

## Упражнения для развития мелкой моторики рук.

1. Ладони на столе (на счет "раз-два" пальцы врозь - вместе.)
2. Ладонка-кулачок-ребро (на счет "раз-два-три").
3. Пальчики здороваются (на счет "раз-два-три-четыре-пять" соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д)
4. Человечек (указательный и средний палец правой, а потом левой руки бегают по столу).
5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).
6. Коза (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).
7. Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).
8. Очки (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
9. Зайцы (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, мизинец, большой и безымянный пальцы соединить).
10. Деревья (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).

1. Лиса и заяц (лиса "крадется"- все пальцы медленно шагают по столу вперед; заяц "убегает" - быстро пальцы движутся назад.)
2. Паук (пальцы согнуты, медленно перебираются по столу).
3. Бабочка (ладони соединить тыльной стороной и помахать пальцами, плотно сжатыми вместе).
4. Счет до четырех (большой палец соединяется поочередно со всеми остальными).
5. Флажок (большой палец вытянут вверх, остальные соединить вместе).
6. Птички (поочередно большой палец соединяется с остальными).
7. Гнездо (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).
8. Цветок (то же, что и в предыдущем упражнении, но пальцы разъединены).
9. Корни растения (прижать корни-руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).
10. Пчела (указательным пальцем правой, а затем левой руки вращать вокруг).
11. Пчелы (то же упражнение выполняется двумя руками).
12. Лодочка (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв их).
13. Солнечные лучики (скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы).
14. Пассажиры (скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук - вверх, большие пальцы вытянуты вверх.)