**УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ РУЧНОЙ УМЕЛОСТИ**

**Упр. 1 «Мы бумагу не просто рвем»**

*Цель*: развитие тонкой моторики, образного мышления, воображения, речи.

*Материал:* листы белой и цветной бумаги, клей, тряпочка для рук.

* Дать ребенку маленький клочок бумаги и предложить ему порвать его на возможно большее число кусочков. Стремитесь к тому, чтобы размер всех кусочков уменьшался.
* Создать какой-либо образ, приклеивая маленькие кусочки бумаги на цветной лист бумаги.
* Обрывная аппликация. Дети при помощи рук создают заданные образы из листа бумаги методом обрывной аппликации. Бумага отрывается по воображаемому контуру; затем все это приклеивается и составляется рассказ.

**Упр.2 «Конфетти»**

*Цель*: развитие творческого воображения, мелкой моторики.

*Материал*: конфетти, клей, кисточка, лист бумаги, тряпочка для клея.

* Перед ребенком на листе бумаги нанесен контур будущего изображения. Это могут быть: рыбка, попугай, яблоко и т. д. Дети берут по одному кружочку конфетти и наклеивают по контуру. Следует использовать конфетти разных цветов, тогда работы получаются очень красочными.
* С приобретенными детьми навыками работы можно переходить к созданию различных композиций. Кружочки конфетти можно наклеивать и способом наложения – тогда изображение получается выпуклым.

**Упр. 3 «Послушные пуговицы»**

*Цель*: развитие мелкой моторки рук, умения прочитывать схему и воспроизводить ее, обучение счету, развитие логического мышления, развитие точных движений рук и координации движений.

*Материал:* пуговицы различной величины с различным количеством дырочек, схемы для пришивания, шерстяная нитка с покрытыми лаком кончиками.

* Дети учатся «пришивать» ниткой пуговицы с двумя дурочками, затем – пуговицу на ножке.
* Дети «пришивают» ниткой пуговицу по схеме.
* Дети самостоятельно «пришивают» пуговицу и рисуют схему. При этом нужно придумать как можно больше различных способов выполнения заданий.

**Упр. 4 «Веселые волчки»**

*Цель*: развитие точных движений рук и координации движений.

* Дети запускают волчки. Нужно постараться, чтобы он прокрутился как можно дольше. Волчки запускаются правой и левой рукой, меняя пальцы. Например, только большим и безымянным, большим и мизинцем, всеми пальцами.

**Упр. 5 «Послушные спички»**

*Цель*: *развитие* точных движений рук и координации движений, развитие внимания, памяти, речи.

*Материал:* коробок спичек, карточки с изображением заданий.

* Перед каждым играющим в беспорядке находятся 15 спичек. Нужно как можно быстрее перенести спичку одну за другой на расстояние 30 см и сложить так, чтобы головки были обращены в одну сторону. При переносе спички не должны скользить по столу. При выполнении этого задания следует выполнять следующие правила:
  1. пользоваться пальцами обеих рук
  2. пользоваться любыми пальцами левой руки
  3. пользоваться только двумя пальцами – большим и мизинцем;
  4. только указательным и средним;
  5. только средним и безымянным;
  6. двумя мизинцами обеих рук выложить прямую из 10 спичек;
  7. средним и мизинцем построить три четырехугольника;
  8. указательным и безымянным построить «колодец» из 16 спичек.
* Рассыпать на столе спички и попытаться собрать как можно больше спичек, удерживая спички на пальцах. Работает правая и левая рука.
* Произнести скороговорку: *«Около кола колокола»* и одновременно правой и левой рукой выложить три квадрата.
* Произнести скороговорку второй раз и точно так же убрать по одной спичке, удерживая спички в каждой руке.

**НЕКОТОРЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ**

***Возрастные особенности развития тонкой моторики рук***

2-3 года. Открывает ящик и опрокидывает его содержимое. Играет с песком и глиной. Открывает крышки, использует ножницы, красит пальцем. Нанизывает бусы.

3-4 года. Держит карандаш пальцами, копирует формы несколькими чертами. Собирает и строит постройки из 9 кубиков.

4-5 лет. Рисует карандашами или цветными мелками. Строит постройки более чем из 9 кубиков. Складывает бумагу более чем 1 раз. Определяет предметы в мешке на ощупь, лепит из пластилина (от 2 до 3 частей), шнурует ботинки.

