

# Вместе с мамой - развитие мелкой моторики у детей дошкольного возраста.

## Игры и упражнения.

Май 2022

воспитатель высшей кв. категории Лисейкина Е.А.



*Сейчас уже известно, что на начальном этапе жизни именно мелкая моторика отражает то, как развивается ребёнок, свидетельствует о его интеллектуальных способностях. Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут застегнуть пуговицы, шнуровать ботинки. Им бывает трудно собрать рассыпавшиеся детали конструктора, работать с пазлами, счётными палочками, мозаикой. Они отказываются от лепки и аппликации, не успевают за ребятами на занятии. Дети часто чувствуют себя несостоятельными в элементарных действиях, доступных сверстникам. Это влияет на эмоциональное состояние ребёнка, на его самооценку. И, конечно, в дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью развития детской речи, формирования навыков самообслуживания и подготовки к письму. От того, насколько ловко научится ребёнок управлять своими пальчиками, зависит его дальнейшее развитие*

Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики.

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

### **1. ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.**

Пальчиковая гимнастика - это массаж и гимнастика для пальчиков ребенка, что напрямую положительно действует на умственное развитие малыша. При этом манипуляции проводятся под рифмовки, игры и сопровождаются движениями всего тела. Такая гимнастика позволяет: улучшить координацию; переключать внимание с одного вида деятельности на другой; согласовывать речь и движения. Доказано, что пальчиковая гимнастика для детей 6-7 лет в детском саду в стихах способствует выработке правильного звукопроизношения, тренировке памяти. Кроме того, подобные занятия воздействуют на кожу рук, где расположены акупунктурные точки, связанные со всеми органами тела.

## 2.УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПАЛЬЦЕВ И КИСТЕЙ РУК С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ РАЗЛИЧНЫХ ПРЕДМЕТОВ.

**Лепка.** Просто замечательное занятие на развитие мелкой моторики у дошкольников. Перед лепкой ребенку любого возраста обязательно дайте размять пластилин. Это очень полезное упражнение для развития мелкой моторики. В этом плане обычный отечественный пластилин гораздо полезнее, чем мягкий импортный.

### 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)

**Сортировка мелких предметов.** Очень важно, чтобы малыш это делал щепотью - то есть тремя пальчиками, либо способом «пинцетного захвата». То есть захватывал двумя пальчиками – большим и указательным. При этом остальные пальчики должны быть подогнуты. Покажите малышу правильный способ выполнения этого упражнения.

**Вырезание ножницами.** Вырезание различных фигурок из старых открыток, журналов - полезное и увлекательное занятие для будущих первоклассников.

Старшие дошкольники начинают овладевать навыками силуэтного вырезания без предварительной прорисовки, подготовки линии контура.

**Игры - шнуровки:** В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика, 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.

## 3.ОТРАБОТКА ГРАФИЧЕСКИХ НАВЫКОВ.

Отработку графических навыков помогут развить такие упражнения, как:

- Рисование линий, фигурных дорожек, штриховка.
- Штриховка - одно из важнейших упражнений. Правила штриховки:
  - Штриховать только в заданном направлении.
  - Не выходить за контуры фигуры.
  - Соблюдать параллельность линий.
  - Не сближать штрихи, соблюдать расстояние.
- Рисование по точкам. Ребенка просят соединить точки согласно инструкции под рисунком. Выполнять задания следует следующим образом: карандаш или ручка не отрывается от листа бумаги, лист фиксируется, и его положение не изменяется.
- Раскрашивание. Простой и эффективный способ подготовки руки к письму - книжки-раскраски. Раскрашивая любимые картинки, ребенок учится держать в руке карандаш, использует силу нажима. Это занятие тренирует мелкие мышцы руки, делает ее движения сильными и координированными. Рекомендуется пользоваться цветными карандашами.

- Можно предложить ребенку копировать понравившиеся рисунки на прозрачную бумагу. Очень полезны орнаменты и узоры, так как в них присутствует большое количество изогнутых линий, что является хорошей подготовкой руки ребенка к написанию прописных букв.
- Обводка. Очень хорошо обводить трафареты, шаблоны, обводка по фигурным линейкам, объемным и плоскостным изображениям предметов. Обводить можно все, что попадет под руку: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, ложку и т. д.

