

Упражнения из практической жизни для развития общей и тонкой моторики

Для развития мелкой и крупной моторики рекомендуется выполнение упражнений из практической жизни (заимствовано из системы Марии Монтессори - итальянского педагога и врача, 1870-1952 гг.).

Запомните очень **ВАЖНОЕ ПРАВИЛО**: все упражнения нужно выполнять в "обе стороны", т. е. по очереди обеими руками.

Вот их примерный ПЕРЕЧЕНЬ:

- Переливание воды из стакана в стакан, из заварного чайника в чашку.
- То же, но на одном стакане сделайте метку, до какого уровня можно наливать воду, а в другой стакан налейте заведомо больше воды.
- Воду из одной емкости в другую можно переносить при помощи одноразового шприца или губки.
- Вместо переливания ребенок может пересыпать крупу из одной емкости в другую.
- Подготовьте рамки с застежками: с бантами, шнурками, пряжками, пуговицами, молнией, булавками, крючками, кнопками, "липучками" и др. Обязательно покажите ребенку, как пользоваться застежками, разделяя каждое действие на маленькие шаги.
- Чистка зеркал, металла, обуви. Небольшое зеркало нужно припудрить, и ребенок должен его почистить сухой тряпочкой. Приготовьте латунную пластинку, тряпочку и чистящую пасту, ребенок должен отполировать пластинку. Для чистки обуви нужно подготовить "грязный" ботинок, небольшую обувную щетку и крем для обуви.
- Уход за живыми растениями в помещении и на улице (посадка, рыхление и полив).
- Подметание пола. Чтобы движения ребенка при выполнении этого задания не были хаотичными, нарисуйте на полу или разметьте изоляционной лентой небольшой квадрат. Вокруг него рассыпьте что-нибудь, например, косточки абрикоса, и покажите ребенку, как нужно сметать мусор в центр квадрата. После того как все сметете в одну кучку, дайте ребенку совок и ведро для сбора "мусора".
- Разделение сыпучих веществ. Смешайте гречневую крупу и манку в миске. Рядом поставьте еще одну миску и положите на нее ситечко. Пусть ребенок ложкой насыпает смесь в ситечко и перемешивает смесь. Когда вся манка ссыплется в миску, гречку из ситечка ребенок должен пересыпать в баночку.
- Хорошее упражнение для развития координации движений - складывание салфеток по размеченным линиям.
- Используя безопасную овощечистку, можно научить ребенка чистить овощи и фрукты. Под вашим присмотром ребенок может попробовать их разрезать на кусочки. Было бы очень хорошо, если бы маленький повар угостил всех присутствующих в доме.
- Мытье посуды (не важно, настоящей или игрушечной) тоже поможет развить координацию движений.