

## Развитие мелкой моторики

Движения пальцев и кистей рук ребенка имеют особое развивающее воздействие.

Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще во II веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждали, что игры с участием рук и пальцев (типа нашей «Сороки-белобоки» и других) приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии.

Японский врач Намикоси Токудзиро создал оздоравливающую методику воздействия на руки. Он утверждал, что пальцы наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. На кистях рук расположено много акупунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы, рефлекторно с ними связанные.

В Японии широко используются упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекачивание между ладонями шестигранного карандаша.

Исследования отечественных ученых Института физиологии детей и подростков подтверждают связь развития рук с развитием мозга, связь речевой и мелкой моторики. Работы В.М.Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственное утомление. Исследования М.М.Кольцовой доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Развитие тонких движений пальцев рук предшествуют появлению артикуляции слогов. Речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев. Развитие мелкой моторики является важным фактором в формировании правильного произношения.

Развитие пальцевой моторики как бы подготавливает почву для последующего формирования речи. Так как существует тесная взаимосвязь между речевой и моторной деятельностью, то при нарушении речи отмечается нарушение моторики.

Специальные исследования показывают, что у детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушениями речи недостаточный уровень сформированности тонких движений кистей и пальцев рук.

Отставание в развитии тонкой моторики рук у дошкольников препятствует овладению ими навыками самообслуживания, затрудняет манипуляции различными мелкими предметами, движения рук неловки, темп деятельности замедлен.

Начинать работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего детства. Уже в младенческом возрасте можно выполнять массаж пальчиков, воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга.

В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые стихотворные упражнения, например, «Сорока-белобока кашку варила...», не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застегивания и расстегивания пуговиц, молний, завязывание шнурков и т.д. И, конечно же, в старшем дошкольном возрасте формирование ручной умелости, координации движений руки – важная часть подготовки к школе.

Родители, которые уделяют должное внимание играм, упражнениям, различным заданиям на развитие мелкой моторики и координации руки, решают две задачи: во-первых, косвенным образом влияют на общее интеллектуальное развитие ребенка, во-вторых готовят к овладению навыкам письма, что в будущем поможет избежать многих проблем школьного обучения. Развитие мелкой моторики ускоряет созревание речевых областей

головного мозга и стимулирует развитие речи ребенка, что позволяет при наличии дефектов звукопроизношения успешнее их исправить.

Какие же игры, упражнения, задания помогают развить ручную умелость?

- разминать пальцами пластилин, глину;
- рисовать, раскрашивать, штриховать;
- рисовать ручкой, карандашами, мелом, восковыми мелками, акварелью, гуашью, углем и т.д.

- резать ножницами;
- игры с конструктором;
- складывание матрешек;
- рисование в воздухе;
- игры с песком, водой;
- мять руками поролоновые шарики, губку;
- барабанить всеми пальцами обеих рук по столу;
- двумя пальцами (указательным и средним) «ходить» по столу сначала медленно, как будто кто-то крадется, а потом быстро, как будто бежит. Упражнение проводить сначала правой, потом левой рукой;

- показать отдельно только один палец – большой, потом указательный, далее средний, безымянный, мизинец.

- махать в воздухе только пальцами;
- собирать пальцы в щепотку (пальцы собрались вместе –разбежались)
- хлопать в ладоши тихо, громко, в разном темпе;
- запускать пальцами мелкие волчки;
- нанизывать крупные пуговицы, шарики, бусинки на нитку;
- наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку;
- завязывать узлы на толстой веревке, на шнуре;
- застегивать пуговицы, крючки, молнии, замочки, крышки;
- закручивать шурупы, гайки;
- выполнять несложные геометрические узоры из мелких деталей спичек, палочек, мозаики;

- отстреливать каждым пальцем поочередно пинг-понговый шарик;

Упражнения с грецким орехом.

(Все упражнения выполняются 5-6 раз)

«Кулачки».

Предложить ребенку положить орех на ладонь и сжать его очень крепко. Затем нужно разжать кулачок, переложить орех на другую ладонь и опять сжать очень крепко. Разжать ладони, встряхнуть руками.

«Машина».

Предложить ребенку накрыть орех плоской ладонью и катать его по столу сначала одной рукой, потом другой.

«Волчок».

Кончиками пальцев одной руки «ввинчивать» орех в середину ладони другой, затем поменять позицию рук.

Пальчиковые игры – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев.

1. «Улиточка». Пальцы сжать в кулачок. Выпрямить указательный палец и мизинец. Продвигаясь медленно вперед, «улитка» шевелит «усиками» (шевелить указательным пальцем и мизинцем.)

У улитки-крошки  
Подрастают рожки.  
Научу её ходить,  
Если будут ножки.

2. «Белка» Поочередно сгибать пальцы правой (левой) руки, начиная с большого. Сидит белка на тележке.

Продает она орешки:  
Лисичке-сестричке  
Воробью, синичке,  
Мишке толстопятому,  
Заиньке усатому.

3. Сжать пальцы правой (левой) руки в кулак; поочередно их выпрямлять, начиная с мизинца.

Мизинчик идти на прогулку решил,  
Но безымянный не разрешил,  
А средний об этом услышал —  
Едва из терпенья не вышел.  
И печально сказал указательный:  
«Огорчится большой обязательно».  
Досталось мизинцу  
От всех по гостинцу.

