

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ



Развитие мелкой моторики у детей крайне важно для развития ребёнка в целом. Что такое мелкая моторика? Это действия, которые выполняют мелкие мышцы ладоней и пальцев рук и ног. Мелкая моторика тесно связана со зрением, памятью, восприятием, вниманием ребёнка. Чем лучше развита мелкая моторика, тем эффективнее работает нервная система ребёнка. От развития мелкой моторики зависит ловкость и гибкость движений рук, скорость реакции ребёнка на внешние раздражители.

Даже почерк каждого человека имеет свои особенности, связанные именно развитием мелкой моторики рук!

Учёные доказали тесную связь развития мелкой моторики с развитием речи у ребёнка. Оказывается, речевой центр головного мозга расположен очень близко к моторному центру, который отвечает за движения пальцев. Если стимулировать моторный центр, отвечающий за движения пальцев, то речевой центр также активизируется! Поэтому развитие мелкой моторики необходимо для быстрого и правильного формирования навыков речи.

Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности ребенка к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память, внимание, связная речь. Учителя отмечают, что первоклассники часто испытывают серьезные трудности с овладением навыком письма. Письмо – это сложный навык, включающий выполнение тонких координированных движений руки. Техника письма требует слаженной работы мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного внимания. От степени развития мелкой моторики зависит почерк человека.

Неподготовленность к письму, недостаточное развитие мелкой моторики, зрительного восприятия, внимания может привести к возникновению негативного отношения к учебе, тревожного состояния ребенка в школе. Поэтому в дошкольном возрасте важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости. Но в дошкольном возрасте важна именно подготовка к письму, а не обучение ему, что часто приводит к формированию неправильной техники письма.

Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук

1. **Лепка из глины и пластилина.** Это очень полезно и отлично влияет на развитие мелкой моторики рук, причём лепить можно не только из пластилина и глины. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков. Используйте любую возможность, чтобы улучшать мелкую моторику рук вашего ребенка.
2. **Рисование или раскрашивание картинок** – любимое занятие дошкольников и хорошее упражнение на развитие мелкой моторики рук. Обратит внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Если мальчик рисует только машины и самолёты, а девочка похожих друг на друга кукол, то это вряд ли положительно повлияет на развитие образного мышления ребёнка.
3. **Изготовление поделок из бумаги.** Например, вырезание самостоятельно ножницами геометрических фигур, составление узоров, выполнение аппликаций. Ребёнку нужно уметь пользоваться ножницами и клеем. По результатам таких работ вы сможете оценить насколько развита мелкая моторика рук и движения пальчиков малыша.
4. **Изготовление поделок из природного материала:** шишек, желудей, соломы и других доступных материалов. Кроме развития мелкой моторики рук эти занятия развивают также и воображение, фантазию ребенка.
5. **Конструирование.** Развивается образное мышление, фантазия, мелкая моторика рук.
6. **Застёгивание и расстёгивание** пуговиц, кнопок, крючков. Хорошая тренировка для пальчиков, совершенствуется ловкость и развивается мелкая моторика рук.
7. **Завязывание и развязывание** лент, шнурков, узелков на верёвке. Каждое такое движение оказывает огромное влияние на развитие мелкой моторики рук малыша.
8. **Закручивание и раскручивание** крышек банок, пузырьков и т. д. также улучшает развитие мелкой моторики и ловкость пальчиков ребенка.
9. **Всасывание пипеткой воды.** Развивает мелкие движения пальчиков и улучшает общую моторику рук.
10. **Нанизывание бус и пуговиц.** Летом можно сделать бусы из рябины, орешков, семян тыквы и огурцов, мелких плодов и т. д. Интересное занятие для развития воображения, фантазии и мелкой моторики рук.
11. **Плетение косичек** из ниток, венков из цветов.
12. Все виды **ручного творчества:** для девочек – вязание, вышивание и т. д., для мальчиков – чеканка, выжигание, художественное выпиливание и т. д. Научите своих детей всему, что умеете сами!

