

## Развитие мелкой моторики в дошкольном возрасте

Родителей и педагогов волнует вопрос: **как обеспечить полноценное развитие ребёнка в дошкольном возрасте?** Давно известно, что развитие руки находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребёнка.

Уровень развития **мелкой моторики** — один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Когда говорят о мелкой моторике, имеют в виду, скоординированные точные движения пальцами рук. Ребёнок, у которого достаточно хорошо развита мелкая моторика, умеет логически рассуждать, у него высокий уровень развития памяти и внимания, связной речи.

В школе дети часто испытывают трудности в овладении навыками письма, так как это требует сложных скоординированных движений руки. Техника письма предполагает работу мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошее развитие зрительного восприятия и произвольного внимания.

**Для овладения навыком письма** необходима определённая функциональная зрелость коры головного мозга. Неподготовленность к письму, недостаточное развитие мелкой моторики, зрительного восприятия, внимания может привести к возникновению негативного отношения к учёбе, тревожного состояния ребёнка в школе. Поэтому в дошкольном возрасте важно развивать механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребёнком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

В дошкольном возрасте важна именно подготовка к письму, а не обучение ему. Умение выполнять мелкие движения с предметами развивается в старшем дошкольном возрасте, к 6–7 годам в основном заканчивается созревание соответствующих зон головного мозга, развитие мелких мышц кисти. Соответственно, работа по развитию **мелкой моторики** должна начаться, задолго до поступления в школу.

Если уделять должное внимание упражнениям, играм, различным заданиям на развитие мелкой моторики, то можно решить сразу две задачи: во-первых, косвенным образом влиять на общее интеллектуальное развитие ребёнка, во-вторых, готовить к овладению навыком письма.

Начинать работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего детства. Уже в младенческом возрасте можно выполнять массаж пальчиков, воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом (например, «Сорока»), не забывая о развитии элементарных навыков самообслуживания: застёгивание и расстёгивание пуговиц, завязывание шнурков и т.д. И, конечно, в старшем дошкольном возрасте должна проводиться работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки, как часть подготовки к школе.

Возможность познания окружающих предметов у детей в большей степени связана с развитием действий рук. Какими простыми ни казались бы эти действия для взрослых, они не так просты для ребёнка. Можно отметить, что первоначально движения рук детей носят, безусловно-рефлекторный, характер, то есть возникают без целенаправленного волевого усилия — они не преднамеренные. Целенаправленные, преднамеренные действия возникают у ребёнка в процессе воспитания и обучения его взрослыми.

### **Упражнения для развития мелкой моторики в повседневной жизни**

Для развития мелкой и крупной моторики рекомендуется выполнение упражнений из практической жизни. Запомните очень важное правило: **все упражнения нужно выполнять в «обе стороны», то есть по очереди обеими руками.**

Вот их примерный перечень упражнений:

- *Переливание воды из стакана в стакан, из заварного чайника в чашку*
- *То же, но на одном стакане сделайте метку, до какого уровня можно наливать воду, а в другой стакан налейте заведомо больше воды*
- *Воду из одной ёмкости в другую можно переносить при помощи одноразового шприца или губки*
- *Вместо переливания ребёнок может пересыпать крупу из одной ёмкости в другую*
- *Подготовьте рамки с застёжками: с бантами, шнурками, пряжками, пуговицами, молнией, булавками, крючками, кнопками, липучками" и др. Обязательно покажите ребёнку, как пользоваться застёжками, разделяя каждое действие на маленькие шаги*
- *Чистка зеркал, металла, обуви. Небольшое зеркало нужно припудрить, и ребёнок должен его почистить сухой тряпочкой. Приготовьте латунную пластинку, тряпочку и чистящую пасту, ребёнок должен отполировать пластинку. Для чистки обуви нужно подготовить «грязный» ботинок, небольшую обувную щётку и крем для обуви*
- *Уход за живыми растениями в помещении и на улице (посадка, рыхление и полив)*

- Подметание пола. Чтобы движения ребёнка при выполнении этого задания не были хаотичными, нарисуйте на полу или разметьте изоляционной лентой небольшой квадрат. Вокруг него рассыпьте что-нибудь, например, косточки абрикоса, и покажите ребёнку, как нужно сметать мусор в центр квадрата. После того как все сметёте в одну кучку, дайте ребёнку совок и ведёрко для сбора «мусора»

- Не отказывайте своему ребёнку, если он хочет помочь вам при стирке белья. Более того, сделайте ему сушилку рядом с батареей, а потом помогите погладить мелкие вещи

- Разделение сыпучих веществ. Смешайте гречневую крупу и манку в миске. Рядом поставьте ещё одну миску и положите на неё ситечко. Пусть ребёнок ложкой насыпает смесь в ситечко и перемешивает смесь. Когда вся манка ссыплется в миску, гречку из ситечка ребёнок должен пересыпать в баночку

- Хорошее упражнения для развития координации движений — складывание салфеток по размеченным линиям

