

Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». Практически каждый родитель знает о необходимости развития мелкой моторики у ребенка. Но не все знают, как это делать. Так что же такое мелкая моторика и как ее развить?

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Добиться качественного выполнения таких движений помогают скоординированные действия мышечной, костной и нервной систем человеческого организма. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка?

Уровень развития мелкой моторики – один из показателей готовности к школьному обучению. Ребёнок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь. Умение выполнять мелкие движения с предметами развивается в старшем дошкольном возрасте, именно к 6–7 годам в основном заканчивается созревание соответствующих зон головного мозга, развитие мелких мышц. Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут самостоятельно застегивать пуговицы, шнуровать ботинки. Возможности освоения мира этими детьми оказываются обедненными.

Дети часто чувствуют себя несостоятельными в элементарных действиях, доступных сверстникам. Это влияет на эмоциональное благополучие ребенка, его самооценку. С течением времени уровень развития сложно-координированных движений руки может оказаться недостаточными для освоения письма.

Однако даже если речь ребенка в норме — это вовсе не значит, что ребенок хорошо управляется со своими руками. Что же делать, если обнаружилось недостаточно хорошее развитие тонкой моторики? Родителям надо набраться терпения и постепенно, шаг за шагом, исправлять этот недостаток.

Как же развивать мелкую моторику у детей старшего дошкольного возраста?

Ответ довольно прост: конечно же, в игре. Существует много разнообразных игр, занятий, позволяющих не только увлечь ребенка, но и принести ему пользу.

Весь комплекс упражнений по развитию мелкой моторики можно разделить на три части:

1. Пальчиковая гимнастика;
2. Упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов;
3. Отработка графических навыков.

Пальчиковая гимнастика.

Начинать работу по развитию мелкой моторики можно и нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики с проговариванием стишков и потешек, а позже в игровой форме.

Этапы разучивания игр:

1. Взрослый сначала показывает игру малышу сам.
2. Взрослый показывает игру, манипулируя пальцами и ручкой ребёнка.
3. Взрослый и ребёнок выполняют движения одновременно, взрослый проговаривает текст.
4. Ребёнок выполняет движения с необходимой помощью взрослого, который произносит текст.
5. Ребёнок выполняет движения и проговаривает текст, а взрослый подсказывает и помогает.

Упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов:

Вот некоторые из них: «Мозаика», «Пазлы». В этих играх есть мелкие детали, которые надо соединять между собой. При выборе пазлов надо исходить не только из эстетических предпочтений ребенка. Здесь действует правило: чем старше ребенок, тем мельче должны быть детали и, соответственно, наоборот.

«Конструктор». Для детей старшего дошкольного возраста лучше выбирать конструкторы с мелкими деталями, с разными видами соединений. Благодаря этим играм развивается образное мышление, фантазия, мелкая моторика рук.

Лепка из глины и пластилина. Просто замечательное занятие на развитие мелкой моторики у дошкольников. Это очень полезно и отлично влияет на развитие мелкой моторики рук, причём лепить можно не только из пластилина и глины.

Упражнения с бумагой:

- мять — развитие силы рук (после этого получится «шарик», который можно бросать в корзину с расстояния),

- рвать (развитие соотносящих движений) — захватываем пальцами обеих рук лист и тянем в разные стороны.

- делать аппликации из бумажных шариков (смять бумагу, нарвать ее на полоски, затем полоски нарвать на квадраты, скатать каждый квадратик на ладошке в шарик, шариками выкладывается силуэт — например, кошка, барашек, тучка)

- Хорошо развивает мелкую моторику оригами. Да и потребуется лишь одна бумага. Сделанные работы вы можете обыграть, например, придумайте совместно сказку и поиграйте в неё вместе с ребёнком.

Рисование или раскрашивание картинок – любимое занятие дошкольников и хорошее упражнение на развитие мелкой моторики рук.

Обратить внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Если мальчик рисует только машины и самолёты, а девочка похожих друг на друга кукол, то это вряд ли положительно повлияет на развитие образного мышления ребёнка.

Для развития мелкой моторики рук родителям можно использовать подручные материалы:

- Смешайте фасоль, горох, чечевицу и попросите ребёнка разобрать всё в разные чашечки. Для интереса назовите игру «Золушка».

- Для мальчиков можно создать игру «Юный механик», для которой потребуются только болты с гайками. Попросите раскрутить или накрутить гайку. Для интереса попробуйте посоревноваться с ребёнком, кто быстрее справится или даже устроить семейный турнир. Хорошо ещё если болты и гайки будут разными по величине. Это ещё будет способствовать развитию глазомера.

- Завяжите на шнурке несколько, не очень тугих узелков и ребёнка попросите их развязать, и наоборот.

- Для девочек хорошо подойдёт нанизывание бусин, макарон или пуговиц на проволоку.

Игры-шнуровки

В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика), развивается пространственное ориентирование, что способствует усвоению понятий «вверху», «внизу», «справа», «слева»; а это в свою очередь влияет на формирование головного мозга и становления речи. А также, что не маловажно, игры-шнуровки косвенно готовят руку к письму и развивают усидчивость.

В настоящее время все большее внимание привлекают нетрадиционные формы и средства работы с детьми. Су-джок терапия — одна из них, («Су»-по-корейски — кисть, «джок» — стопа). Для воздействия используются только те точки, которые находятся на кистях рук и стопах. Су-джок терапия может быть направлена на воздействие на зоны коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений. Используют су — джок и для укрепления мелких мышц руки. Эта процедура значительно улучшает мелкую моторику рук. Применяются Су — Джок — массажеры в виде массажных шариков, в комплекте с массажными металлическими колечками. Шариком можно стимулировать зоны на ладонях, а массажные кольца надеваются на пальчики.

С помощью шаров — «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Массаж Су-Джок шарами.

(дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)

Массаж пальцев эластичным кольцом.

(Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, начиная с большого, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики)

— Мальчик-пальчик, где ты был?

— С этим братцем в лес ходил,

— С этим братцем щи варил,

— С этим братцем кашу ел,

— С этим братцем песни пел

Использование Су-Джок шаров для развития памяти и внимания

Дети выполняют инструкцию, таким образом, развивается внимание, память и умение работать по инструкции, что очень важно для успешности в школе.

Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Отработка графических навыков.

Отработку графических навыков помогут развить такие упражнения как:

Рисование линий, фигурных дорожек

— Ребенка просят провести фигурную дорожку, соединив линию штриховки, провести линию посередине фигурной дорожки, а так же штриховки с различным направлением движения руки.

В детских журналах сейчас можно найти очень много развлекательно - развивающих заданий, например, когда требуется соединить точки и посмотреть, что за рисунок получится. К заданиям такого же типа относятся и различные лабиринты, дорисовка картинок, раскрашивание картинок и т. д. Важно приучать ребенка стремиться все делать аккуратно. Если у него не получается хорошо, не следует ругать его, торопить. Наоборот, его следует постоянно поощрять и вселять у него уверенность, что у него все получится. Надо только постараться.

Руки - инструмент тонкий, и «настраиваются» они в течение долгого времени. Очень полезны мозаики, аппликации, рисование карандашами, мелками, красками, а то и просто пальчиками, а также вырезание из бумаги. В общем-то, практически все действия, требующие работы руки и пальцев, способствуют формированию тонкой моторики руки.

Главное - помните! Любые игры и упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Целенаправленная и планомерная работа по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста во взаимодействии с родителями способствует формированию интеллектуальных способностей, а самое главное — способствует сохранению физического и психического здоровья ребенка. И все это напрямую готовит дошкольника к успешному обучению в школе! Успехов вам и терпения!