**УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК**

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев рук оказывают стимулирующее влияние на развитие речи. Это доказано рядом исследователей (М.И. Кольцова, Е.И. Исенина, А.В. Антакова-Фомина и др.). Работу по развитию мелкой моторики рук желательно проводить систематически, уделяя ей по 5-10 минут ежедневно. С этой целью могут быть использованы разнообразные игры и упражнения.

Для формирования тонких движений пальцев рук могут быть использованы игры с пальчиками, сопровождаемые чтением народных стихов

**"Дружба"**

Дружат в нашей группе девочки и мальчики

(пальцы рук соединяются в "замок").

Мы с тобой подружим маленькие пальчики

(ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук).

Раз, два, три, четыре, пять

(поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинцев),

Начинай считать опять.

Раз, два, три, четыре, пять.

Мы закончили считать

(руки вниз, встряхнуть кистями).

**"Дом и ворота"**

На поляне дом стоит ("дом"),

Ну а к дому путь закрыт ("ворота").

Мы ворота открываем (ладони разворачиваются параллельно друг другу),

В этот домик приглашаем ("дом").

Наряду с подобными играми могут быть использованы разнообразные упражнения без речевого сопровождения:

**"Кольцо"**

Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца;

то же упражнение выполнять пальцами левой руки;

те же движения производить одновременно пальцами правой и левой руки;

**"Пальцы здороваются"**

Соединить пальцы обеих рук "домиком". Кончики пальцев по очереди хлопают друг по другу, здороваются большой с большим, затем указательный с указательным и т.д.

**"Оса"**

выпрямить указательный палец правой руки и вращать им;

то же левой рукой;

то же двумя руками;

**"Человечек"**

указательный и средний пальцы "бегают" по столу;

те же движения производить пальцами левой руки;

те же движения одновременно производить одновременно пальцами обеих рук ("дети бегут наперегонки");

**"Коза"**

вытянуть указательный палец и мизинец правой руки;

то же упражнение выполнить пальцами левой руки;

то же упражнение выполнять одновременно пальцами обеих рук;

**"Очки"**

образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их;

**"Зайчик"**

вытянуть вверх указательный и средний пальцы правой руки, а кончики безымянного пальца и мизинца соединить с кончиком большого пальца;

то же упражнение выполнить пальцами левой руки;

то же упражнение выполнять одновременно пальцами обеих рук;

**"Деревья"**

поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы;

**"Птички летят"**

пальцами обеих рук, поднятых к себе тыльной стороной, производить движения вверх-вниз;

**"Сгибание-разгибание пальцев"**

поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого пальца;

выполнить то же упражнение, только сгибать пальцы, начиная с мизинца;

выполнить два предыдущих упражнения пальцами левой руки;

согнуть пальцы правой руки в кулак, поочередно выпрямлять их, начиная с большого пальца;

выполнить то же упражнение, только выпрямлять пальцы, начиная с мизинца;

выполнить два предыдущих упражнения пальцами левой руки;

**"Цветок"**

руки в вертикальном положении, прижать ладони обеих рук друг к другу, затем слегка раздвинуть их, округлив пальцы;

**"Кулак-ребро-ладонь"**

на плоскости стола три положения руки последовательно сменяют друг друга. Выполняется 8-10 раз правой рукой, затем левой, далее обеими руками.

*Описанные выше игры и упражнения обеспечивают хорошую тренировку пальцев, способствуют выработке изолированных движений, развитию точности движений пальцев.*

**Развитию ручной моторики способствуют также:**

Занятия с пластилином, глиной, соленым тестом, мелким строительным материалом, конструктором;

-Нанизывание бус, бисероплетение;

-Выкладывание из спичек рисунков, букв, складывание колодцев;

-Одновременно левой и правой рукой складывать в коробку пуговицы;

-Рисование по трафарету букв, геометрических фигур, штриховка;

-Рисование по точкам, пунктирным линиям;

-Массаж рук.

Проводится сначала на одной руке, затем на другой.

Поглаживание от кончиков пальцев до середины руки с внешней и тыльной стороны