

## Родителям о развитии кисти руки и координации движений пальцев рук в домашних условиях.

Статья, часть I

Развитие кисти руки и координации движений пальцев рук – задача комплексная, охватывающая многие сферы деятельности ребенка. Она является одним из аспектов проблемы обеспечения полноценного развития в дошкольном возрасте. И поскольку общее моторное отставание наблюдается исследователями у большинства современных детей, слабую руку дошкольника нужно и необходимо развивать

Мелкая моторика – способность манипулировать мелкими предметами, передавать объекты из рук в руки, а также выполнять задачи, требующие скоординированной работы глаз и рук. Мелкая моторика связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что развитие мелкой моторики и развитие речи очень тесно связаны. А объясняется это очень просто. В головном мозге человека есть центры, которые отвечают за речь и движения пальцев. Расположены они очень близко. Поэтому, развивая мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за становление детской речи повышающие работоспособность ребенка, его внимание, умственную активность, интеллектуальную и творческую деятельность.

На начальном этапе жизни именно мелкая моторика отражает то, как развивается ребенок, свидетельствует о его интеллектуальных способностях. Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут застегивать пуговицы, шнуровать ботинки. Им бывает трудно собрать рассыпавшие детали конструктора, работать с пазлами, счетными палочками, мозаикой. Они отказываются от любимых другими детьми лепки и аппликации, не успевают за ребятами на занятиях.

Развивать мелкую моторику рук можно не только в специально организованных условиях и на занятиях, с конкретными развивающими пособиями, но и в быту. Продуктивность занятия возрастет, если родитель не ограничится заданием и уйдет в другую комнату, а вместе с ребенком возьмется за решение совместной задачи. Стоит помнить, когда работа совершается вместе и в игровой форме, то любые вершины даются быстрее и проще. Так же не лишним будет напомнить: чем раньше будет начата работа по развитию мелкой моторики, тем раньше она начнет приносить свои плоды, тем проще ребенку будет расти, развиваться и овладевать новыми умениями.

Начинать занятия нужно с простых движений, постепенно усложняя упражнения.

Бытовые манипуляции – застегивание и расстегивание пуговиц, завязывание и развязывание узлов, бантов, плетение кос из веревок, сортировка круп, зёрен (гречка, горох, фасоль, бобы), цветные клубки нитей для перематывания

Упражнения можно менять, усложняя или упрощая в зависимости от успехов детей

Массаж – ежедневный массаж кистей рук: мягкие массирующие движения и разминания каждого пальчика, ладошки, наружной стороны кисти, а также предплечья. Очень полезное и приятное занятие, великолепно активизирующее речевые центры мозга. Кроме того, такой массаж имеет позитивное влияние на иммунитет, на общее развитие и контакт между мамой и ребенком. Особенно важно уделять много внимания массажу, если у ребенка явные отставания в речевом развитии. Он дает отличные результаты.

Лепка из различных материалов (соленое тесто, пластилин, глина, обычное тесто). Кроме очевидного творческого самовыражения, малыш также развивает гибкость и подвижность пальцев, что способствует улучшению речи.

Фасолевые ванны – в миску или коробку нужно насыпать фасоль или горох, бросить туда мелкие игрушки и размешать. Малыш запускает руки в фасоль и выскидывает игрушки.

Эффекты: массаж, развитие координации пальцев.

Игры с крупами: перебирать в разные емкости перемешанные горох и фасоль, а затем и более мелкие крупы; пересыпать и перемешивать крупы.

Рисование по манной крупе, муке, по гречневой крупе

Можно рисовать по манной крупе, муке, по гречневой крупе. Созданная ребенком картина из этих сыпучих материалов является творческим продуктом, и развивает чувственное восприятие, фантазия и воображение.

Пальчиковая гимнастика и пальчиковые игры – этим веселым занятиям посвящены многие книги.

Катание ладошкой карандашей, шариков по столу или другой поверхности. Такое занятие – дополнительный массаж ладошек и улучшение координации движений кисти.

