

**Картотека упражнений  
для развития мелкой моторики рук  
без речевого сопровождения.**

1. Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца («пальчики здороваются»).
2. То же упражнение выполняется пальцами левой руки.
3. То же упражнение производится одновременно пальцами правой и левой руки.
4. Пальцы правой руки дотрагиваются до пальцев левой руки по очереди («здороваются»): сначала большой палец — с большим, затем указательный — с указательным и т.д.
5. Пальцы правой руки все одновременно «здороваются» с пальцами левой руки.
6. Выпрямить указательный палец правой руки и вращать им («оса»).
7. Те же движения производятся указательным пальцем левой руки.
8. Те же движения одновременно производятся указательными пальцами обеих рук («осы»).
9. Указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по столу («человечек»).
10. Те же движения производится пальцами левой руки.
11. Те же движения одновременно производятся пальцами обеих рук («Дети бегают наперегонки»).
12. Вытянуть указательный палец к мизинцу правой руки («Коза»).
13. То же упражнение выполняется одновременно пальцами обеих рук («Козлята»).
14. То же упражнение выполняется пальцами левой руки.

15. Образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединив их («Очки»).
16. Вытянуть вверх указательный и средний пальцы правой руки, а кончику безымянного пальца и мизинца соединить с котиком большого пальца («зайчик»).
17. Те же упражнение выполняется пальцами левой руки.
18. То же — одновременно пальцами обеих рук («зайцы»).
19. Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы («деревья»).
20. Пальцами обеих рук, поднятых к себе тыльной стороной, производить движение вверх-вниз («птички летят, машут крыльями»).
21. Поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого пальца.
22. Выполнять те же упражнения, только сгибать пальцы, начиная с мизинца.
23. Выполнять два предыдущих упражнения пальцами левой руки.
24. Согнуть пальцы правой руки в кулак, поочередно выпрямлять их, начиная с большого пальца.
25. Выполнять то же упражнение, только выпрямлять пальцы, начиная с мизинца.
26. Выполнять два предыдущих упражнения пальцами левой руки.
27. Все пальцы, кроме большого, соединить вместе, большой палец вытянуть вверх («флажок»).
28. Согнуть обе руки в кулаки, большие пальцы вытянуть вверх, приблизить их («двое разговаривают»).
29. Правую руку сжать в кулак, а левую прислонить к ней вертикально («струя» — «кресло»).
30. Правую руку сжать в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку («стол»).

31. Согнуть пальцы левой руки в кулак, оставив сверху отверстие (сверху отверстие («бочонок с водой»)).
32. Левая рука в том же положении, указательный палец правой руки вставить в отверстие сверху («птичка пьет водичку»).
33. Пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить друг к другу («миска» — «гнездо»).
34. Обе руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, а большие пальцы спущены внутрь («птичье гнездо с яйцами»).
35. Держа пальцы вверх, соединить кончики среднего и безымянного пальцев обеих рук, большие пальцы поднять вверх или вытянуть горизонтально внутрь («ворота», «дверь»).
36. Соединить под углом кончику пальцев правой и левой рук («крыша», «башня», «дом»).
37. Руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательные пальцы расположить горизонтально перед «крышей».
38. Пальцы в том же положении, что и в предыдущих двух упражнениях, только большие пальцы находятся по обеим сторонам «прилавка» (его изображают указательные пальцы, расположенные горизонтально) и «разговаривают» друг с другом.
39. Поднять руки вверх ладонями друг к другу, расположить пальцы горизонтально, соединить кончики среднего и безымянного пальцев обеих рук («мост», «дорога», «дом»).
40. Руки в вертикальном положении, ладони обеих рук прижать друг к другу, затем слегка раздвинуть их, округлив пальцы («чашечка», «цветок»).
41. Прижать руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз («корни растений»).
42. Вытянуть указательный палец правой руки, остальные пальцы «бегут по столу» («бежит собака», «бежит лошадь»).
43. Пальцы правой руки находятся в том же положении, что и в предыдущем упражнении, но расставить указательный и средний пальцы правой руки (они изображают «всадника»), посадить «всадника» на «коня» — указательный палец правой руки.

44. Положить правую руку на стол, поднять указательный и средний палец, расставить их («улитка с усиками»).

45. Правая рука — как в предыдущем упражнении, а левую положить сверку («раковина улитки»).

46. Средний и безымянный палец правой руки прижать большим пальцем к ладони, указательный палец и мизинец согнуть, поднять руку вверх («кошка»).

47. Соединить большой, средний и безымянный пальцы правой руки, указательный палец и мизинец, слегка согнув, поднять вверх («кошка», «собака»).

48. Левую руку согнуть в кулак, большой палец поднять вверх, обвить его пальцами правой руки («птица в гнезде»).

49. Концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыть их («лодочка»).

50. Скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы («солнечные лучи»).

51. Прижать тыльные стороны друг к другу, скрестив пальцы, поднять их («елка», «ветви»).

52. Скрестить пальцы обеих рук, тыльные стороны рук обращены вверх. Опустить средний палец правой руки вниз и свободно вращать им («колокол»).

53. Скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук — вверх, большие пальцы вытянуты вверх («пассажиры в автобусе»).

54. Катание пластмассовых шариков.

55. Разрывание бумаги на мелкие куски.

56. Нанизывание колец, крупных пуговиц, бусин.

57. Застегивание пуговиц.

58. Развязывание и завязывание узлов.

59. Шнуровка ботинок.

60. Складывание пирамидок, домиков и др.

61. Игра «почтовый ящик».

62. Лепка, рисование, штриховка, работа с мозаикой, счетными палочками, конструктором и т.п.

63. Пальчиковые игры («Сорока-белобока», «Моя семья»).

64. Теневой театр.

Упражнения для улучшения способности узнавать предметы путем их ощупывания:

- определение фактуры различных предметов с закрытыми глазами, сначала «лучшей» затем «худшей» рукой;
- развитие способности определения формы различных предметов на ощупь, сначала «лучшей», затем «худшей» рукой;
- определение формы различных геометрических тел по величине, толщине и др.;
- определение фактуры ткани на ощупь;
- определение объемных цифр, букв на ощупь;
- сортировка 2 и 3 видов предметов на ощупь.