***Возрастные особенности развития общей моторики***

2-3 года. Учится бегать, ходить на носках, сохранять равновесие на одной ноге. Сидит на корточках, спрыгивает с последней ступеньки.

3-4 года. Бросает мяч из-за головы. Хватает катящийся мяч, спускается вниз по лестнице, используя попеременно ту или другую ногу. Прыгает на одной ноге. Стоит на одной ноге в течение 10 с. Сохраняет равновесие при качании на качелях.

4-5 лет. Прыгает на одной ноге, ходит по бревну. Прыгает попеременно то на одной ноге, затем на другой ноге. Поднимается вверх по лестнице.

5-6 лет. Хорошо прыгает, бегает, прыгает через веревочку, прыгает попеременно на одной и другой ноге; бегает на носках. Катается на двухколесном велосипеде, учится кататься на коньках, играть в хоккей.

***Тест на распознавание пальцев***

Он поможет оценить функционирование теменно-затылочных отделов коры головного мозга ребенка.

Сядьте за стол напротив ребенка, попросите его протянуть руку, закройте ладонь и пальцы этой руки своей рукой. Другой рукой дотрагивайтесь до пальцев его протянутой руки. Попросите вытянуть на другой руке тот палец, который вы трогаете.

3-летний ребенок – правильно определяет большой палец, мизинец и указательный.

5-летний ребенок – различает большой палец и мизинец.

6-летний ребенок – свободно различает большой палец, мизинец и указательный.

Различение среднего и безымянного пальца представляет большую проблему для шестилетнего ребенка. Необходимо иметь в виду, что пальцы на правой руке ребенок-правша, как правило, различает несколько лучше, чем на левой. По данным зарубежных авторов, неумение ребенком распознавать пальцы – прогностический признак будущих трудностей с чтением, письмом.

# ***Тестовые задания***

Локти опираются на стол, ладони – свободно в воздухе, одна рука вверх ладонью, а другая – тыльной стороной. Попросите ребенка одновременно переворачивать ладони одну вверх тыльной стороной, другую вниз, причем делать это как можно быстрее. Положить перед собой кисть ведущей руки. Задание заключается в непрерывном постукивании указательным пальцем в максимально возможном темпе.

Задание состоит в отстукивании ритма «раз-два-три», «раз-два-три» попеременно указательным пальцем правой руки; «раз-два» и левой «три» с плавным переходом от одной руки к другой.

**Массаж при писчем спазме**

Писчий спазм – это изменение моторики руки, приводящее к нарушению акта письма при сохранении возможности выполнять рукой другие действия.

Массаж необходимо проводить длительно, повторными курсами. Воздействовать на точки следует успокаивающим методом – приемом касательного вращения по часовой стрелке в замедленном ритме в течение 3-5 минут на каждую точку.

Точка 1 – несимметричная, находится на голове, на серединной линии на 5 цуней выше передней границы волосистой части головы. Массировать в положении сидя, наклонив голову вперед.

Абсолютный цунь, как единица измерения, равен 2,5 сантиметра.

Точка 2 – симметричная. Массировать в положении сидя поочередно справа и слева, руки лежат на столе.

Точка 3 – «точка лечения ста болезней» - симметричная, находится на голени на три цуня ниже нижнего края надколенника и на один цунь кнаружи от переднего края большой берцовой кости. Массировать одновременно в положении сидя с вытянутыми ногами.

Точка 4 – симметричная, находится на кисти, на границе тыльной и ладонной поверхности кожи. Массируется поочередно в положении сидя, рука лежит на столе.

Точка 5 – симметричная, находится на передней поверхности запястья, между сухожилиями. Массировать поочередно в положении сидя, рука на столе ладонью вверх.

Точка 6 – симметричная, находится на тыле стопы между головками 1 и 2 плюсневых костей. Массировать одновременно, сидя, согнув ноги в коленях.

Точка 7 – симметричная, находится в области локтевого сустава в конце складки, образующейся при сгибании руки в локте на стороне большого пальца. Массировать в положении сидя справа и слева, полусогнутая в локте рука лежит на столе ладонью вниз.

Точка 8 – симметричная, находится на задней поверхности плеча, на 1 цунь выше локтевой складки, образующейся при опущенной вниз руке. Массировать поочередно, в положении сидя, рука вытянута и опущена вниз.

Точка 9 – симметричная, находится на передней поверхности предплечья на 2 цуня ниже конца складки, образующейся при согнутой в локте руке. Массировать поочередно, полусогнутая в локте рука – на столе ладонью вниз.