

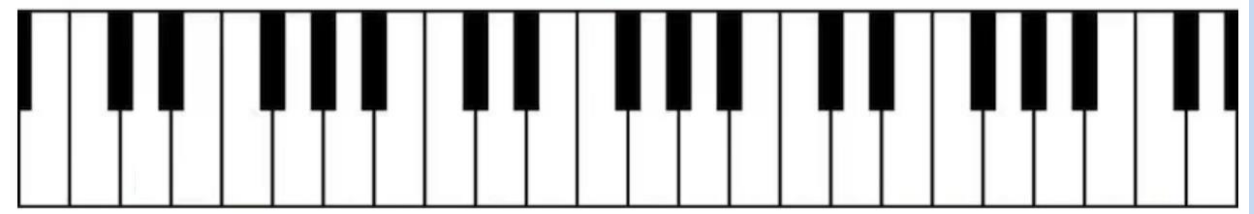
Кинезиологические игры и упражнения для развития мелкой моторики.

«Пианино»

Цель: развитие мелкой моторики рук, слухового и зрительного внимания, саморегуляции, межполушарного взаимодействия.

Оборудование: клавишный инструмент (настоящий или игрушечный) либо аппликация в виде клавиш на бумаге.

Ход игры: ребенок сидит за столом, на котором расположен клавишный инструмент либо аппликация клавиш. Его пальцы обеих рук плотно сжаты в кулаки, только указательные пальцы вытянуты. Пальцы расположены на середине клавиш рядом друг с другом. По сигналу или под счет взрослого ребенок нажимает на клавиши одновременно двумя руками, двигаясь в разные стороны, руки удаляются друг от друга. Дойдя до последних клавиш, ребенок продолжает движение руками в обратном направлении, при этом руки сближаются. Задача ребенка – быть внимательным, не торопиться, слушать взрослого и не пропускать клавиши. Игра возможна с усложнением. Например: на счет «один» – ребенок стучит по клавишам один раз, на счет «два» – два раза.

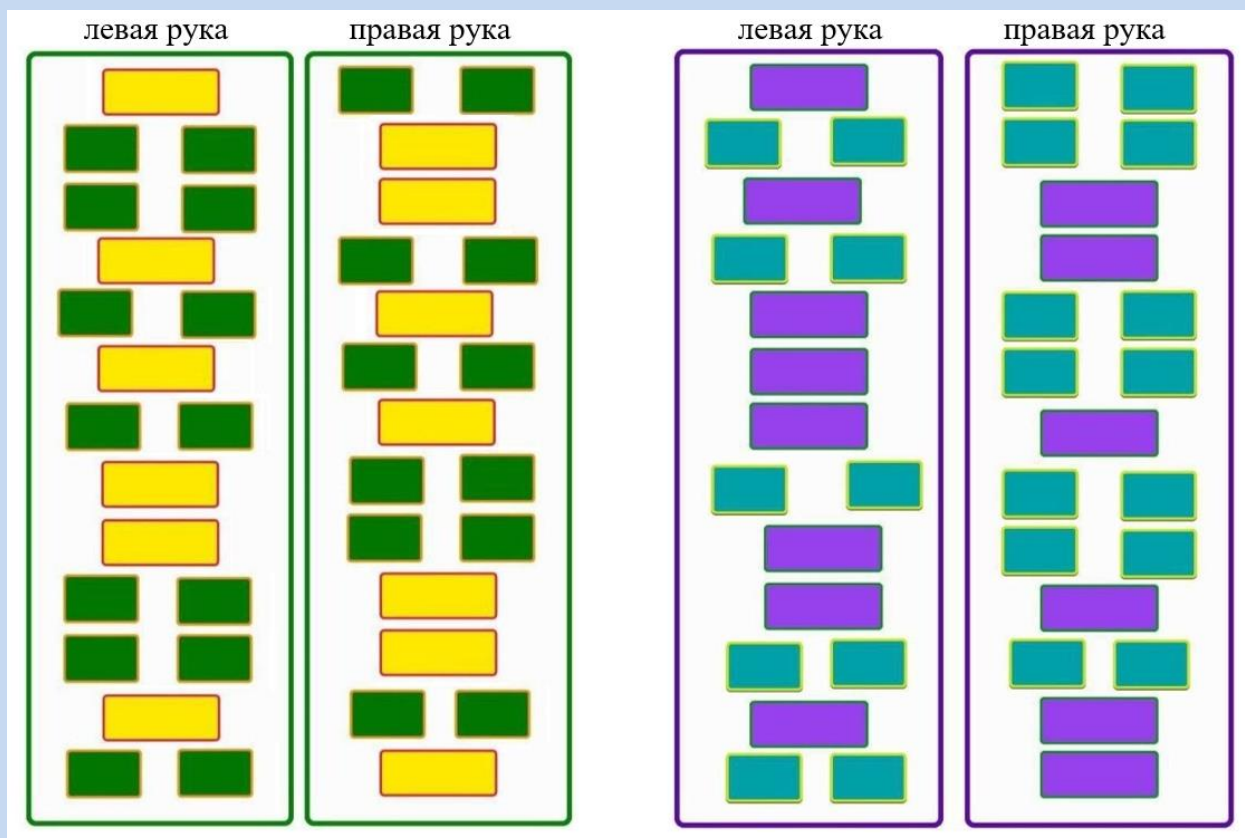


«Нейродорожки для рук»

