

## Советы родителям по развитию мелкой моторики

Пожалуй, каждый современный родитель знает о необходимости развития мелкой моторики. Но далеко не все находят время и желания серьезно заняться этим интересным и полезным процессом.

Мелкая моторика (по определению Википедии) — это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног. Иными словами – это точное движение пальцев рук и ног.

Мелкая моторика влияет на многие важные процессы в развитии ребенка: речевые способности, внимание, мышление, координацию в пространстве, наблюдательность, память (зрительную и двигательную), концентрацию и воображение. Ведь центры головного мозга, отвечающие за эти способности, непосредственно связаны с пальцами и их нервными окончаниями.

Дети, которые регулярно выполняют упражнения на развитие мелкой моторики, раньше начинают говорить: у них быстрее формируется правильная речь и реже встречаются логопедические дефекты речи. В школе у них быстрее идет формирование навыков письма и реже встречается дисграфия (нарушение письма).

Существует множество игр и упражнений, направленных на развитие мелкой моторики рук ребенка. Все они очень разнообразны по сложности, интересности, доступности.

Гимнастика для рук состоит в поглаживании ладошек в разных направлениях, массажировании и растирании каждого пальчика, похлопывания кончиками полусогнутых пальцев по ладошке. Можно перебирать крупные и мелкие предметы (последние – под Вашим наблюдением!): бусы, фасолины. Также нанизывать большие шары-бусы на веревочку, перекладывать карандаши, пуговицы и так далее. К этому может присоединиться игра с мозаикой и конструктором.

Пальчиковые игры можно сопровождать декламированием подходящих стихов. Сначала упражнения делаются медленно, затем быстрее. Начинать занятие надо с разминки пальцев, сгибания и разгибания.

Вот несколько подходящих упражнений:

1. Колечко: пальцы зажаты в кулак, сначала разгибаем большой и указательный пальцы и соединяем их в кольцо. Затем распрямляем все пальцы и разводим их в стороны.
2. Домик: ладони направляем друг к другу под углом, пальчики соприкасаются. Средний палец правой руки поднимаем вверх (это труба),

кончики мизинчиков соединяем под прямым углом друг с другом (это балкончик).

3. Цепочка: большой и указательный пальцы левой руки соединяем в колечко, а через него попеременно пропускаем колечки из пальцев правой руки – большой с указательным, большой со средним и так далее.
4. Собака: поставьте ручку на ребро. Большой палец поднять вверх и чуть согнуть; указательный тоже согнуть, средний и безымянный пальцы поставить вместе. Мизинчик опускать и поднимать попеременно.

Ежедневное застегивание пуговиц, завязывание шнурков - нужно предоставить ребенку возможность делать самостоятельно, таким образом, мелкая моторика будет тренироваться практически автоматически, безо всяких упражнений. Дополнительно помочь добиться успехов в этом можно с помощью веревочки, поучите, какие можно из нее завязать узелки. Можно приобрести специальную игрушку, в которой объединены шнурочки, пуговицы – пусть учится ими пользоваться. У более старших детей мелкую моторику хорошо развивают лепка, рисование, раскрашивание, вышивание, ручной труд. Карандаш предпочтительнее фломастера – он заставляет ребенка напрягать ручку, пользоваться разными приемами нанесения штрихов, что очень развивает мелкую моторику. В ход пойдут все подручные средства:

- Крупы: можно поручить сортировку и перебирание различных круп;
- Природные материалы: желуди, шишки, камушки, ракушки, палочки;
- Кухонная утварь;
- Различные ёмкости, пузырьки, коробочки;
- Молнии, шнурки, завязки, нитки, верёвочки, застёжки, пуговицы, ткани различных размеров, форм, цветов и текстуры;
- Бусины и кольца, которые очень интересно нанизывать на тесьму;
- Из спичек, ватных палочек и зубочисток можно выкладывать различные рисунки;
- Мальчики особенно оценят болты и гайки, а так же вышедшие из строя технические приборы (телефоны, калькуляторы и т.п.)

Так же полезно приобщать детей к домашним обязанностям и учить помогать в уборке по дому:

- Подметать и собирать мусор, рассыпавшиеся по полу предметы (пуговицы, бусинки, пазлы), а также мыть полы;
- Лепить из теста печенье и украшения к пирогу;
- Открывать дверь ключом;
- Пытаться самостоятельно обуваться, одеваться, а также разуваться и раздеваться.
- Чистить вареные яйца, картофель в мундире, мандарины;
- Помогать родителям отвинчивать различные пробки – у канистр с водой, пены для ванн, зубной пасты и т.п.;
- Отлеплять и прилеплять наклейки;
- Перелистывать страницы книги;

- Затачивать карандаши точилкой и стирать нарисованное ластиком;

Важные правила в процессе развития мелкой моторики детей.

1. Занятия должны напоминать игру, а не уроки в школе. В ходе игры побольше разговаривайте с ребенком, ведите диалог.
2. Игры и занятия должны быть систематическими.
3. Выбирайте игры и занятия, подходящие по возрасту и развитию именно вашему ребенку.
4. Важно, чтобы ребенку нравился сам процесс – позаботьтесь об этом. А также искренне покажите, что вам это тоже приносит удовольствие.
5. Контролируйте время – оно для каждого ребенка индивидуально.
6. Старайтесь перепробовать как можно больше различных способов развития мелкой моторики. Но ни в коем случае не занимайтесь всем сразу.
7. Критика в этом деле не уместна - е забывайте хвалить ребенка даже за самый маленькие успехи!

Помните, что любой процесс обучения требует массу терпения и труда. Не пренебрегайте навсегда уходящим временем – используйте его рационально. Будьте мудрыми, внимательными и любящими родителями.