петь да плясать, родных братьев потешать.

Натянуть верёвочку на уровне плеч ребёнка и дать несколько прищепок. На каждый ударный слог стиха делается одно соответствующее движение:

Прищеплю прищепки ловко я на мамину верёвку.

### ***КРУПА***

Предлагаем детям сортировать, угадывать с закрытыми глазами, катать между большим и указательным пальцами, придавливать поочередно всеми пальцами обеих рук к столу, стараясь при этом делать вращательные движения. Интересно детям выкладывать разные фигуры по контуру, трафарету или по замыслу.

В чашку насыпать два вида крупы. Предложить сортировать в две разные чашечки:

Я помощницей расту. Своей маме помогу.

Я крупу переберу, рис от гречки отберу!

Выложить из гороха или фасоли дорожку: прямую. Волнистую и т. д. (по образцу, трафарету или самостоятельно):

Я горошины возьму, выложу дорожку.

Побежали по дорожке зайчик, белка, козлик.

Рассыпать на столе 10 горошин, прижимать каждую горошину по очереди к столу пальцами по очереди сначала одной. Потом другой руки. Затем прокатываем горошинку пальцем по кругу, прижимая ее к столу:

Дома я одна скучала, горсть горошинок достала.

Прежде чем игру начать, надо пальчику сказать:

«Пальчик, пальчик, мой хороший, ты прижми к столу горошек.

Покрути и покатай и другому передай».

Насыпать в кружку горох. На каждый ударный слог перекладывать горошины по одной в другую кружку:

Снегирь и сорока, и клёст, и синицы – зимуют у нас эти чудные птицы.

И чтоб они жили по-прежнему с нами, мы будем кормить их, конечно же, сами.

Насыпать горох в блюдце. Ребёнок большим и указательным пальцами берёт горошину и удерживает её остальными пальцами. Потом берёт ещё одну, ещё одну и так набирает целую горсть. Каждая горошина берётся на ударный слог:

Зёрнышки все, что хозяйка давала,

Курочка клювом по штучке склевала.

Насыпать в кастрюлю горох или фасоль. Ребёнок запускает туда руки и делает движения, имитирующие работу рук при замешивании теста, приговаривая:

Мы тесто месили, мы тесто месили:

Нас тщательно всё промесить попросили.

Но сколько не месим и сколько ни мнём,

Комочки опять и опять достаём.

«Волшебный колодец»: насыпать в глубокую пластмассовую банку фасоль и положить в неё мелкие игрушки (от киндеров). Ребёнок с закрытыми глазами должен назвать найденный предмет. Можно подобрать игрушки на закрепляемые звуки:

В ведре не соль, совсем не соль,

А разноцветная фасоль.

На дне игрушки для детей,

Мы их достанем без затей.

### ***РЕШЁТКА ДЛЯ РАКОВИНЫ, ПОДСТАВКА ПОД ГОРЯЧЕЕ***

(Ребёнок «ходит» указательным и средним пальцами по клеткам, на каждый ударный слог стиха, делая по шагу. Он может поворачивать в любом направлении, «ходить» одной, другой, обеими руками):

«Кто живёт в моей квартире».

Раз, два, три, четыре, пять, всех могу пересчитать:

Папа, мама, брат, сестра, бабушка, дедушка и я, вот и вся моя семья.

«Зоопарк»:

В зоопарке мы бродили, к каждой клетке подходили

И смотрели всех подряд – медвежат, волчат, бобрят.

### ***ВЕРЁВКА С УЗЕЛКАМИ***

(Завязать на верёвке узелки – до 12, ребёнок перебирает узелки пальцами).

На каждый узел называть день недели (по порядку), месяцы, времена года, гласные звуки, членов своей семьи:

Этот пальчик – дедушка, этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка, этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я, вот и вся моя семья.

Верёвку с узлами подвешать вертикально (это – лиана):

Там, где с деревьев свисают лианы, разные в джунглях живут обезьяны:

Лазают там шимпанзе, павианы, есть и гориллы, орангутаны.

Лезет, лезет альпинист-

В этом деле он артист.

По скале и по веревке

Он наверх залезет ловко!

Завязывание или развязывание на отрезке шнура заданного количества узелков.

### ***ВЕРЁВОЧКИ***

Различной длины и цвета заплетать в косички, выкладывать буквы, цифры, цветы, животных по контуру, самостоятельно:

Для своей сестрички я плету косички

Из шнура и из тесьмы, с нею очень мы дружны.

### ***ШНУРКИ***

Разместить на столе шнурок зигзагом и предложить ребенку «перепрыгнуть» каждым пальчиком через изгибы ручейка.

Нанизывание на шнурок различных фигурок с дырочкой посередине в заданной последовательности (цветок, звездочка, домик и т. д.).

### ***ПРОБКИ ОТ ПЛАСТИКОВЫХ БУТЫЛОК, ТЮБИКОВ ЗУБНОЙ ПАСТЫ, ПУГОВИЦЫ С УГЛУБЛЕНИЕМ***

Две пробки кладём резьбой верх. указательный и средний пальцы встают на них как «ноги». Двигаемся, делая по шагу на каждый ударный слог стиха.

Можно «ходить» одной, другой, двумя руками одновременно (4 пробки):

- Пальчик – мальчик, где ты был?

С этим братцем в лес ходил, с этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел, с этим братцем песни пел.

-Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,

Мы любим забавы холодной поры!

### ***ПОЛИЭТИЛЕН***

Кусочки размером примерно 1,5 x 2 детские ладони. Ребёнок комкает пальцами в ладонь, начиная с угла. Кусочки полиэтилена из кулачка торчать не должны. Сначала можно помогать себе другой рукой, но потом выполнять это упражнение только одной рукой). Вместо полиэтилена можно взять носовой платок:

У меня живет проглот -

Весь платок он скушал, вот!

Сразу стало у проглота

Брюхо, как у бегемота!