

Чтобы быть умным - надо работать руками!

«Движение - это жизнь, а жизнь - это есть движение» - эти слова Аристотеля стали поговоркой. Перефразируя её можно сказать, что движения пальцев рук – жизнь мозга. Именно мелкая моторика помогает совершенствовать речь, внимание, мышление, зрительную и двигательную память человека. Развитие навыков мелкой моторики важно ещё и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать. Писать! У ребенка со слабо развитой пишущей рукой, слабой координацией движений затрудняется точное воспроизведение букв и их соединений. В первом классе это может быть не так заметно, но со второго класса, когда темп письма увеличивается, у ребёнка появятся трудности. Чтобы не отстать от других, он будет торопиться, а значит появятся пропуски, замены букв и т.д.

Поэтому, для первоклассников мы подготовили интересные и доступные упражнения с карандашами.

1. Перетирание.

Взять неотточенный карандаш, зажать между ладонями и потереть. Отложить карандаш, опустить руки и потрясти ими «Птички улетели» (выполняется после каждого упражнения).

2. Щепотка.

Поставить локти на стол. Мизинцем и безымянным пальцами зажать салфетку, скрепку, монетку... Учим делать щепотку. Соединяем вместе и разъединяем полусогнутые большой, указательный и средние пальцы на обеих руках.

3. Вертушка.

Поставить локти на стол. Взять щепоткой неотточенный карандаш с двух сторон. Покрутить его к себе, от себя.

4. Ножницы.

Поставить локти на стол. Большой палец лежит на мизинце и безымянном пальцах, затем взять указательными и средними пальцами два неотточенных карандаша с двух сторон. Удерживать карандаши между указательными и средними пальцами. Раздвигать и соединять пальцы с карандашами на каждой руке одновременно.

5. Ушки зайчика.

Поставить локти на стол. Большой палец лежит на мизинце и безымянном пальцах. Указательный и средний выпрямлены. Попеременно двигать указательными и средними пальцами вперёд, назад. Следить за тем, чтобы пальцы не сгибались.

6. Мельница.

Поставить локти на стол. Большой палец лежит на мизинце и безымянном пальцах. Указательный и средний выпрямлены. Середину неотточенного карандаша зажать вторыми фалангами указательного и среднего пальцев (ямочками). Попеременно двигать указательными и средними пальцами вперед, назад. Следить за тем, чтобы кисть не работала.

7. Эстафета.

Поставить локти на стол. Взять щепоткой неотточенный карандаш с двух сторон. Удерживать его большими пальцами обеих рук, остальные пальцы сжать в кулак. С помощью большого пальца передавать карандаш на указательные, средние и т.д. пальцы. При удерживании карандаша, остальные пальцы сжимаются в кулак.

8. Ближе – дальше.

Взять щепоткой (большим, указательным и средним пальцами) за конец неотточенного карандаша. Поднять кисть вместе с карандашом. Локоть на столе. Перебирая большим, указательным и средним пальцами карандаш, двигаться от одного конца карандаша к другому.

9. Юла.

Неотточенный карандаш лежит на столе. Указательным и большим пальцами крутить карандаш по центру, как юлу. Можно прокручивать по часовой стрелке и против, попробовать сделать это же большим и средним пальцами.

10. Едем с горки.

На отточенном карандаше сделать «упор» из канцелярской резинки на расстоянии 1,5 – 2 сантиметра от грифеля. Держать заточенный карандаш за верхушку тремя пальцами: большим, указательным и средним (щепотью). Карандаш ставится перпендикулярно листу бумаги на строчку заточенным концом. Не отрывая карандаша от листа бумаги, скользить пальцами вниз до «упора». Упражнение повторить.

11. Змейка. Ребенок берет отточенный карандаш с «упором» за верхушку тремя пальцами - щепоткой. Вращая карандаш по часовой стрелке, ребенок начинает опускать пальцы (щепотью) вниз по карандашу (карандаш извивается, как змейка). Карандаш при этом проходит между большим и указательным пальцами. Упражнение выполняется сначала в воздухе, а затем с упором в лист бумаги.

12. Дождик. Взять щепоткой отточенный карандаш с «упором», положить кисть руки на лист бумаги. Наносить мелкие штрихи (дождик накапывает).

13. Ливень. Взять щепоткой отточенный карандаш с «упором», положить кисть руки на лист бумаги. Рисовать без отрыва карандаша от листа бумаги линии вверх – вниз.

Учителя-логопеды:

Ермакова Виктория Романовна

Ямпольская Анна Борисовна