Переливание жидкостей из одной емкости в другую.

Эти игры необходимо проводить, работая поочередно, как правой, так и левой рукой, стараясь вовлекать все пальчики.

После каждого упражнения необходимо расслабить пальцы, потрясти кистями рук, пальцы лучше нагружать равномерно. Добиваться, чтобы все знакомые упражнения выполнялись ребенком легко, приносили радость.

Игры с пуговицами

Развитию пальцев рук способствуют не только пальчиковая гимнастика, но и разнообразные действия с предметами. Различные виды мозаик или игры с пуговицами, развивают внимание, восприятие.

Заданий и упражнений, направленных на развитие мелкой моторики очень много, при желании, особенно, если подключить фантазию и воображение, придумать их можно бесконечное множество. И главное здесь — учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка.

Включайте игры для развития мелкой моторики в свою повседневность: идя с малышом и держа его за руку, немного помассируйте ладошку, на прогулке разрешите ему потереть песок между ладонями, готовите из теста - выделите и ребенку кусочек. И, конечно же, много говорите с малышом, обсуждайте все, что происходит. Совсем скоро он станет полноценным участником диалога! И какое бы вы не выбрали занятие, важно, чтобы у ребенка осталось впечатление, что оно легкое, тогда он с удовольствием будет выполнять его в следующий раз.

Целенаправленная, систематическая и планомерная работа по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста во взаимодействии с родителями способствует формированию интеллектуальных способностей, положительно влияет на речевые зоны коры головного мозга, а самое главное – способствует сохранению физического и психического здоровья ребенка. И все это напрямую готовит его к успешному обучению в школе.

Пластилиновые узоры. Игры с пластилином. Они развивают мелкие мышцы руки, что очень важно для успешного обучения письму. Кроме этого пластилиновое рисование способствует воспитанию усидчивости, так необходимой любому ученику. В этих играх малыш должен обвести контур рисунка на бумаге или на пленке пластилиновыми колбасками – веревочками. Такие узоры могут быть не только из пластилиновых веревочек, но и из кружочков. Чтобы сделать пластилиновый кружочек, нужно скатать шарик и сплющить его между пальцами.

Рисование ножницами. Это упражнение развивает у ребёнка не только внимательность, но и так называемую зрительно-моторную координацию и мелкую моторику кисти руки. закрепляет навыки вырезания ножницами, вырабатывает усидчивость, художественный вкус. Материал:

цветная бумага, ножницы, клей, копировальная бумага. Дети, вырезавшие простейшие элементы, теперь могут вырезать более сложные. Начинать работу следует с простейших узоров

**Узлы. Вязание узлов.** Замечательная тренировка ловкости пальцев, согласованности кистей рук, зрительной памяти, умения ориентироваться в пространстве – то есть всего того, что совершенно необходимо ребенку в школе. Кроме этого, данное упражнение – приятный повод поработать с малышом вместе. Для упражнений понадобится не очень тонкая веревка, около сорока сантиметров длиной, лучше скользкая.

**Оригами.** Оригами – искусство складывания бумажных фигурок. Благодаря своему многостороннему воздействию на детей оригами очень полезно. Оригами воздействует на развитие мелкой моторики и таких психических процессов ребенка, как внимание, память, мышление, воображение, а следовательно, на развитие интеллекта в целом. Способствует воспитанию усидчивости, аккуратности, целеустремленности, активности, самостоятельности.

**Ниткография.** Рисование при помощи нити. Это эффективный способ совершенствования пальчиковой моторики. «Рисование нитками» способствует развитию моторики у детей, помогает развивать абстрактное мышление, развивает ряд полезных навыков, и помогает добиться красивого почерка при обучении в школе. Эта техника позволяет создавать яркие картины без кисточки и красок, только с помощью нитей и клея. Ниткография — такой же вид рукоделия, как, например, вышивка, рисование, вязание и т.д.

**Развивающая игра «Вязаная графика»** - это игровой набор для конструирования, «альтернативного рисования». