

Недельный план игр и занятий по развитию мелкой моторики, когда активно формируются навыки, необходимые для подготовки к школе. Все занятия рассчитаны на 10–15 минут, проводятся в игровой форме и легко адаптируются под домашние условия.

Понедельник

«Пальчики в гости зовут»

 **Цель:** активизация всех пальцев, развитие координации и речи.

Пальчиковая игра: «Семья» («Этот пальчик — дедушка...») +

«Ладушки»

Массаж ладошек: покатайте между ладонями грецкий орех или массажный мячик с шипами.

Дополнительно: нарисуйте на ладошке «солнышко» и «спрячьте» его в кулачок.

Вторник

«Мастерская умелых ручек»

 **Цель:** укрепление мышц кисти, развитие тактильного восприятия.

Лепка: слепите из пластилина «огород» — морковки, огурцы, помидоры.

Работа с инструментами:

раскатывание скалкой, вырезание формочками.

Дополнительно: спрячьте в пластилин бусинки — пусть ребёнок их «выловит» пальцами.

Среда

«Шнуровка и застёжки»

 **Цель:** развитие координации, глазомера, навыков самообслуживания.

Игра-тренировка: застегни/расстегни куртку на игрушке или тренажёре (можно сделать из картона: пришить пуговицы, липучки, молнию).

Шнуровка: нанизывай на шнурок крупные бусины или фигурки с дырочками.

Дополнительно: «Одень куклу на прогулку» — выбери одежду с разными застёжками.

Четверг

«Художник и конструктор»

 **Цель:** подготовка руки к письму, развитие зрительно-моторной координации.

Графическое задание: обведи пунктирные линии, пройди лабиринт, соедини точки по цифрам.

Аппликация: вырежи из цветной бумаги круги, квадраты и наклей «солнце», «дом», «дерево».

Используй безопасные ножницы с тупыми концами.

Пятница

«Кухня маленького помощника»

 **Цель:** развитие силы пальцев, тактильной чувствительности, бытовых навыков.

Практическая помощь:

Перебери фасоль или гречку (убери камешки/соринки).

Нарви салатные листья руками

Перемешай салат ложкой.

Игра: «Сделай бутерброд» - намажь масло, положи сыр/огурец.

Суббота

«Тактильная волшебная коробка»

🌀 **Цель:** стимуляция тактильных рецепторов, развитие воображения и внимания.

Сенсорная игра: насыпьте в коробку рис, фасоль или манку. Спрячьте мелкие игрушки — пусть ребёнок найдёт их только пальцами, не глядя.

Рисование пальцем: насыпьте соль на поднос — рисуйте узоры, буквы, цифры

Дополнительно: «Угадай на ощупь» — завяжите глаза и дайте определить предмет (пуговица, ракушка, пробка).

Воскресенье

«Семейный творческий вечер»

🌀 **Цель:** закрепление навыков через радость совместной деятельности.

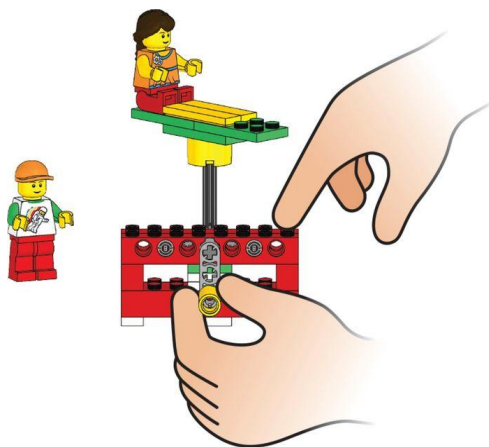
Совместное творчество:

Соберите конструктор (Лего, деревянные блоки).

Сделайте открытку для бабушки

Слепите из солёного теста медальки и раскрасьте их.

Обязательно похвалите результат, повесьте работу на холодильник!



💡 Советы родителям:

Проводите занятия в хорошем настроении — если ребёнок устал или капризничает, перенесите.

Не требуйте идеального результата — важен процесс, а не продукт.

Чередуйте виды деятельности: двигательные → творческие → спокойные.

Делайте фото «до и после» — это мотивирует ребёнка видеть свой прогресс!

Недельный план игр и занятий по развитию мелкой моторики



**Подготовила:
Бахтиярова А.М.**

