

## Консультация для родителей «Развитие мелкой моторики у детей 4-5 лет»

Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут застёгивать пуговицы, шнуровать ботинки. Им бывает трудно собрать рассыпавшиеся детали конструктора, работать с пазлами, счётными палочками, мозаикой. Они отказываются от любимых другими детьми лепки и аппликации, не успевают за ребятами в группе детского сада на занятиях.

Таким образом, возможности освоения мира этими детьми оказываются обеднёнными. Дети часто чувствуют себя несостоятельными в элементарных действиях, доступных сверстникам. Это влияет на эмоциональное благополучие ребёнка, на его самооценку. С течением времени уровень развития сложно-координированных движений руки у детей, имеющих речевые нарушения оказывается недостаточным для освоения письма, формирует школьные трудности.

Вот почему специалистам и родителям важно следить за уровнем развития общей и мелкой моторики. Например, в 3 года неправильно требовать от ребёнка быстрого застёгивания кнопок и молний или подробного рисунка человека. Но в 4,5 года большинство детей уже справляется с завязыванием бантика, шнурованием ботинок и способны нарисовать человека из семи частей тела. В 2,5 года малыш строит дом из 5 кубиков, а через полгода уже может поставить 10 кубиков один на другой. Тогда же он начинает разрезать ножницами верёвку, бумагу, но аккуратное вырезание становится доступно только через год.

### Что такое мелкая моторика?

Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». Что же такое мелкая моторика? Физиологи под этим выражением подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т. к. развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребёнка? Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребёнку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д.

Мелкая моторика — 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. В применении к моторным навыкам руки и пальцев часто используется термин ловкость.

К области мелкой моторики относится большое разнообразных движений: от примитивных жестов, таких как захват объектов, до очень мелких движений, от которых, например, зависит почерк человека.

Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики (*пальчиковая гимнастика*), воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застёгивать и расстёгивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

И, конечно, в старшем дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью подготовки к школе, в частности, к письму.

### Игры, развивающие мелкую моторику, в домашних условиях для дошкольников

Почему для детей так важно развитие тонкой моторики рук? Дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук,

расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь.

Родители должны понять: чтобы заинтересовать ребёнка и помочь ему овладеть новой информацией, нужно превратить обучение в игру, не отступать, если задания покажутся трудными, не забывать хвалить ребёнка.

Дети младшего дошкольного возраста могут выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом. Не обходите вниманием необходимость приобретения элементарных навыков самообслуживания: умения застёгивать и расстёгивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

Предлагаем вашему вниманию игры на развитие мелкой моторики, которыми можно заниматься как в детском саду, так и дома.

### **Памятка для родителей: «Развитие мелкой моторики»**

#### **Основные занятия с малышом**

1. Массаж — ежедневный тщательный массаж кистей рук: мягкие массирующие движения и разминания каждого пальчика, ладонки, наружной стороны кисти, а также предплечья. Очень полезное и приятное занятие, великолепно активизирующее речевые центры мозга. Кроме того, такой массаж имеет позитивное влияние на иммунитет, на общее развитие и контакт между мамой и ребёнком. Особенно важно уделять много внимания массажу, если у ребёнка есть явные отставания в речевом развитии. Он даёт отличные результаты.

2. Фасолевые ванны — в миску или коробку нужно насыпать фасоль или горох, бросить туда мелкие игрушки и размешать. Малыш запускает руки в фасоль и выискивает игрушки. Эффекты: массаж, развитие координации пальцев.

3. Лепка из разных материалов (солёное тесто, пластилин, глина, обычное тесто). Кроме очевидного творческого самовыражения, малыш также развивает гибкость и подвижность пальцев и способствует улучшению речи.

4. Игры с крупами: перебирать в разные ёмкости, перемешанные горох и фасоль, а затем и более мелкие крупы; пересыпать и перемешивать крупы, растирать в руках.

5. Мозаика — игры с разными мозаиками также улучшают мелкую моторику, развивают сообразительность и творческие способности.

6. Пальчиковая гимнастика и пальчиковые игры — этим весёлым занятиям посвящены многие книги. Народная мудрость принесла к нам из глубины веков Сороку-ворону, ладушки, Козу-рогатую и многое другое. А современные исследователи дополнили ассортимент увлекательных игр. Занимайтесь с крохой — игры и гимнастика для пальчиков способствует не только речевому, но и всестороннему развитию.

7. Шнуровки – сейчас в магазинах развивающих игрушек достаточный ассортимент разнообразных игр-шнуровок. Они отлично развивают мелкую моторику рук, к тому же благодаря им малыш овладевает повседневным практическим навыком шнурования ботинок. Простейшую шнуровку можно сделать в домашних условиях. Возьмите кусок картона, вырежьте из него какой-то знакомый ребёнку объект (яблоко, ёжика или что-то ещё) и сделайте по контуру дырки с помощью дырокола. В эти дырки малыш будет просовывать шнурочки. Также можно пришнуровывать один объект к другому (ёжик нёс т яблоко и т. д.)