13. **Переборка круп**, насыпать в небольшое блюдце, например, гороха, гречки и риса и попросить ребёнка перебрать. Развитие осязания, мелких движений пальчиков рук.
14. **Игры в мяч**, с кубиками, мозаикой.
15. **Штриховка**. Задания со штриховкой выполняются на нелинованной бумаге. Способствуют подготовке руки к письму. Ребенок должен стараться не отрывать ручку от бумаги и не прерывать линии. Умение свободно рисовать плавные линии слева направо важно при формировании почерка. Штриховка, как один из самых легких видов графической деятельности, вводится в значительной мере и для усвоения детьми необходимых для письма гигиенических правил. Раскрашивание рисунков предполагает четыре вида штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движения.

Виды штриховки:

- раскрашивание короткими частыми штрихами;
- раскрашивание мелкими штрихами с возвратом;
- центрическая штриховка (*круговая штриховка от центра рисунка*);
- штриховка длинными параллельными отрезками.

Правила штриховки:

- Штриховать только в заданном направлении.
- Не выходить за контуры фигуры.
- Соблюдать параллельность линий.
- Не сближать штрихи, расстояние между ними должно быть 0, 5 см

При выполнении штриховки необходимо соблюдать правила: не выходить за контуры фигуры, соблюдать параллельность линий и расстояние между ними (0, 3 - 0, 5 см). Штриховать рекомендуется вначале короткими и частыми штрихами, затем ввести центрическую штриховку, и только на последнем этапе возможна штриховка длинными параллельными отрезками. При первых попытках штриховки рука быстро утомляется, дети сильно нажимают на карандаш, нет координации пальцев, но работа сама по себе увлекательна и ребенок возвращается к ней сам. По рисункам можно проследить совершенствование мускульного аппарата. Для штриховки можно использовать простой и цветной карандаши, фломастеры и цветные ручки.

Для развития точности и уверенности движения руки используются игры, в которых детям необходимо проводить параллельные линии в определенном направлении:

Игра «От дома к дому». Задача ребенка - точными прямыми линиями соединить между собой домики одного цвета и формы. Ребенок вначале проводит линию просто пальцем, выбирая направление, затем уже фломастером. Проводя линии, дети сопровождают действия словами «От домика к домику».

Игра «Всевозможные лабиринты». Ребенку рисуют различные лабиринты. Пусть «пройдет» по ним карандашом. Чтобы занятие не наскучило, лучше всего объяснить, что это за лабиринт, куда он ведет, и кто по нему должен пройти. (*«Этот лабиринт - в замке Снежной Королевы, он изо льда. Герда должна пройти по нему, не касаясь стенок, иначе она замерзнет».*)

Обведение любых вкладышей из серии «рамки и вкладыши Монтессори» полезно для развития руки, не менее полезно их заштриховывать. Каждую фигурку следует штриховать под разным углом наклона и с различной степенью густоты линий. Хорошо, если штрихование получится разной степени интенсивности: от бледного, еле заметного, до темного. Полезно также штрихование сеткой. Во всех случаях ребенку нужны образцы.

Рисование орнамента. Хорошо развивает моторную ловкость рисование орнаментов на листах в клетку (*графические упражнения*) сначала простым карандашом, затем цветными. Выполнять такие упражнения можно с 5 - 6 лет. Дети с интересом занимаются подобным рисованием. Когда рука ребенка немного окрепнет, то рисунки в его исполнении становятся опрятнее и красивее.

Не нужно заставлять ребенка рисовать орнаменты. Постарайтесь заинтересовать его этим занятием. Обязательно нужно показать сначала, как это делается.

Ежедневно предлагайте детям такие занятия!

Такая всесторонняя тренировка отлично развивает мелкую моторику рук ребенка и малыш будет хорошо подготовлен к школе, движения его руки будут более уверенные, школьные занятия будут для ребёнка не столь утомительными.

Полезно проверить результаты кропотливой работы по формированию движения кисти. Для этого используйте тест «вырезание круга», проведя его до начала тренировки и по её окончании.

Все эти упражнения приносят **тройную пользу ребёнку:**

- во-первых, **развивают мелкую моторику его руки**, подготавливая к овладению письмом,
- во-вторых, **формируют у него художественный вкус**, что полезно в любом возрасте,
- в-третьих, детские физиологи утверждают, что хорошо развитая кисть руки «потянет» за собой **развитие интеллекта**.