Уважаемые родители!

Предлагаем Вашему вниманию самые простые упражнения для развития мелкой моторики.

Комплексы упражнений с речитативом:

**1** .Пальчик укладываются спать (растирание пальчиков поочередно)

Этот пальчик хочет спать.

Этот пальчик - прыг в кровать!

Этот пальчик прикорнул.

Этот пальчик уж заснул.

Встали пальчики. Ура!

В детский сад идти пора.

2. Семья (растирание пальчиков поочередно)

Этот пальчик - дедушка, Этот пальчик - бабушка, Этот пальчик - папочка, Этот пальчик - мамочка, Этот пальчик - я.

Вот и вся моя семья.

1. Капуста (изображаем одновременно и правой, и левой рукой)

Мы капусту рубим - рубим, Мы капусту солим - солим,

Мы капусту трем - трем,

Мы капусту жмем - жмем.

1. Пальчик – мальчик .

- Пальчик - мальчик, где ты был?

- С этим братцем в лес ходил,

С этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел.

1. **"Цветок"** - подушечки пальцев обеих рук сомкнуть. Ладошки немного округлые. Получается "бутон". Нижние части ладоней прижать друг к другу, а пальцы широко раздвинуть по кругу и немного прогнуть. Получается большой, раскрытый цветок.
2. **"Бабочка"** - скрестить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. "Бабочка" сидит. Затем - ладони прямые и напряжены. Пальцы не сгибать. Легким, но резким движением рук в запястьях имитировать полет бабочки.
3. **"Птички"** - пальцами обеих рук производить движения вверх-вниз.

Птички прилетали, Сели, посидели.

Крыльями махали И дальше полетели.

1. **"Птенчики в гнезде"** - все пальцы правой руки обхватить левой ладонью. Получается "гнездо". Шевеление пальцами правой руки создает впечатление живых птенцов в гнезде.

Улетела птица - мать Малышам жучков искать. Ждут малютки - птенцы Мамины гостинцы.

1. **"Крючочки"** - сцепить мизинцы обеих рук друг с другом, как два крючочка, чтобы их трудно было расцепить. По аналогии делать фигуры и другими парами пальцев: безымянными, средними, указательными и большими.

Крепко держатся дружочки, Не разжать нам их крючочки.

1. **"Ладонь - кулак"** - руки положить на стол:
* ладони прижать к столу;
* одновременно сжать два кулачка (позиция "кулак - кулак");
* разжать пальцы одной руки и прижать ее к столу (позиция "рука - кулак")

Для усложнения - увеличить темп движения.

1. **"Ножницы"** - широко разводить прямые пальцы рук в стороны
* пальцы правой руки;
* пальцы левой руки;
* пальцы обеих рук одновременно;
* соединив ладони вместе
1. **"Замок"** - ладони вместе, пальцы переплетены. Разворачивать ладони наружу и выворачивать их, не расцепляя пальцев.
2. **"Ежик"** - пальцы обеих рук переплетены в "замок", ладони плотно прижаты друг к другу. Одновременно поднимать пальцы вверх, как ежик поднимает свои иголки.

ПРЕДМЕТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ и игры:

Хорошо зарекомендовала себя разнообразная предметная деятельность, которая также способствует развитию мелкой моторики:

1. застегивание и расстегивание пуговиц;
2. шнурование ботинок;
3. шнуровка на специальных рамках;
4. нанизывание колец на тесьму;
5. игры с мозаикой;
6. сортировка мозаики по ячейкам;
7. игры с конструкторами;
8. перебирание круп, зерен (к примеру, фасоль отделить от гороха);
9. игры с кинетическим песком.