

# Что такое "мелкая моторика"?

**МЕЛКАЯ МОТОРИКА** - это тонкие и точные движения пальцев. Их развитие является необходимым условием для освоения ребенком большинства видов творческой и бытовой деятельности. Кроме того «на кончиках детских пальцев находится мышление и речь ребенка».

От развития мелкой моторики напрямую зависит работа речевых и мыслительных центров головного мозга. Поэтому, чтобы научить малыша говорить, необходимо развивать движения пальцев рук.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими психическими функциями, как внимание, мышление, воображение, зрительная и двигательная память, речь.

## Основные этапы развития моторных навыков руки

**8-12 месяцев:** ребенок берет мелкий предмет двумя пальцами (кончиком большого и указательного пальцев) – точный пинцетный захват;

**10-13 месяцев:** ребенок повторяет за взрослым действия с предметами (толкает игрушечную машинку);

**11-14 месяцев:** ребенок пытается рисовать «каракули»;

**12-18 месяцев:** ребенок переворачивает все сразу страницы книги, хорошо держит карандаш, умеет держать чашку, ложку, разворачивать завернутую в бумагу предметы;

**13-18 месяцев:** ребенок ставит кубик на кубик;

**14-16 месяцев:** ребенок умеет соединять предметы, откручивать маленькие винтовые крышки под контролем зрения;

**15-18 месяцев:** ребенок собирает пирамиды без учета колец;

**17-20 месяцев:** ребенок ставит 3 кубика друг на друга. Переворачивает страницы книги по одной;

**17-24 месяцев:** ребенок схватывает движущийся предмет;

**18-24 месяцев:** ребенок опускает мелкий предмет в маленькое отверстие, разрывает бумагу;

**20-24 месяцев:** ребенок пытается остановить катящийся мяч, нанизывает на шнур большие бусины;

**22-24 месяцев:** ребенок ставит 4-6 кубиков друг на друга.



# Методики развития

Чтобы развитие мелкой моторики у детей дошкольного возраста было в рамках нормы, его можно ускорять. Есть разные методики.

## Игры с мелкими предметами

Ребёнку с 3 лет просто необходимо предлагать все те игры, где нужно собирать мелкие части в единое целое:

- мозаика;
- пазлы;
- конструктор.

Такие игры не только способствуют развитию мелкой моторики, но и формируют творческое воображение, ориентировку в пространстве.

## Пальчиковые игры

**Пальчиковая гимнастика**

**1. «Колечко».**

Поочерёдно и как можно быстрее перебираем пальцы рук, соединяя с большим. Упражнение выполняется с каждой рукой отдельно, затем вместе.

**2. «Лезгинка».**

Левую руку сжимаем в кулак, большой палец отставляя в сторону. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасаемся к мизинцу левой руки. (6-8 раз)

Пальчиковые игры на развитие мелкой моторики для детей дошкольного возраста могут опираться на:

- цветные палочки;
- скороговорки;
- стихи;
- пальчиковый алфавит;
- пальчиковый театр.

В первое время для трёхлетних малышей будет нормой повторение движений вслед за взрослым. Но в 5 лет, слыша стихотворение, в котором заложено задание на выполнение простейших движений пальчиками, он должен делать их уже самостоятельно.

### Массаж кистей и пальцев

Такой способ развития мелкой моторики предполагает несколько методик:

- профессиональный массаж у специалиста;
- самостоятельная разминка пальчиков и кистей родителями;
- предлагайте ребёнку запускать мелкий волчок, чтобы он крутился как можно дольше;
- пусть он запускает руки в крупы (рис, пшено, гречку, фасоль) и песок, трогая там пальчиками по отдельности каждую крупинку.

Игры с элементами массажа очень хорошо способствуют развитию в пальчиках и кистях мелкой моторики.

### Лепка

Здесь трудно формулировать какие-то конкретные задания. Просто давайте дошкольнику пластилин в руки: пусть его пальчики творят из него то, что придумает его неуёмное воображение. Главное — чтобы лепка присутствовала в ежедневных занятиях малыша с 3 до 5 лет.

### Рисование

Несмотря на то, что рисование точно так же, как и лепка, требует полёта фантазии, она нацелена на более конкретное развитие мелкой моторики. Поэтому здесь есть выполнение определённых заданий:

- рисование по трафаретам;
- штриховка;
- рисование по фигурным линейкам;
- работа с занимательными прописями специально для дошкольников.

Работу по развитию мелкой моторики рекомендуется проводить регулярно по 5 минут несколько (5-6) раз в день. Результатов можно добиться, используя разные виды деятельности: игру, лепку, рисование, аппликации, конструирование.

Регулярные занятия способствуют попутно формированию восприятия, речи, чувства цвета. Только в совокупности всех этих усилий, которые потребуются и от родителей, и от самих дошкольников, развитие мелкой моторики детей дошкольного возраста может быть успешным.

# КОМПЛЕКСЫ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ

## 1 комплекс

1. Ладони на столе (на счет «раз-два» пальцы врозь-вместе).
2. Ладонка – кулачок – ребро (на счет «раз, два, три»).
3. «Пальчики здороваются» (на счет «раз-два-три-четыре-пять» соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.).
4. «Человечек» (указательный и средний пальцы правой, а потом левой руки бегают по столу).
5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).

### Потешка «Мальчик-Пальчик»

*Мальчик-Пальчик, где ты был?*

*(Показать большой палец правой руки, обращаясь к нему)*

*С этим братцем в лес ходил.*

*(Прикасаюсь кончиком большого пальца к кончикам всех пальцев от указательного до мизинца)*

*С этим братцем щи варил.*

*С этим братцем кашу ел.*

*С этим братцем песни пел.*



## 2 комплекс

1. «Коза» (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).
2. «Козлята» (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).
3. «Очки» (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
4. «Зайцы» (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и безымянный соединить).
5. «Деревья» (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).

## Потешка «Белка»

*Сидит белка на тележке,  
(левой рукой загибать  
по очереди пальцы правой руки,  
начиная с большого пальца)*

*Продает она орешки,  
Лисичке-сестричке,  
Воробью, синичке,*

*Мишке толстопятому,  
Заиньке усатому.*

*Кому в роток, кому в зобок,  
А кому в лапочку.*





### 3 комплекс

1. «Флажок» (большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе).
2. «Птички» (поочередно большой палец соединяется с остальными).
3. «Гнездо» (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).
4. «Цветок» (то же, но пальцы разъединены).
5. «Корни растения» (прижать корни-руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).

### Потешка «Этот пальчик...»

*Этот пальчик – дедушка,  
(согнуть пальцы левой руки в кулачок,  
по очереди разгибать пальцы, начиная с большого)*

*Этот пальчик – бабушка,*

*Этот пальчик – папочка,*

*Этот пальчик – мамочка,*

*Этот пальчик – я,*

*Вот и вся моя семья.*