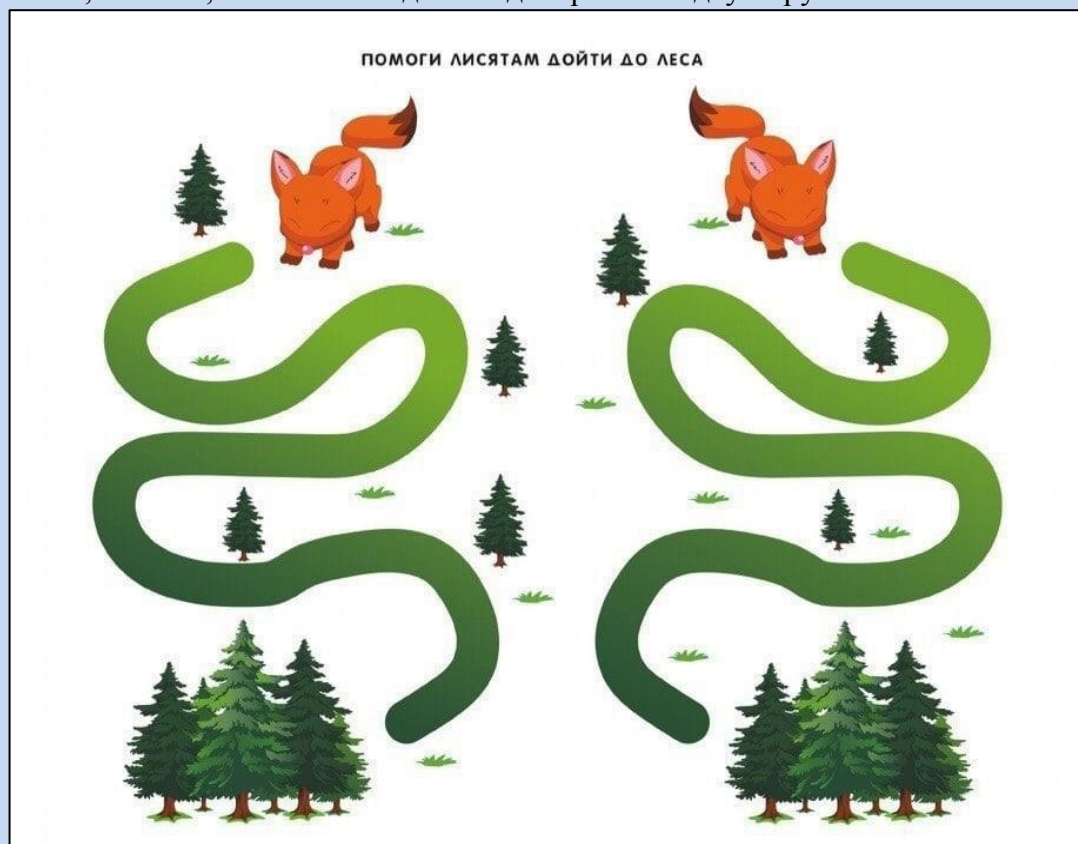
Цель: развитие мелкой моторики, зрительного внимания, самоконтроля, межполушарного взаимодействия.

