Игры и упражнения для развития мелкой моторики

Выбирайте то, что посильно ребенку и находится в зоне его ближайшего развития.

1. Раскрашивание. Начинайте с раскрашивания рисунков с толстыми контурами. Так ребенок не будет расстраиваться, если выйдет на край области для раскрашивания. Можно использовать, например, тетради «Кумон» из серии «Давай рисовать». Для экономии можно отсканировать все страницы и распечатывать их на цветном принтере, чтобы один и тот же рисунок можно было многократно отрабатывать. Задания в этих тетрадях начинаются с самых простых и постепенно усложняются. Также Вы можете использовать любые другие материалы для раскрашивания, соответствующие навыкам Вашего ребенка.

2. Нанизываем бусины на шнурок (начинайте с крупных, затем переходите к мелким)

4. Откручивание и закручивание различных крышек (на бутылках, флакончиках и т.д.).

5. Прячем в миску с фасолью мелкие фигурки, которые нравятся ребенку, и ребенок их ищет.

6. Разные игры с крупами.

7. Берем банку с пластиковой крышкой и делаем в ней прорези. Пусть ребенок засовывает в эти прорези пуговицы, монетки и т.д.

8. Занятия и игры с пластилином (отщипываем, катаем шарики, колбаски, размазываем, прилепляем шарики на подложки для пластилина). Подложки для пластилина можно найти в интернете, заламинировать и многократно использовать.

9. Разные игры с прищепками.

10. Пересыпаем крупы и другие мелкие предметы ложкой.

11. Наливаем воду из бутылки в чашку.

12. Переливаем воду из стакана в стакан.

13. Рвем бумагу, салфетки, цветную бумагу. Из обрывков можно сделать аппликацию.

14. Собираем мелкие предметы с помощью пинцета. Для начала можно взять крупные щипцы для сахара и собирать ими кусочки поролона (можно для этой цели порезать на кусочки цветные губки для мытья посуды).

15. Рисуем красками, мелками, карандашами в соответствии с возможностями ребенка.

16. Рисуем на бортиках ванны или на кафеле во время купания (есть специальные легкосмываемые и нетоксичные мелки для этой цели).

17. Переливаем воду из одной емкости в другую с помощью пипетки.

18. Наклейки разного уровня сложности (огромный выбор в магазинах). Начинайте с самых крупных и простых, затем постепенно усложняйте.

19. Различные мозаики. Можно начать с самой крупной мозаики и постепенно усложнять. Выбор мозаики очень большой.

20. «Штампики». Можно купить готовые или сделать, например, из картошки. Окунаем штампики в краску и ставим «печати».

21. Пазлы.

22. Расстегивание и застегивание кнопок.

23. Игрушки с липучками, молниями, пуговицами, кнопками, застежками, а также реальные предметы с этими элементами.

24. Термомозаика.

25. Забиваем молотком (игрушечным) колышки или другие предметы.

26. Закручиваем и откручиваем большие болты отверткой и гаечным ключом.

27. Различные конструкторы.

28. Игры с тестом (выбирайте варианты без глютена или делайте сами). Можно, например, прятать в тесте какую-то мелкую игрушку и ребенок будет ее искать.

29. Игры с кинетическим песком.

30. Игры с песком (например, накладывание песка совочком в ведерко, формочки и т.д.).

31. Игровые наборы на липучках (например, фрукты, овощи, разные продукты питания), которые нужно разрезать безопасным ножом.

32. Различные пальчиковые игры.

33. Выжимаем воду из губки.

34. Игры с природными материалами (орехи, жёлуди, камушки, ракушки).

35. Игры с мячиками разного размера и фактуры.

36. Эспандер

37. Суджоку (тщательно массируем пружинкой каждый пальчик)

38. Режем ножницами.

Этапы обучения:

- научите ребенка держать ножницы,
- научите смыкать и размыкать ножницы,
- режем только край бумаги (можно использовать тетради «Кумон» или аналогичные или просто резать бумагу),
- разрезаем поперек тонкие полоски бумаги (сначала можно резать, как получится, а потом рисовать толстую линию и просить ребенка резать по линии, толщину линии постепенно уменьшать),
- разрезаем широкие полоски (два и более движений ножницами), постепенно увеличиваем ширину полосок,
- переходим к волнистым линиям,
- вырезаем фигуры различных форм и размеров.

При обучении используйте детские безопасные ножницы. При работе с ножницами важно, чтобы обе руки работали согласованно. Одна рука режет, а другая поддерживает бумагу и поворачивает ее при необходимости.

39. Сортируем мелкие предметы (например, фасоль, орехи, камушки).

40. Нанизываем крупные макароны (желательно без глютена) на соломинку.

41. Аппликации (начинаем с простых и постепенно усложняем).

42. Учимся складывать бумагу пополам.

43. Вылавливаем из воды мелкие предметы руками или сачком.

44. Сматываем пряжу в клубок или нитки на катушку.

45. Игры с резиночками. Натягиваем резиночки на специальные или самодельные планшеты с гвоздиками, создаем различные фигуры из натянутых резиночек.

46. Рисуем пальцами по муке (насыпаем БГ муку на противень, и ребенок рисует пальцами разные фигуры, узоры, буквы и т.д.).

47. Комкаем бумагу в плотный комок («снежки»).

48. Учимся работать с дыроколом.

49. Прячем сюрприз в фантик, фольгу или красивую бумагу, и ребенок разворачивает бумагу в поисках сюрприза.

50. Бизиборды (можно сделать самим или купить).

51. Различные сортеры.

52. Рамки-вкладыши.

53. Пальчиковый театр.

54. Игрушечные или настоящие скалки и другие приспособления для выпечки.

Перечисленные игры и упражнения улучшат навыки мелкой моторики ребенка. Хорошие навыки мелкой моторики позволят ребенку научиться выполнять различную повседневную деятельность и стать более самостоятельным. Успехов в занятиях!