

Как развить мелкую моторику у детей

Одним из показателей хорошего физического и нервно-психического развития ребенка является развитие его руки, кисти, ручных умений или, как принято называть, мелкой пальцевой моторикой.

В домашних условиях, чтобы развить умелость рук ребенка, можно:

- запускать пальцами мелкие волчки;
- разминать пальцами пластилин, глину, мять руками поролоновые шарики, губку;
- рвать на мелкие куски бумагу;
- сжимать и разжимать кулачки;
- «ходить» по столу указательным и средним пальцем правой и левой рук (по очереди), сначала медленно, потом быстро;
- показать отдельно только один большой палец;
- махать в воздухе только пальцами;
- кистями рук делать «фонарики»;
- собирать все пальцы в щепотку;
- нанизывать крупные пуговицы, шарики, бусинки на нитку;
- наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, на палец;
- закручивать шурупы, гайки;
- играть с конструктором, мозаикой, кубиками;
- играть с песком, водой;
- рисовать мелом, мелками, гуашью, углем.

Делать это надо ежедневно, чтобы добиться успехов.

Кроме этих упражнений можно играть с детьми в пальчиковые игры. В дошкольном возрасте основной вид деятельности - это игра. Значительный опыт накапливается ребенком в игре.

Пальчиковые игры – это уникальный способ развития ребенка. Они представляют собой своеобразный массаж и гимнастику для пальцев рук и ног. Движения обычно сопровождаются короткими веселыми стихами, и дети с удовольствием их повторяют.

Пальчиковые игры – это не только веселое, но и чрезвычайно полезное занятие для малышей. Они способствуют:

- развитию мелкой моторики, а значит и речи;
- развитию координации движений;
- подготовке руки к письму;
- расширению словарного запаса;
- развитию внимания, памяти, воображения;

- снятию эмоционального и умственного напряжения;
- установлению теплого телесного контакта между ребенком и взрослым.

Общие рекомендации для родителей:

- Перед игрой создайте позитивный настрой;
- Игра должна приносить удовольствие и вам и малышу;
- Дайте ребенку простую инструкцию по возрасту (объясните, что он должен повторять движения за вами или играть с пальчиками самостоятельно, сопровождая действия речью);
- Не играйте больше 5 минут подряд;
- Не старайтесь выучить с малышом как можно больше пальчиковых игр («лучше меньше, да лучше»);
- Желательно разучивать движения сначала правой рукой, а затем левой. Когда ребенок будет достаточно подготовлен, можно выполнять движения двумя руками одновременно.

Виды пальчиковых игр

На сегодняшний день придумано множество пальчиковых игр. Условно их можно разделить на несколько видов, один из которых обязательно приглянется Вашему ребенку.

- Малоподвижные игры со стихотворным сопровождением учат ребенка внимательно слушать слова и повторять за взрослым. Сопровождение движений речью благотворно сказывается на развитии интеллектуальных способностей малыша.
- Пальчиковые игры с элементами массажа. В этих играх используются такие движения, как растирание, надавливание, пощипывание.
- Пальчиковые игры с предметами. Выполнение ритмичных движений с использованием различных предметов (карандашей, массажных мячиков, шишек и т.д.) активизируют отделы мозга, которые отвечают за речь.

Пальчиковые игры

«Ёжик»

Катится колючий ёжик, нет ни головы ни ножек,

Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегаёт туда-сюда. Мне щекотно, да, да, да! (катаем массажный мячик по ладошке)

Уходи, колючий ёж, в тёмный лес, где ты живёшь! (прячем мячик за спиной)

Апельсин

Мы делили апельсин (левая рука в кулачке, правая её обхватывает)
Много нас – а он – один
Эта долька – для ежа (правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке)
Эта долька – для чижа
Эта долька – для котят
Эта долька - для утят
Эта долька - для бобра
А для волка – кожура! (встряхиваем обе кисти)

Замок

На двери висит замок (руки в замке)
Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая)
Потянули, (потянули)
Покрутили, (вращаем руки)
Постучали (стучим основанием ладоней)
И – открыли! (руки разжимаются)

Капуста

Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)
Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга)
Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)
Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем)
В баночку кладём и пробуем.

Курочка

Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать (хлопаем ручками по коленкам)
А за ней ребятки - жёлтые цыплятки (идём пальчиками)
Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко! (грозим пальчиком)
Лапками гребите (загребаем ручками),
Зёрнышки ищите (клюём пальчиками зёрнышки)
Съели толстого жука, дождевого червяка (показываем ручками, какой толстый жук)
Выпили водицы полное корытце (показываем, как черпаем воду и пьём).

Моя семья

Этот пальчик – дедушка (разжимаем поочередно пальцы из кулачка, начиная с большого)

Этот пальчик – бабушка

Этот пальчик – папочка

Этот пальчик – мамочка

Этот пальчик – я

Вот и вся моя семья! (вращаем разжатой ладошкой)

Тесто

Тесто мы месили, (сжимаем кисти рук)

Мы пирог лепили, (ладошки лепят)

Шлёп, шлёп, шлёп, шлёп,

Слепим мы большой пирог! (разводим руки)

Материал подготовила: Баталина Ю.И.