

Развитие мелкой моторики у малышей

Возраст 2-3 года — это время настоящего прорыва в самостоятельности и освоении окружающего мира. Одним из ключевых «двигателей» этого прогресса является мелкая моторика — согласованные движения мелких мышц кистей и пальцев рук.

Почему ей уделяется столько внимания? Потому что она напрямую связана с развитием:

Речи: центры мозга, отвечающие за движения пальцев и речь, находятся рядом и тесно взаимосвязаны (теория «рука — второй язык»).

Мышления, памяти, внимания: точные движения требуют концентрации и стимулируют нейронные связи.

Будущих навыков: умение держать карандаш, ложку, застегивать пуговицы, завязывать шнурки закладывается именно в это время.

Творческих способностей: рисование, лепка, конструирование — всё это возможно благодаря развитой моторике.

Пальчиковые игры для детей 2–3 лет — мощный инструмент развития мелкой моторики.

Вашему вниманию предлагаются несколько эффективных и любимых пальчиковых игр для этого возраста, разделенных по темам.

1. Базовые игры на координацию.

В этих играх учим ребенка поочередно сжимать и разжимать кулачки, хлопать в ладоши.

«Ладушки-ладошки»

Текст: «Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки (хлопаем в ладоши), Хлопали в ладошки, хлопали немножко. Да! (руки на колени или на голову)».

«Фонарики»

Текст: «Фонарики зажглись! (пальцы выпрямлены, крутим кистями — «фонарики светят»)

Фонарики погасли! (пальцы сжаты в кулак)».

2. Игры с элементами массажа (поглаживание, надавливание).

Эти игры помогают снять напряжение и установить телесный контакт.

«Сорока-белобока»

Классика. Взрослый водит пальцем по ладошке ребенка (варим кашу), затем поочередно загибает пальчики, начиная с мизинца, приговаривая:

«Сорока-ворона кашу варила, деток кормила.

Этому дала (мизинчик),

Этому дала (безымянный),

Этому дала (средний),

Этому дала (указательный),

А этому не дала (большой)!

Ты дров не носил, печку не топил, тебе нет нечего!» (обхватывая большой палец ребенка своими тремя, и, в конце, стучим по кончику пальца).

«Мышка»

Движения: Проводим пальцем по ладошке, потом слегка «пробегаемся» пальцами вверх по руке к плечу.

Текст:

«Мышка маленькая в норке (прячем ручку под мышку)

Тихо грызла хлеба корки.

«Хрум-хрум!» — что за шум? (сжимаем и разжимаем пальцы — «мышка скребет»)

Это мышка в норке тут!»

3. Игры на умение сгибать и разгибать пальчики.

Учим ребенка показывать пальчики по одному.

«Этот пальчик — дедушка»

Ручка сжата в кулачок. Взрослый помогает разгибать пальчики по одному или ребенок делает сам (если получается).

Текст:

Этот пальчик — дедушка (большой),

Этот пальчик — бабушка (указательный),

Этот пальчик — папочка (средний),

Этот пальчик — мамочка (безымянный),

Этот пальчик — я (мизинец),

Вот и вся моя семья! (сжимаем и разжимаем кулачок).

«Вышли пальчики гулять»

Текст и движения:

Раз, два, три, четыре, пять — (поочередно разгибаем все пальцы из кулака, начиная с мизинца).

Вышли пальчики гулять (шевелим всеми пальцами).

Раз, два, три, четыре, пять — (поочередно сжимаем пальцы в кулак, начиная с большого).

В домик спрятались опять (прячем кулачки за спину).

4. Игры на координацию двух рук.

«Капуста»

Текст: «Мы капусту рубим-рубим (ребрами ладоней стучим по столу или по ножкам),

Мы капусту солим-солим (пальцы в щепотку — «солим»),

Мы капусту трем-трем (трем кулачок о кулачок),

Мы капусту жмем-жмем (энергично сжимаем и разжимаем кулаки)».

5. Стихи с простыми движениями.

Дети очень любят, когда рассказывание стихов сопровождается действиями.

«Замок»

На дверях висит замок (пальцы сцеплены в «замок»).

Кто его открыть бы мог?

Потянули (тянем «замок» в стороны, не расцепляя пальцев),

Покрутили (крутим «замок» вверх-вниз),

Постучали (стучим основанием ладоней друг о друга)

И — открыли! (расцепили руки и развели ладошки в стороны).

«Апельсин»

Мы делили апельсин (сжимаем и разжимаем кулачок).

Много нас (растопыриваем пальцы обеих рук),

А он один (показываем один указательный палец).

Эта долька — для ежа (поочередно загибаем пальцы),

Эта долька — для стрижа,
Эта долька — для утят,
Эта долька — для котят,
Эта долька — для бобра,
А для волка — кожура (встряхиваем кистями, как будто стряхиваем кожуру).
Он сердит на нас — беда!
Разбегайтесь кто куда (стучим пальчиками по столу/коленям)!