#### 4. МАССАЖ ПАЛЬЧИКОВ.

Массаж является одним из видов пассивной гимнастики. Массаж оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышая тонус, эластичность и сократительную способность мышц. Массаж производится поглаживанием кистей рук от кончиков пальцев к запястью, а также с использованием природного материала - шишек, орехов, мячиков-ёжиков.

Для достижения желаемого результата работа с ребенком должна быть регулярной и применяются следующие формы работы:

-совместная деятельность взрослого с ребенком. Включаются цели, реализация которых требует систематической постановки перед малышом строгой последовательности заданий, отвечающей логике развития тех или иных способностей. Включаются задачи освоения разных видов деятельности. Создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности маленького человека. Доверительные отношения между ребёнком и взрослым;

-свободная самостоятельная деятельность самого ребенка. Свободная деятельность обеспечивает возможность саморазвития ребёнка, который свободно выбирает деятельность, отвечающую его способностям и интересам.

Замечено, что дети, совершающие многочисленные оживлённые движения пальцами рук, развиваются в речевом отношении явно быстрее других. Если специально тренировать мелкие движения кисти, развитие речи можно существенно ускорить. «Истоки способностей и дарований детей находятся на кончиках пальцев», - писал В.А. Сухомлинский. Это значит, чем больше ребёнок умеет, хочет и стремится делать своими руками, тем он умнее и изобретательнее. Ведь на кончиках пальцев – неиссякаемый «источник» творческой мысли, который питает мозг ребёнка.

#### Пальчиковые игры для детей 4-7 лет

##### **Дни недели.**

В понедельник я стирала, *(кулачки трём друг о друга)*  
Пол во вторник подметала, *(кисти расслабленных рук вниз и делаем имитирующие движения по столу)*

В среду я пекла калач, *(печём "пирожки")*

Весь четверг искала мяч, *(правую руку подносим ко лбу и делаем "козырёк")*

Чашки в пятницу помыла, *(пальцы левой руки полусогнуты, ладонь стоит на ребре, а указательным пальцем правой руки водим по кругу внутри левой руки)*

А в субботу торт купила, *(ладошки раскрыты и соединены вместе по стороне мизинцев)*

Всех подружек в воскресенье Позвала на день рождения. *(машем ладошками к себе)*



## **Зима**

Раз, два, три, четыре, пять, *(загибаем пальчики по одному)*

Мы во двор пошли гулять.

Бабу снежную лепили, *(имитируем лепку комков)*,

Птичек крошками кормили, *(«крошим хлебушек» всеми пальчиками)*

С горки мы потом катались, *(ведем ладошкой правой руки по ладони левой руки)*

А еще в снегу валялись, *(кладем ладошки на стол то одной, то другой стороной)*

Все в снегу домой пришли, *(отряхиваем ладошки)*

Съели суп и спать легли! *(производим движения воображаемой ложкой, кладем руки под щеку)*

## **Игры с карандашом.**

Оборудование: карандаш.

- Ребенку даётся гранёный карандаш. Ребёнок помещает карандаш между ладонями и вращает, перемещая его от основания ладоней к кончикам пальцев.
- Удержать карандаш каждым согнутым пальцем.  
Удерживать карандаш пальцами, расположенными так: указательный и безымянный сверху, средний и мизинец - снизу.



## **Игры с шариками.**

Оборудование: разнообразные шарики



- Попастъ шариком в цель (в игрушку).
- Прокатить шарик по столу: подтолкнуть правой, поймать левой рукой.
- Держать шарик большим и указательным пальцем, большим и средним пальцем и т.д. удержать шарик одним согнутым пальцем.
- «Футбол». Левая ладонь, лежащая ребром на столе, полусогнута. Это - ворота. Пальцы правой руки поочередно «забивают гол» - подталкивают шарик к левой ладони.

## **Игры с крупами.**

Оборудование: рис, гречка, горох.

### **Горох.**

Пять маленьких горошин

Заперты в стручке. *(переплетая пальцы, сжимаем руки вместе)*

Вот выросла одна,  
И тесно ей уже. (**выпрямляем большие пальцы**)  
Но вот растёт вторая,  
И третья, а потом  
Четвёртая, пятая... (*выпрямляем пальцы поочерёдно*)  
Сказал стручок: "Бом!" (*хлопаем*)



#### **Помощник.**

Я крупу перебираю, мамочке помочь хочу.  
Я с закрытыми глазами рис от гречки отличу.