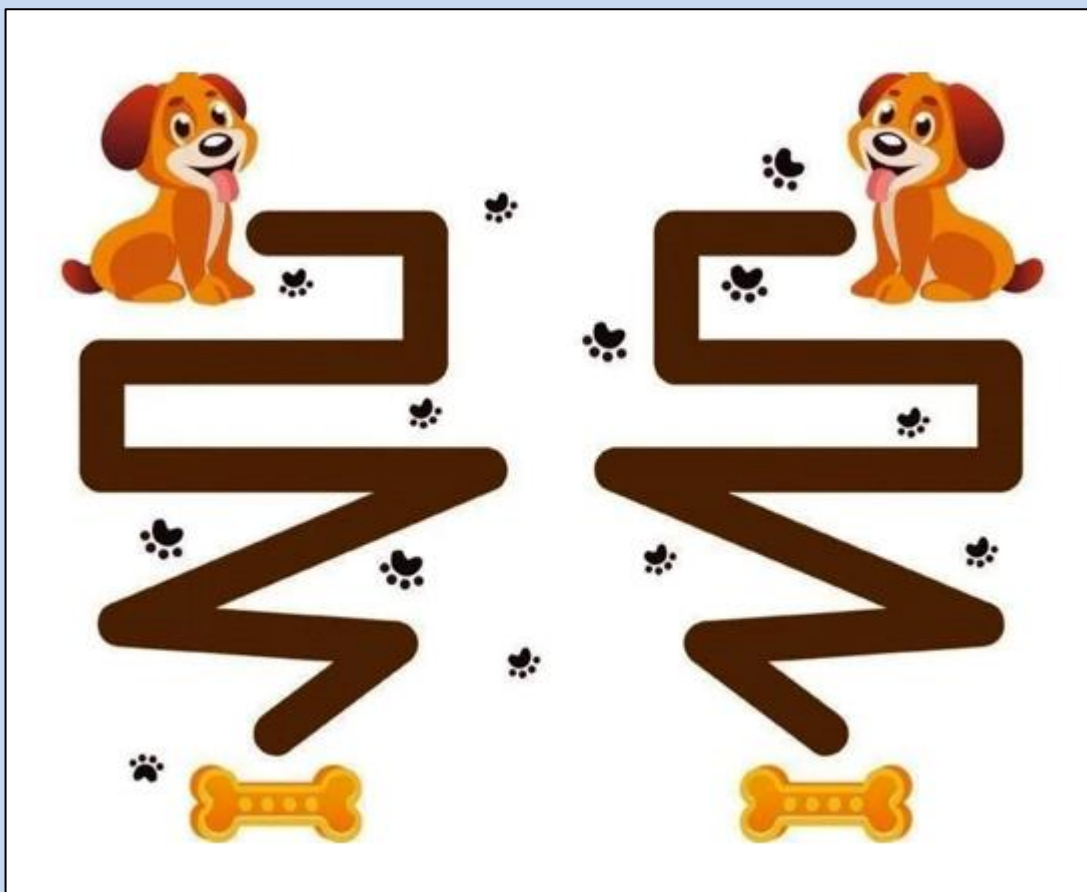
Оборудование: карточки с дорожками разных видов.

Ход игры: на желтые прямоугольники нужно поставить указательный и средний палец отдельно, на фиолетовые – указательный и средний палец вместе. Упражнение выполняется двумя руками. Каждая рука выполняет движение по собственной дорожке, переставляя пальцы одновременно. Во время прохождения дорожки можно добавлять дополнительные задания. Например, произносить определенный звук, слог или выполнять хлопки в ладоши после каждого перемещения рук.



Примечание: дорожки могут быть не только в виде фигур, но и в виде различных лабиринтов, главное, выполнять задания одновременно двумя руками.





«На дне морском»

Цель: развитие мелкой моторики рук, межполушарного взаимодействия, зрительно-моторной координации, умения классифицировать предметы по сенсорным эталонам (цвет, размер, форма).

Оборудование: пальчиковый бассейн с наполнением (рис голубого цвета, цветные рыбки, ракушки, камешки и т.д.), одноразовые ложки, тарелки.

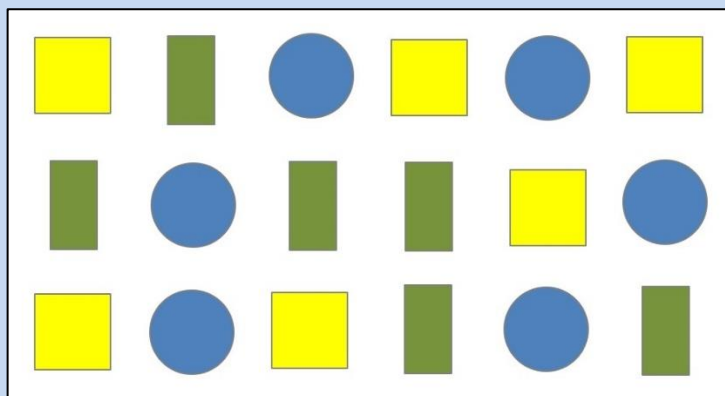
Ход игры: ребенку предлагается «вылавливать» из бассейна одной рукой рыбок, а другой рукой – ракушки и раскладывать их по разным тарелкам. Выполнять упражнение следует одновременно двумя руками. Можно сортировать рыбок и ракушки по цвету, форме, размеру. Тарелки тоже могут быть разных цветов. После выполнения этой части упражнения ребенку предлагается «залить» содержимое тарелочек «водой из бассейна». Ребенок берет в каждую руку по ложке и одновременно двумя руками набирает, а затем высыпает рис по разным тарелкам.

«Кулак, ребро, ладонь»

Цель: развитие мелкой моторики рук, зрительного и двигательного самоконтроля, межполушарного взаимодействия.

Оборудование: карточка-схема с изображением геометрических фигур (кругов, квадратов, прямоугольников), расположенных в два-три ряда.

Ход игры: перед ребенком на столе лежит карточка-схема. Ребенку необходимо выполнять действия одновременно двумя руками на столе, глядя на карточку, где круг – это кулак, прямоугольник – ребро, квадрат – ладонь. Двигаться по схеме можно как слева-направо, так и сверху-вниз.



Кинезиологические упражнения на развитие крупной моторики.

«Робот»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, двигательного самоконтроля синхронизация работы рук и ног.

Оборудование: гладкая стена без выступов.

Ход игры: ребенку предлагается превратиться в робота. Для этого нужно встать лицом к стене, поставить ноги на ширину плеч, ладони положить на стену на уровне глаз. Следует передвигаться вдоль стены вправо, потом налево приставными шагами. Сначала переставлять одноименные ноги и руки, а затем разноименные.

«Мельница»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, двигательного самоконтроля синхронизация работы рук и ног.

Оборудование: ковер или мат, картинка с изображением ветряной мельницы.

Ход игры: ребенку предлагается превратиться в мельницу. Для этого его рука и противоположная нога должны вращаться круговыми движениями сначала вперед, потом назад. Начинать упражнение рекомендуется с того, чтобы ребенок научился устойчиво стоять на одной ноге без поддержки. Потом следует добавить вращательное движение ног, а затем – вращение противоположной рукой. После произвести смену руки и ноги для круговых движений. Усложнить игру можно вращением глаз: вправо-влево, вверх-вниз. Время выполнения 1-2 минуты.

«Качалка»

Цель: тренировка проприоцептивной и вестибулярной системы, стимуляция полушарий мозга, развитие двигательного контроля, концентрации внимания.

Оборудование: нейротренажер доска-качалка, кинезиомешочки.

Ход игры: ребенок стоит на доске-качалке, ноги широко расставлены, руки разведены в стороны для удержания равновесия. Чтобы раскачиваться на доске, необходимо поочередно сгибать ноги в коленях. Для усложнения ребенку в руки дается кинезиомешочек, который в такт раскачиванию, ребенок передает из одной руки в другую.

Игры с кинезиомячами

Цель: развитие крупной моторики, зрительно-моторной координации, двигательного, самоконтроля, произвольного внимания, стимуляция работы обоих полушарий, тренировка быстроты реакций.

Оборудование: кинезиомячи.

Игры с передачей мячей. Игра проводится в паре с одним мячом.

Действия с мячами.

1. Мяч у партнеров в противоположной руке. Нужно перекладывать мяч из руки в руку друг другу;
2. Мяч у партнеров в противоположной руке. Нужно перекладывать мяч сначала себе в другую руку, затем – партнеру;

3. Мяч у партнеров в противоположной руке. Нужно перекладывать мяч друг другу по диагонали.

Игры с передачей мячей. Игра проводится в паре с двумя мячами.

Действия с мячами.

1. У каждого ребенка по мячу в противоположных руках. На счет «один» дети передают мяч из одной руки в другую, на счет «два» – одной рукой передают мяч другому, а другой принимают мяч.
2. У одного ребенка 2 мяча, он передает их другому двумя руками одновременно;
3. Ребенок передает два мяча одновременно скрещенными рукам, второй ребенок принимает их с прямыми руками.
4. Чередование передачи мячей прямыми и скрещенными руками.

Игры с перекатыванием мячей. Дети садятся на пол напротив друг друга, широко расставляют ноги.

Действия с мячами.

1. Игра проводится в паре с одним мячом. Ребенок катит мяч партнеру сначала левой рукой, затем правой. Ловит мяч также сначала левой, потом правой рукой.
2. Ребенок катит мяч левой рукой, а ловит правой, затем наоборот.
3. У каждого ребенка по одному мячу. По сигналу ведущего, они одновременно катят мячи друг другу и одновременно их ловят;
4. У одного ребенка сразу два мяча, он катит их одновременно двумя руками, партнер ловит сразу два мяча двумя руками.

Игры с отбиванием мячей.

Действия с мячами.

1. Ребенок подбрасывает мяч вверх и ловит его двумя руками.
2. Ребенок отбивает мяч об пол и ловит его двумя руками.
3. Ребенок подбрасывает вверх сразу два мяча одновременно двумя руками и ловит их.
4. Ребенок отбивает два мяча одновременно двумя руками и ловит их.
5. Ребенок подбрасывает мяч и ловит его, то одной, то другой рукой.
6. Ребенок отбивает мяч об пол сначала одной, потом другой рукой.
7. Ребенок отбивает мяч об пол одной рукой, а ловит другой.