

«УМ НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ»



Мелкая моторика - совокупность скоординированных действий мышечной, костной и нервной систем человека, зачастую в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких, точных движений кистями и пальцами рук и ног. Часто для понятия «мелкая моторика» используется такой термин как «ловкость».

Есть дети дошкольники, которые умеют говорить, неплохо играют в разные игры. Но в настоящее время у современных детей отмечается слабое развитие мелкой моторики рук по сравнению с прошлыми поколениями. Если раньше многое приходилось делать с помощью рук: зашнуровывать ботинки, вручную перебирать крупу, застегивать пуговицы на куртке и так далее. Сегодня практически вся детская обувь на липучках, крупа продается уже в чистом виде, а пуговицы на куртках сменились липучками и заклепками. Конечно, все это очень удобно, но это серьезный минус для развития мелкой моторики наших детей. Значит, если вовремя не обратить внимание на эту трудность, то в школьном возрасте могут быть проблемы.

По этой причине специалисты советуют родителям давать детям возможность самим одеваться и застегивать разные застежки, помогать в уборке, как можно раньше начинать самостоятельно держать ложку и развивать навыки самообслуживания, использовать игры и упражнения для развития мелкой моторики, использовать пальчиковые игры, которые сопровождаются стихотворным текстом.

Несколько советов, которые сделают занятия мелкой моторикой интересными и эффективными:

- как говорилось выше, лучшие упражнения по развитию мелкой моторики все, что ребенок может сделать по домашнему хозяйству и самообслуживанию;
- превратите занятия в веселую игру, придумывайте истории, сюжет для игр;
- начните с простого, постепенно переходя к более сложным задачам, уделите большее внимание тем заданиям, которые у ребенка не получаются;
- старайтесь подбирать для ребенка новые и интересные для него задания, что-то новое и необычное для него, с чем он еще не сталкивался;
- игры должны быть непродолжительными, но регулярными.

Идеи для упражнений по развитию мелкой моторики:

Пересыпание и переливание отлично тренируют ловкость рук и координацию движений.

Сортировка любых мелких предметов. Сначала лучше пальчиками, потом – с помощью пинцета.

Нанизывание колечек на стержень, нитку.

Можно взять обычную медицинскую грушу либо пластиковую бутылочку. Струей воздуха можно сдувать ватные диски, листочки, бумажные снежинки.

Работа с пластилином или тестом: мять руками, лепить фигурки, вдавливать предметы в пластилин.

Массаж кистей рук. Это занятие и приятно, и полезно как для развития пальчиков, активизации речевых центров головного мозга, так и для общего развития ребенка.

Упражнения с массажерами: катать по столу от кончиков пальцев до локтя, между ладонями, по тыльной стороне кисти. Выполнять упражнения надо обязательно каждой рукой по очереди.

Упражнения с мячами: учиться захватывать мяч всей кистью и отпускать его; катать мяч по часовой стрелке; держать одной рукой – другой рукой выполнить ввинчивающие движения, пощелкивания, пощипывания. Выполнять упражнения надо обязательно каждой рукой по очереди.

Идеи для игр по развитию мелкой моторики:

Игры с бумагой: рвать на мелкие кусочки, полоски, просто мять. Можно выкладывать различные фигуры или буквы и цифры. Эти игры и упражнения помогут ребенку узнать, как обычная бумага превращается в красивые аппликации и забавные объемные игрушки. Развитию точных движений и памяти помогают плетение ковриков из бумажных полос, занятия в технике «оригами»: складывание корабликов, самолетиков, цветов, животных и других фигурок.

Игры с конструктором: свободное конструирование – самый простой способ развития у ребенка пространственного мышления, моторики, творческих потребностей и произвольных действий. Детали конструктора очень приятно держать и вертеть в руках. Такой массаж рук благотворно воздействует на развитие осязания и мелкой моторики рук, а также полезен для здоровья.

Игры с мозаикой: игры с разными мозаиками способствуют развитию мелкой моторики, сообразительности и творческих способностей ребенка.

Пазлы: собирая красочные картинки, ребенок развивает не только мелкую моторику, но и внимательность, сообразительность, логическое мышление, координирование работы глаз и кистей рук.

Рисование, трафарет занятие, любимое всеми детьми и очень полезное. И не обязательно рисовать только карандашом или кистью на бумаге или картоне. Можно рисовать на снегу и песке, на запотевшем окне и асфальте. Полезно рисовать пальцем, ладонью, палочкой, делать отпечатки кусочком ваты, скомканной бумаги.

Игры с прищепками: игры с прищепками прекрасно развивают мускулатуру пальчиков ребенка, способствуют координации движения рук.

Систематичные занятия мелкой моторикой положительно сказываются на общем развитии ребенка, способствует речевому развитию, позволяет детям овладеть навыками письма, рисования, ручного труда, что в будущем поможет избежать многих проблем школьного обучения, лучше адаптироваться в практической жизни, научиться понимать многие явления окружающего мира.

Существует выражение, что наш ум – находится на кончиках наших пальцев. Поэтому если мы хотим, чтобы наши дети были умными и способными, то необходимо развивать мелкую моторику!