- Используя безопасную овоще чистку, можно научить ребёнка чистить овощи и фрукты. Под вашим присмотром ребёнок может попробовать их разрезать на кусочки. Было бы очень хорошо, если бы маленький повар угостил всех присутствующих в доме

- Мытье посуды (не важно, настоящей или игрушечной) тоже поможет развить координацию движений

- Если в вашем доме есть ручной миксер, то подготовьте ещё одно упражнение: налейте в какую-нибудь миску подкрашенную мыльную воду, и пусть малыш взбивает цветную пену

- Подвесьте где-нибудь пучок вязких или шерстяных ниток и научите малыша заплетать косы

- Налейте в неглубокий тазик воды и бросьте в него или теннисные шарики, или «скорлупки» от «Киндер-сюрприза». Пусть ребёнок вылавливает их при помощи ложки с прорезьями и складывает в тарелочку

- Нарежьте кусочки поролона (размер кусочка сахара) и наложите пробки (чтобы у кусочков специально были неровные края). Все это сложите в тарелочку, рядом поставьте другую. Ваш малыш будет все это перекидывать при помощи пинцета. Предварительно научите ребёнка правильно держать пинцет

- На края мисочки нацепите обыкновенные прищепки. Их нужно будет снять и опять одеть на край. Приготовьте разные по размеру полиэтиленовые бутылки из-под воды, шампуня, пузырьков, духов и др., и пусть ребёнок отвинчивает и навинчивает пробки, подбирая по диаметру

- Если вы найдете кусок плотного пенопласта, то можно дать малышу маленький молоток, гвозди с широкими шляпками и разрешить их забить

- Ваш ребёнок приобретёт хороший практический навык при чистке стеклянной бутылки при помощи «ёршика»

- Для самых маленьких рекомендуем очень простое упражнение: в одну мисочку насыпаете обыкновенный горох, и пусть малыш перекидывает его сначала всей горстью, затем щепоткой и в конце концов — указательным и большим пальцами в другую миску

- Хорошим занятием послужит игра с телефоном

- Если вам нужно что-либо перемешать (салат, тесто), то подключите к этой работе ребёнка

- Ещё одна игра для самых маленьких: нарвите вместе с малышом в ящик бумагу и спрячьте маленькую игрушку. Её нужно будет найти на ощупь

- Работа с бумагой очень значима для ребёнка. Нужно учить его складывать и разворачивать, скатывать, скручивать, перелистывать, мять её

- Поставьте наклонно желоб, и пусть ребёнок катит по нему мяч, после чего мяч попадает в корзину

- Поставьте на стол воротца. Ребёнок через них должен прокатить мяч

- Изготовление гирлянд, бус

- Продевание тесьмы в дырочки.

Оборудуйте вашему ребёнку «**изоуголок**», где он будет с интересом заниматься, реализуя свой творческий потенциал и мелкую моторику рук. В «изоуголке» разместите пластилин, глину (для самых маленьких — солёное тесто вместо пластилина), мозаики, пирамиды, матрёшки, конструкторы, все для изготовления аппликаций (цветная бумага, ножницы, клей), все для раскрашивания, для папье-маше, цветные восковые мелки.

**Для развития координации движений** можно попробовать заниматься накалыванием. Пусть ребёнок предварительно на листе бумаги нарисует что-нибудь и раскрасит рисунок. Затем по контуру начнёт делать наколки при помощи безопасной иголки. После этого рисунок можно просто выдавить и сделать из него аппликацию. Если это задание будет выполнять целая группа, тогда из различных рисунков сделайте картину-аппликацию, посвящённую одной теме.

Очень интересна работа с сухим и мокрым песком. При помощи мокрого песка можно лепить различные формы, а сухой песок можно раскрасить в разные цвета и при помощи кулёчка, напоминающего кулинарный, но с очень тонким отверстием, можно рисовать.

**Игра на базе конструктора** способствует развитию мелкой моторики, формированию представлений о цвете и форме и ориентировки в пространстве.

Преимущества использования конструктора:

- с поделками из конструктора ребенок может играть, ощупывать их, не рискуя испортить, тогда как рисунки, аппликации или фигурки из пластилина не могут быть пригодны для организации игры;

- при использовании конструктора у ребенка получаются красочные и привлекательные поделки вне зависимости от имеющихся у него навыков. Ребенок уже испытывает чувство успеха;

- поскольку конструктор можно расположить не только на столе, но и на полу на ковре, ребенку во время занятия нет необходимости сохранять статичную сидячую позу, что особенно важно для соматически ослабленных детей;

- конструктор безопасен, у ребенка руки остаются чистыми, а убрать поделки можно легко и быстро.

Разными фирмами предлагается широкий выбор наборов: "Дом", "Аэропорт", "Зоопарк", "Семья" и другие. Их можно использовать для развития словарного запаса малыша.

### **Игры с мелкими предметами**

#### **1. "Кто запомнит?"**

Оборудование: коробочка с цветными палочками разной величины, образцы, нарисованные на таблицах.