8. Игры с пуговицами и бусинами — нанизывание на нитку, застёгивание пуговиц на петли, перебирание пальцами бус из пуговиц или бусин. Можно нашить на одну ткань пуговицы разных размеров, а на другую — разные петли. Ребёнок будет тренировать пальчики, одновременно развивая сообразительность и осваивая понятия большой маленький.

9. Пазлы – красочные картинки разовьют внимательность, сообразительность, координирование работы глаз и кистей и нужную нам мелкую моторику.

10. Катание ладонкой карандашей, шариков по столу или другой поверхности. Такое занятие — дополнительный массаж ладошек и улучшение координации движений кисти.

Используйте творческий подход, занимаясь со своим любимым крохой: все занятия сопровождайте сказками, придумываемыми по ходу действий. Речевое подкрепление увлекательных действий удвоит эффект. Включайте игры для развития мелкой моторики в свою повседневность: идя с малышом за руку немного помассируйте ладошку, на прогулке разрешите ему потереть песок между ладонями и собрать мелкие камешки пальчиками в ведёрко, готовите из теста — выделите крохе кусочек. И конечно же, много говорите с малышом, обсуждайте вс, что происходит. Совсем скоро он станет полноценным участником диалога! Весёлых игр вашему малышу и его маленьким пальчикам!

#### 11. Угадай предмет

Необходимый инвентарь: небольшие предметы, игрушки, пластмассовые буквы и цифры.

- Ребёнок должен с закрытыми глазами опознать предмет, букву, цифру на ощупь поочерёдно правой и левой рукой.

- Более сложный вариант: ребёнок одной рукой с открытыми глазами ощупывает предложенный предмет, не глядя на него, а другой рукой его зарисовывает.

#### 12. Угадай-ка

Упражнение для развития тактильной чувствительности

Необходимый инвентарь: несколько ёмкостей для сыпучих и жидких продуктов; вода, песок, различные крупы, дробинки, любые мелкие предметы.

- Ребёнок опускает кисти рук в сосуд, заполненный какой-либо однородной массой, и в течение 1-2 минут перемешивает его содержимое.

- Затем ему предлагается сосуд с другим наполнителем. После нескольких проб ребёнок с закрытыми глазами опускает руку в предложенный сосуд и старается отгадать его содержимое.

#### 13. Карандашик

- Предложите ребёнку перекачивать карандаш между пальцами, начиная от большого к мизинцу и обратно поочерёдно каждой рукой.

#### 14. Разноцветные снежинки

Игра на развитие мелкой моторики рук, формирование навыка аккуратности

Необходимый инвентарь: фломастеры, белая плотная бумага, ножницы.

- Покажите ребёнку, как вырезать ажурную снежинку.

- Попросите раскрасить её разноцветными фломастерами.

- Движения, которые делает ребёнок при закрашивании мелких деталей, активно воздействуют на развитие мелкой моторики рук.

#### 15. Пальчиковый конструктор

- Взрослый, сядя напротив ребёнка, делает пальцами своей руки какую-либо «фигуру» (какие-то пальцы согнуты, какие-то выпрямлены — любая комбинация). Ребёнок должен точно повторить эту фигуру.

- Если данное задание вызывает у ребенка затруднение, то сначала можно выполнять упражнение сидя рядом, а не напротив ребенка. Так ему будет легче копировать положение пальцев вашей руки.

- Задание можно усложнить: предложите ребенку отобразить пальчиковую конструкцию зеркально.

#### 16. Кто быстрее

Необходимый инвентарь: бумага в клетку, фломастеры.

- Положите перед каждым игроком по листу бумаги в клетку и фломастер.

- Для начала можно заготовить шаблоны с нарисованными пунктиром геометрическими фигурами.

- Обводите наперегонки с ребёнком квадратики или кружочки, треугольники.

#### 17. Штриховка.

Задания со штриховкой выполняются на нелинованной бумаге. Способствуют подготовке руки к письму. Ребёнок 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 лёгких 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 ребёнок 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 определённом направлении:

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

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

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 тёмного.

Полезно также штрихование сеткой. Во всех случаях ребёнку нужны образцы.

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

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

Кроме работы по развитию мелкой мускулатуры рук на занятиях задания по развитию мелкой моторики могут быть включены в такие домашние дела, как перемотка ниток; завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке; собирание разрезных картинок; застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков; завинчивание и развинчивание крышек, банок, пузырьков; разбор круп (горох, гречка, рис) и так далее.

Заданий и упражнений, направленных на развитие мелкой моторики очень много. При желании, особенно, если подключить фантазию и воображение, придумывать их можно бесконечно. И главное здесь - учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка, его возраст, настроение, желание и возможности. Умелыми пальцы станут не сразу. Игры и упражнения, пальчиковые разминки, проводимые систематически с самого раннего возраста, помогают детям уверенно держать карандаш и ручку, самостоятельно заплетать косички и шнуровать ботинки, строить из мелких деталей конструктора, лепить из глины и пластилина и т. д. Таким образом, если будут развиваться пальцы рук, то будут развиваться речь и мышление ребёнка.