

## **Правила проведения пальчикового тренинга для дошкольников:**

---

- длительность физкультминутки около 2-3 мин (в зависимости от возраста детей);
- количество упражнений в одном комплексе 4-5 или 6-8 (в зависимости от возраста детей);
- одно упражнение повторять 4-6 раз;
- пальцы левой и правой рук следует нагружать равномерно (упражнение выполняется сначала правой, потом левой рукой, а затем двумя одновременно);
- после каждого упражнения нужно расслаблять пальцы рук (потрясти кистями рук);
- упражнения должны быть разнообразными: развивать подвижность пальцев, их силу и гибкость;
- при проведении самомассажа можно использовать предметы: грецкие орехи, каштаны,



**Особое внимание следует уделить подбору сенсомоторных объектов для уголка. Они должны быть безопасными для жизни и здоровья ребенка.**

**Уголок должен содержать постоянные и дополнительные объекты, которые вносятся в зависимости от потребности и темы занятия.**



**Памятку подготовила:  
Зорина Е.В.  
воспитатель I категории**

---

**МАДОУ №32**

**МАДОУ №32**

---

**Содержание  
сенсомоторного  
уголка в группе**

---

**Правила проведения  
пальчикового  
тренинга для  
дошкольников**



## Содержание сенсомоторного уголка в группе

### Зрение:

- Светящиеся шнуры, всевозможные необычные лампы, дающие отсветы, любые приспособления с интересными световыми эффектами.
- Картинки-иллюзии (крутящиеся спирали, объемные изображения и т. д.).
- Цветовые пятна-кляксы различной формы.
- Разноцветные полупрозрачные шарфы.
- Картинки-штриховки (на картинке основной контур заштрихован).
- Картинки-прятки (на картинке "спрятаны" предметы, ребенок должен их найти).
- Разноцветные песочные часы, переливающиеся капельки, "вечные двигатели" и т. д.

### Вкус:

- Стаканчики, формочки, тарелочки, подносы, шпажки ярких интересных раскрасок для подачи детям различных вкусов.
- Лимоны, бананы, леденцы, чеснок (по необходимости, для конкретных занятий).



### Слух:

- Кассеты и диски со звуками: крики домашних животных и птиц, животных жарких стран, звуки транспорта, звуки природы.
- Приспособления для создания звуков: шуршалки, гремелки, свистушки, необычные музыкальные инструменты, любые приспособления, издающие интересные звуки.

### Осязание:

- Кусочки меха, шелка, шкурки, бархатной бумаги - различные материалы с разной фактурой.
- Предметы для создания холодного и горячего (грелка, формочки для льда).
- Выпуклые буквы, цифры.
- Разные по форме мелкие предметы.
- Различные крупы в мешочках, подносы для круп, баночки.

### Обоняние:

- Различные аромомасла с подробным описанием их влияния на организм.
- Приспособления для создания запаха (аромолампы и т. д.).
- Разнообразные бутылочки, баночки для сохранения запаха.
- Естественные, природные запахи (кофе, мята, апельсиновые корки) в разнообразных емкостях.



## Примерный перечень материалов для развития мелкой моторики:

- Природный материал: горох, орехи, фасоль, каштаны, крупа, шишки, камни, песок и т. д. (для пальчикового сухого бассейна, для творческих работ - выкладывания на пластилине, нанизывания и т. д.).
- Бытовые материалы: шестигранные карандаши, веревки, прищепки, катушки, шнурки, пуговицы, липучки, платки, шарфы и т. д.
- Дидактические игры и материалы: объемные и плоскостные пазлы, различные мозаики, шнуровки, конструкторы, пластический материал (пластилин, техническое тесто, глина)