Содержание: взрослый показывает ребенку образец 5-10 сек. Ребенок должен внимательно его рассмотреть и запомнить, в каком порядке размещены палочки. Взрослый убирает таблицу, и ребенок самостоятельно выкладывает из палочек рисунок, который он только что видел. По окончании работы ребенок сверяет рисунок с образцом.

#### **2. "Волшебный куб"**

Оборудование: "волшебный куб" – их сейчас продается великое множество с различной тематикой (геометрические фигуры, животные, цветы, цифры и т.п.). Можно изготовить самим такой куб: взять коробку в форме куба из плотного картона, подобрать фигурки по выбранной тематике (например, геометрические) примерно одного размера и сделать соответствующие отверстия в коробке. Все можно раскрасить в разные цвета.

Содержание: На первом этапе надо показать ребенку, что каждая фигурка попадает только в одно отверстие, а в другое – нет; затем совместно попытаться разложить фигурки. И только потом можно предоставить ребенку самому попробовать. И если не получится, попробовать сначала.

### **Работа с бусами**

Отлично развивает руку разнообразное нанизывание. Нанизывать можно все что нанизывается: пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки и т.п. Можно составлять бусы из картонных кружочков, квадратиков, сердечек, листьев деревьев, в том числе сухих, ягод рябины.

Используемые материалы: бусы различной текстуры, леска, нитки, пуговицы, макароны, сушки, шнурки и другие материалы (зависит от фантазии).

Содержание: Взрослый раскладывает на столе бусинки разного размера, но одного цвета (или одного размера, но разных цветов, или разных размеров и разных цветов). Предлагается самостоятельно сделать бусы, в которых чередуются большие и маленькие бусинки, или красные и синие, или круглые и квадратные и т.п. При выполнении этого задания важно, чтобы ребенок не только правильно продевал нитку в отверстия бусинок, но и соблюдал определенную последовательность нанизывания бусинок. Можно предложить ребенку самому придумать материал для нанизывания и узор.

### **Рисование**

В процессе рисования у детей развиваются не только общие представления, творчество, углубляется эмоциональное отношение к действительности, но формируются элементарные графические умения, столь необходимые для развития ручной ловкости, освоения письма. Рисую, дети учатся правильно обращаться с графическим материалом и осваивают различную изобразительную технику, у них развивается мелкая мускулатура руки. Рисовать можно черными и цветными карандашами, фломастером, мелом, акварельными красками, гуашью. Безусловно, рисование способствует развитию мелких мышц руки, укрепляет ее. Но надо помнить, что при обучении рисованию и письму специфичны положения руки, карандаша, тетради (листа бумаги), приемов проведения линий.

Оборудование: Краски, карандаши, восковые мелки или пастель, фломастеры и иные материалы. Бумага для рисования должна быть разных форматов и оттенков. Необходимо также иметь кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств и т.д.

Содержание: Для начала хорошо использовать:

1. обводку плоских фигур. Обводить можно все: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, плоскую игрушку и т.д. Особенно подходят для этой цели формочки для приготовления кексов;

2. рисование по опорным точкам;

3. дорисовывание второй половины рисунка;

4. рисунок по образцу, не отрывая руки от бумаги.

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.

### **Работа с бумагой и ножницами**

Изготовление поделок из бумаги также является одним из средств развития мелкой мускулатуры кистей рук. Эта работа увлекает дошкольников, способствует развитию воображения, конструктивного мышления. Работа с бумагой заканчивается определенным результатом, но, чтобы его достичь, нужно овладеть необходимыми навыками, проявить волю, терпение. Важно, чтобы дети испытывали радость от самостоятельно выполненной работы, почувствовали веру в свои силы и возможности. Этому должны способствовать и подобранные в соответствии с возрастом задания, и поощрения взрослых.

### Советы родителям:

*Если ребенок не испытывает интереса к занятию, лучше его отложить или заменить другим. Не прерывайте занятия на длительный срок. Не перегружайте ребенка, не стремитесь дать ему все сразу! Много – не значит хорошо! Не делайте ничего через силу! Занятия должны приносить радость. Не старайтесь сразу получить результаты. Даже если что-то не получилось, важен не результат, а участие и приобретенный опыт (даже опыт неудач).*

*Придумывайте сюжеты заранее, используя уже имеющийся опыт ребенка (сказки, стихи, походы в зоопарк, театры и т.д.). Не жалейте денег на качественные материалы и оборудование. Создавайте выставки работ малыша. Продумайте хорошо режим дня ребенка.*

**Если вы подключите своё воображение, то и сами сможете найти множество занятий для своего малыша в повседневной жизни, развивающий моторику ребёнка. Главное – творчески подойти к этому вопросу! Успехов!**

### **Связь мозга и мелкой моторики**

- Наука про рефлекторные точки внутренних органов на кисти и пальцах рук - акупунктура.
- Ребенок, двигая пальчиками, неосознанно развивает свои внутренние органы.