*Усложненный вариант: попросите ребенка брать горошины большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем.*

#### **Игра с горошком.**

Дома я одна скучала, горсть горошинок достала.  
Прежде чем игру начать, надо пальчику сказать:  
"Пальчик, пальчик, мой хороший, ты прижми к столу горошек,  
Покрути и покатай и другому передай".

#### **Игры с бусинками.**

Оборудование: бусинки, ниточки

- «Случайно» рассыпать бусинки.  
Попросить ребёнка помочь собрать их в коробочку с маленьким отверстием.
- Нанизываем бусинки на ниточку, изготавливая украшение для игры.
- Нанизываем бусины в определённом порядке, чередуя их по форме, цвету или величине.
- Брать пинцетом бусинки и по одной раскладываете в пластиковые ячейки от таблеток.





### Пуговицы.

Оборудование: пуговицы с крупными дырками, шнурок

- «Забавная змейка». Предложите нанизать пуговички на шнурок. Для разнообразия можно добавить ненужные ключи, колечки, костяшки от счетов. Важно, чтобы, нанизывая, ребенок почувствовал пальчиками различие

фактур, - таким образом, будут стимулироваться тактильные рецепторы.

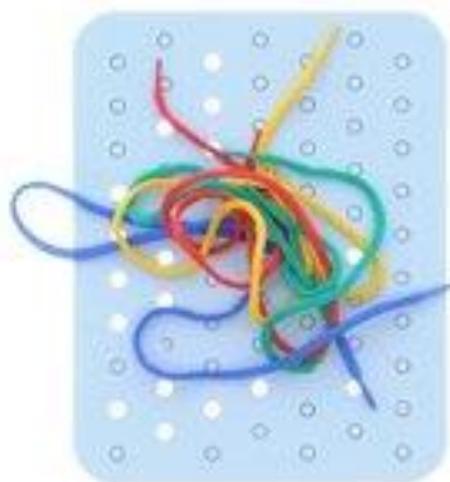
- «Пуговки-застежки». На лоскут ткани нашиты пуговицы разного размера. Затем на лоскутках размером чуть больше, чем пуговицы, сделайте прорезы для застежек. Застегнуть на пуговицы фигуры.

### Игры со шнурками.

Разместить на столе верёвочку, шнурок зигзагом и предложить ребёнку:

- перепрыгнуть каждым пальчиком через изгибы «ручейка»;
- «прошагать» по лесенке из шнурка.

«Плетение» из шнура: кончик шнура обмотать вокруг мизинца. Затем обводить снизу под безымянным пальцем, затем сверху - на средний палец, снизу - на указательный палец, сверху - на большой палец, и обратно - в противоположной последовательности.

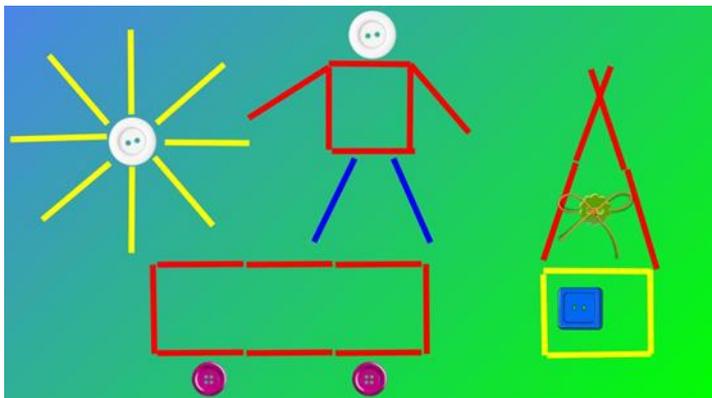


### Различные шнуровки.

Распутать узелки, «случайно» завязавшиеся на шнурке (не сильно затянутые). Можно устроить соревнование «Кто быстрее развяжет узелок».

### Игры со счётными палочками.

Оборудование: счетные палочки, карточки с изображением предметов.



- Выкладывание геометрических фигур.
- Составление узоров.
- Выкладывание предметов - дом, машина...

Ежедневно предлагайте детям такие занятия! Такая всесторонняя тренировка отлично развивает мелкую моторику рук.

Данные игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов, действия с предметами стимулируют развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться. Помимо этого, игры расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе и ребенок будет хорошо подготовлен к школе, движения его руки будут более уверенные, школьные занятия будут для ребёнка не столь утомительными.

*( по материалам открытых источников)*