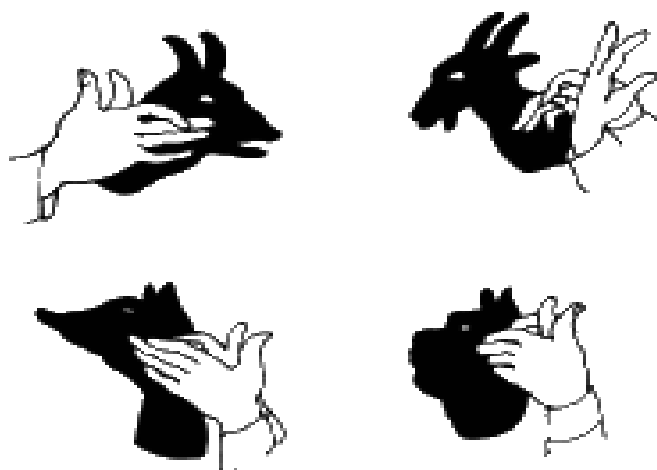
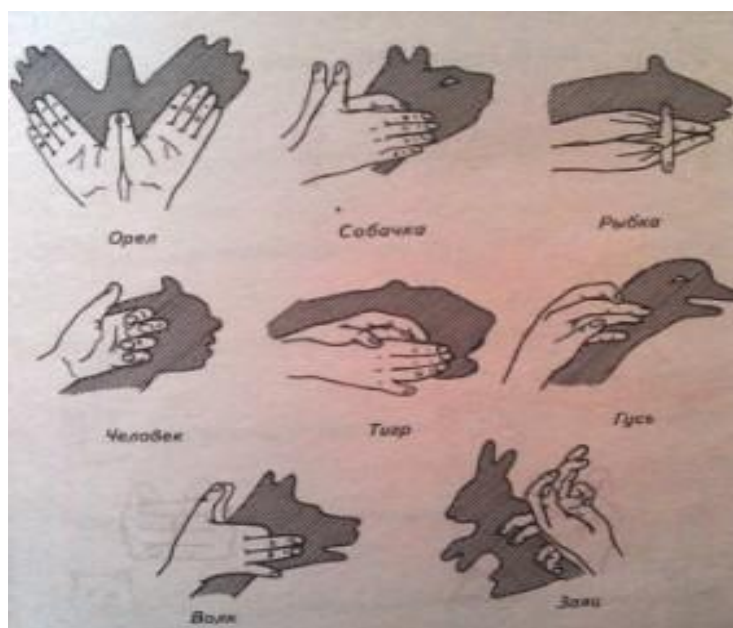
4. «Мышка-чистюля».

Мышка мылом мыла лапку  
(Одной рукой «мыть» другую),  
Каждый пальчик по порядку  
(Указательным пальцем дотронуться до каждого пальца другой руки).  
Вот намылила Большой  
(Всеми пальцами сначала правой, затем левой руки «намыливать» большой палец),  
Сполоснув его водой.  
Не забыла и Указку,  
Смыв с него и грязь и краску  
(Аналогичные движения с указательными пальцами).  
Средний мылила усердно,  
Самый грязный был, наверно  
(Аналогичные движения со средними пальцами).  
Безымянный терла пастой,  
Кожа сразу стала красной  
(Аналогичные движения с безымянными пальцами).  
А Мизинчик быстро мыла:  
Очень он боялся мыла

(Быстрыми движениями «намыливать» мизинцы).

Можно поиграть с ребенком в театр теней. Для этого нужно затемнить комнату. Источник света (торшер, настольная лампа, фонарик) освещает светлую стену или потолок. Между источником света и стеной (потолком) производятся движения руками, от которых падает тень на освещенную стену (потолок).

Ролевые игры с детьми в театр теней очень полезны для развития мелкой моторики ребенка, особенно в раннем возрасте. Сюжеты постановок такого театра теней из пальцев будут зависеть от того, какие схемы вы сможете освоить и того, какие схемы сможет повторить ребенок. Ниже приведены схемы для театра теней с использованием рук.



Сложите руки, как показано на одном из рисунков-схем, встаньте у стены так, чтобы тень от туловища, головы или плеч не загромождала тени от рук, и на стене появятся тени животных козы, собаки, кролика и т.п. Если пошевелить пальцами, то тень животного откроет рот, собака залает, заяц замашет лапками. Если на палец руки надеть колпачок из

бумаги, то можно сделать уши зайца из схемы длиннее, и у вас получится осёл. Можно разыграть с ребенком разные сценки, например, собака лает, а коза грозит её забодать.

Дома можно позаниматься с ребенком даже тогда, когда кажется, что сделать это невозможно, например, когда вы готовите пищу или делаете уборку в комнате.

1.Если вы печёте пироги (блины и т.д.), предложите ребенку на рассыпанной ровным слоем муке нарисовать картину, написать буквы....

2.Если вы готовите яичницу, предложите ребенку мелко-мелко наломать кусочки яичной скорлупы и составить из кусочков картинку, как из мозаики.

3.Если вы варите макароны (рожки), предложите ребенку сделать бусы из макарон.

4.Предложите ребенку обвести на бумаге любой домашний предмет (например ложку, вилку или тарелку) с закрытыми глазами. Рисунок потом можно заштриховать.