Помимо пальчиковой гимнастики (стихов и потешек), для детей 2–3 лет очень важны **предметные игры**, которые заставляют маленькие пальчики работать по-настоящему. В этом возрасте ребенок учится координировать работу глаз и рук, а также осваивает пинцетный (захват двумя пальцами) и щипковый (захват тремя пальцами) захваты. Чтобы усилить эффект, можно чередовать пальчиковую гимнастику с играми, где задействованы предметы.

Ниже представлено несколько эффективных игр на развитие мелкой моторики, разделенных по типу действий:

1. Игры с прищепками.

Это отличный тренажер для развития силы пальцев и щипкового захвата. Важно, чтобы прищепки были не слишком тугими.

- **«Солнышко лучики»:** Вырежьте из желтого картона круг. Предложите ребенку сделать солнышку лучики, прицепляя прищепки по краю круга.
- **«Тучка и дождик»:** К синему облачку (картон) прицепляем снизу синие прищепки (дождевики).
- **«Ежик»:** Вырежьте силуэт ежика без иголок. Малыш будет прицеплять прищепки ему на спинку.

2. Сенсорные коробки и пересыпания.

Игры с крупами и мелкими предметами отлично массируют подушечки пальцев и учат терпению.

- **«Золушка»:** Смешайте в миске фасоль и макароны (или белую и красную фасоль). Попросите малыша разложить их в разные тарелочки.
- **«Клад»:** Спрячьте на дне миски с крупой (манка, гречка) маленькие игрушки (из киндеров, пуговицы, монетки). Пусть ребенок копается и ищет «клад».
- **«Переливалки»:** Дайте ребенку губку и две мисочки. В одну налейте немного воды. Покажите, как с помощью губки можно перекачать воду из одной миски в другую (набираем воду губкой и отжимаем над пустой миской).

3. Шнуровка и нанизывание.

Умение продевать веревочку в отверстие требует усидчивости и хорошей координации.

- **«Бусы для мамы»:** Купите крупные деревянные или пластиковые бусины и шнурок. Если бусин нет, можно нанизывать крупные макароны (трубочки, перья) на шнурок или вязальную нить с наконечником.
- **Покупные шнуровки:** Деревянные или картонные фигурки (ботинок, сыр с дырочками, ежик) с дырочками, в которые нужно продеть веревочку.

4. Игры с пинцетом или ложкой.

Подготовка руки к письму начинается с умения пользоваться инструментами.

- **«Переложите шарики»:** Дайте ребенку ложку (а потом и пинцет или щипчики для сахара) и миску с шариками (грецкие орехи, шарики для пинг-понга, комочки ваты). Нужно переложить их в пустую миску, не касаясь руками.
- **«Сортируем помпоны»:** Щипцами или пальцами (пинцетный захват) раскладываем маленькие пушистые помпоны по ячейкам формы для льда или коробки от конфет, сортируя по цветам.

5. Игры с пластилином и тестом.

Здесь важно не просто мять массу, а выполнять целенаправленные действия.

- **«Накорми зверят»:** Рисуем на картоне мордочки животных (мишка, котик). Вырезаем им ротик (дырку). Малыш отщипывает маленькие кусочки пластилина, скатывает из них шарики-«конфетки» и прилепляет их прямо в ротик животным, заклепывая дырку.
- **«Рисуем пластилином» (пластилинография):** Рисуем простую картинку (солнышко, тучку, грибок). Ребенок отщипывает маленькие кусочки пластилина и замазывает (размазывает пальчиком) белые участки внутри контура.
- **Соленое тесто:** Лепить из него даже полезнее, так как оно мягче и податливее.

6. Наклейки и мозаика.

- **Многоразовые наклейки:** Оторвать наклейку от основы и приклеить её в альбом — отличная работа для пальчиков. Можно покупать тематические наборы (зоопарк, машинки).
- **Мозаика (крупная):** Для 2–3 лет подходит мозаика с крупными фишками (около 3–4 см) и большим прозрачным полем. Собрать можно просто дорожки или цветочки.

7. Бумаготворчество (рвем и мнем).

- **«Снег идет»:** Дайте ребенку лист белой бумаги и попросите нарвать его на мелкие кусочки (снежинки), а затем подбросить их вверх.
- **«Секретики»:** Заверните в бумагу (фольгу) маленькую игрушку или конфету. Ребенку нужно аккуратно развернуть сверток.
- **«Комкалки»:** Учите ребенка сминать лист бумаги в плотный комочек одной рукой. Кто больше накомкает комочков-«колобков»?

Общие рекомендации по проведению игр:

1. **Начинайте с малого.** Если ребенок не хочет повторять движения, делайте их сами, водите его ручками. Постепенно он втянется.
2. **Эмоции.** Играйте весело, меняйте интонацию.
3. **Время.** Достаточно 3–5 минут, иначе малыш потеряет интерес.
4. **Четкость.** Старайтесь, чтобы движения были ритмичными и совпадали с текстом.
5. **Позитивное подкрепление.** Хвалите малыша даже за небольшие успехи!

Материал подготовила воспитатель Любушкина Ирина Владимировна