**СЕНСОРНЫЕ ДОРОЖКИ**

***Сенсорные дорожки*** – это увлекательная игра и в тоже самое время тренажер и массажер для пальчиков ребенка.

Благодаря различным фактурам и передвижению пальцев развивается мелкая моторика и координация, что способствует подготовке руки к письму, ее укреплению, а также на развитие координации.

Сенсорные дорожки можно использовать как отдельно для правой или левой руки, так и для двух рук одновременно.

Рекомендуется начинать работу с варианта для ведущей руки и впоследствии постепенно переходить к работе со второй рукой.

**Как играть:**

1. Начинайте работу с самого легкого варианта — «шаги» указательным и средним пальцами.
2. Постепенно вводятся остальные пальчики руки в следующей последовательности: указательный и средний пальчики; указательный и безымянный пальчики; указательный палец и мизинец; большой палец и мизинец; большой и указательный пальчики; большой и средний пальчики; большой и безымянный пальчики; средний и безымянный пальчики; средний палец и мизинец; безымянный и мизинец.

Ребенку будет не просто справиться с шагами с безымянным пальчиком и мизинцем, поскольку мы редко используем эту комбинацию в жизни. «Шагая» пальчиками, необходимо, чтобы работала и сама кисть руки. Движения кисти руки в запястье помогут выполнять сложные в воспроизведении «шаги».

1. Одновременные, одинаковые «шаги» пальчиками обеих рук.
2. *Самая сложная задача*, когда ребенок пробует одновременно «шагать» пальцами рук в разных направлениях (например, правые шагают наверх, а левые вниз).

**Как сделать:** На листе А4 (лучше использовать картон) изобразим «страт» и «финиш», а между ними саму дорожку. Для ребенка важна мотивация, поэтому очень важно придумать историю зачем же мы шагаем. Например, помогаем ежикам принести ежатам яблочки или дойти зайчику до дома и т.п.

Дорожка может идти по прямой, по диагонали или зигзагом.

В качестве сенсорных элементов можно использовать:

* перья;
* помпоны (большие и маленькие);
* синельную проволоку;
* пуговицы;
* пластиковые и металлические скрепки;
* камни;
* крупы (рис, гречка, манка, пшено);
* бобы (горох, фасоль, нут);
* ткани разных фактур;
* гофрированный картон;
* мелкую наждачную бумагу;
* вату;
* губки для мытья посулы (с обоих сторон).







**Подготовила педагог-психолог:** Молина-Гарсия Елена Сергеевна