



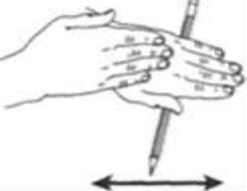
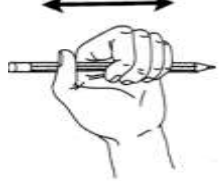
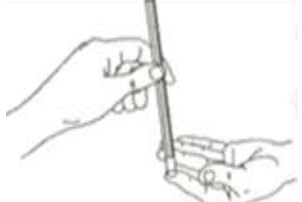


Упражнения для кистей и пальцев рук

Уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Это обусловлено анатомической близостью расположения двигательных и речевых зон в коре больших полушарий головного мозга, общностью функционирования двигательной и речевой систем.

Веретено	Указательными и большими пальцами обеих рук крутить карандаш за концы в одну и в другую сторону. Выполнить упражнение большими и средними пальцами, затем большими и безымянными пальцами и наконец большими пальцами и мизинцами обеих рук.	
Весы	Зажать карандаш посередине кончиками указательного и большого пальцев и осторожно покачивать, опуская вниз то один, то другой его конец. Выполнить упражнение большим и средним пальцами, затем большим и безымянным пальцами и наконец большим пальцем и мизинцем.	
Вертушка	Держать карандаш подушечками всех пальцев одной руки и осторожно крутить его по оси то в одну, то в другую сторону.	
Гвоздь	Зажать карандаш примерно посередине в кулак, нажать большим пальцем на конец карандаша.	
Дудочка	Имитировать игру на дудочке.	
Лифт	Поставить карандаш вертикально на стол. Указательным и большим пальцами плотно зажать его верхний конец и скользящим движением провести кончиками пальцев вниз. Выполнить упражнение большим и средним пальцами, затем большим и безымянным пальцами и наконец большим и мизинцем.	
Маятник	Указательным и большим пальцами держать карандаш за один конец, а другим его концом производить движения из стороны в сторону, как при раскачивании маятника. Выполнить упражнение большим средним пальцами, затем большим и безымянным пальцами и наконец большим и мизинцем.	

Пластилин	Катать карандаш между плотно сжатыми ладонями.	
Поварешка	Указательным и большим пальцами держать карандаш за один конец, а другим его концом совершать круговые движения, как бы «помешивая кашу». выполнить упражнение большим и средним пальцами, затем большим и безымянным пальцами и наконец большим пальцем и мизинцем.	
Пресс	С силой сжать карандаш в руке.	
Пропеллер	Крутить карандаш, как пропеллер, поворачивая его указательным, средним и большим пальцами.	
Скалка	Вытянуть кисти рук вперед ладонями вверх и переплести пальцы так, чтобы кончики пальцев были вверх.	
Тоннель	Зажать один конец карандаша в кулак и, перебирая пальцами, продвигать его внутри кулака сначала в одну, затем в другую сторону.	
Уколы	Тупым концом карандаша поочередно нажимать на подушечки пальцев сначала одной, затем другой руки.	
Шуруп	1. Поставить карандаш вертикально на стол и крутить его кончиками пальцев. 2. Зажать один конец карандаша в кулаке левой руки, а правой рукой вкручивать карандаш в кулак, как шуруп.	