



СТУПЕНЬКА № 4

НАСТАЛО ВРЕМЯ НАМ, ДРУЗЬЯ, УЗНАТЬ, КАК НУЖНО МЕЛКОМОТОРНЫЙ НАВЫК РАЗВИВАТЬ!

Для этого можно работать в 2-х направлениях.

1. Развивать непосредственно мускулатуру руки, для этого можно:

- катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусины, шарики;
- разминать пальцами пластилин;
- запускать пальцами мелкие волчки;
- сжимать и разжимать кулачки, при этом можно представлять, как будто кулачок — бутончик цветка (утром он проснулся и раскрылся, а вечером заснул — закрылся, спрятался);
- делать мягкие кулачки, которые можно легко разжать и в которые взрослый может просунуть свои пальцы, и крепкие, которые не разожмешь;
- двумя пальцами руки (указательным и средним) «ходить» по столу: сначала медленно, как будто кто-то крадет, а потом быстро, как будто бежит (упражнение проводится сначала правой, а потом левой рукой);

- показывать отдельно только один палец — указательный, затем два — указательный и средний, далее три, четыре и пять;
- показывать только один большой палец отдельно;
- барабанить всеми пальцами обеих рук по столу;
- махать в воздухе только пальцами; кистями рук делать «фонарики»;
- хлопать в ладоши тихо и громко в разном темпе;
- собирать все пальчики в щепотку (пальчики собрались вместе — разбежались); нанизывать крупные пуговицы, бусины, шарики на нитку;
- наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, на собственный палец (получается колечко или спираль);
- завязывать узлы на толстой веревке, шнуре;
- застегивать пуговицы, крючки, молнии, кнопки, замочки, закручивать крышки, заводить механические игрушки ключиком.

Полезны такие виды деятельности, как изобразительная, конструктивная.

2. *Формировать графический навык, для этого можно:*

- рисовать по точкам;
- рисовать в тетрадях в крупную клетку (рисунки по клеточкам);
- штриховать разными способами;
- обводить контуры фигур.

