ВАЖНОСТЬ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

Подготовил воспитатель Андросова З.А.

Мелкая моторика рук – это единство согласованных манипуляций, которые направлены на выполнение мелких точных движений кистями и пальцами. Еще несколько десятилетий назад у родителей не было проблем с состоянием моторики их детей. Ведь очень многое детки делали своими руками: помогали чистить овощи, лепить пироги, стирать, перебирать крупы, завязывали шнурки и застегивали пуговицы. Сегодня большую часть этих занятий делают либо взрослые, предоставляя детям возможность играть, либо специализированные машины. Даже обувь на липучках и одежда на молниях лишают ребенка возможности потренировать тонкие движения своих пальцев.

А между тем о важности мелкой моторики говорит многое. Дети со слабой моторикой оказываются не готовыми к письму, часто отстают в речевом развитии. Все это сказывается на успеваемости в школе и приводит к повышенным нагрузкам на нервную систему ребенка.

Кроме прочего, состояние мелкой моторики рук напрямую влияет на развитие у ребенка:

* навыков самообслуживания;
* усидчивости;
* мышления;
* внимания;
* воображения;
* словарного запаса;
* памяти.

Ведь центры коры мозга, ответственные за тонкую моторику, соседствуют и тесно взаимосвязаны с центрами, отвечающими за развитие этих сфер. Активируя зону мелкой моторики, мы естественным путем влияем и на соседние.

**НОРМЫ РАЗВИТИЯ РУК**

После 3 лет моторные умения детей становятся сложнее и разнообразнее: увеличивается процент действий, которые требуют от малыша согласованных движений рук.

Для удержания предметов они все активнее используют пальцы, а не ладонь, как было раньше.

* Умеют держать ручку или карандаш.
* Могут рисовать линии, круги, многогранники, перерисовывать крестики, квадраты.
* Умеют вырезать ножницами фигурки из бумаги.
* Могут снимать и надевать одежду и обувь.
* Берут мелкие предметы или детали большим и указательным пальцем.
* Строят башню минимум из 3 кубиков.
* Рисуют человечка, состоящего как минимум из 3 элементов (голова, туловище, конечности).
* Вытаскивают мелкие предметы из прозрачной емкости.
* Откручивают крышки.
* Нанизывают бусины на проволоку.
* Могут рисовать пальцами.
* Набирают крупу в ложку из одной емкости, чтобы перенести в другую.
* Обводят контур по пунктирной линии.
* Лепят простые элементы из пластилина.
* Застегивают и расстегивают молнии, замочки, кнопки, пуговицы.
* Сортируют мелкие предметы, крупы.
* Разворачивают фантики и обертки.
* Завязывают узлы.
* Движения рук происходят при координации зрением.

Все эти навыки необходимо развивать и совершенствовать, подготавливая маленькие ручки ко все более сложным и точным манипуляциям.

Если ваш малыш пока не умеет делать чего-то из данного списка, важно своевременно устранить этот пробел. Научите его возрастным навыкам, иначе дальше у него возникнут проблемы: придется не только осваивать новые умения, но и догонять сверстников там, где он отстает. А это сложнее.

ЧТО СПОСОБСТВУЕТ ЛОВКОСТИ РУК?

Существует много способов сделать маленькие пальчики более умелыми. Мелкую моторику рук у детишек 3 – 4 лет прекрасно развивают следующие игры и занятия:

* застегивание пуговиц, кнопок, шнуровки;
* откручивание крышек на баночках и бутылках;
* перекатывание в ладошках карандашей, орехов, катушек;
* лепка из пластилина или теста;
* сортировка круп (гороха, фасоли, гречки, риса);
* рисование пальцами на песке, манной или гречневой крупе;
* рисование пальчиковыми красками или карандашами;
* вырезание фигурок по контурам;
* игры с мелкими деталями (конструктор, мозаика, пазлы);
* нанизывание крупных бусин на леску или проволоку;
* ощупывание поверхностей из разнообразных материалов и фактур;
* массаж с помощью шипованных мячиков.

Когда ваш малыш будет рисовать пальчиковыми красками, наденьте на него вещи, которые не жалко испортить красками, а стол застелите защитной клеенкой, чтобы облегчить последующую уборку.

Большинство этих занятий увлекают малышей 3 – 4 лет, особенно если родители придают им форму занимательной игры. Например, предлагают не просто перебрать крупы, а помочь Золушке отправиться на бал, не просто трогать разные поверхности, а представить себя слепым Кротом из сказки про Дюймовочку, и угадывать, к чему прикоснулся.

**ИГРАЮТ ПАЛЬЧИКИ**

Однако наиболее интересным занятием для детишек являются пальчиковые игры: всевозможные стишки, скороговорки, потешки, мини-представления, которые разыгрываются только при помощи пальчиков. Здесь же приведем несколько новых вариантов пальчиковых игр.

Но для начала – несколько правил по проведению занятий, развивающих тонкую моторику:

Занимайтесь с ребенком регулярно, включайте в программу занятий массаж рук, игры с мелкими деталями, творческие занятия, пальчиковые упражнения.

Пальчиковая гимнастика должна длиться от 5 до 15 минут, не более, иначе малыш утомится и переключит внимание на что-то другое.

Перед началом упражнений необходимо разогреть ладошки, активно растирая их одна о другую.

Помните, что сейчас деткам сложно выполнять движения сразу двумя руками, поэтому начинайте с одной, затем повторяйте другой, и только после этого пробуйте синхронизировать ручки.

Имейте в виду, что с первого раза ребенок может не запомнить все движения или слова игры, это нормально в их возрасте. Все получится постепенно.

Соотносить слова с движениями малыш тоже научится в процессе занятий, если сразу у него не получается – подбодрите его и помогите выполнить действие.

Двигайтесь от простого к сложному. Если ребенку предложить упражнение, которое ему не под силу, в следующий раз он просто откажется играть.

Старайтесь заинтересовать ребенка, организуя игры с его любимыми персонажами, мелодиями, стишками.

Не занимайтесь, если малышу нездоровится или он в плохом настроении. Не принуждайте. Полезных игр против воли игрока не бывает.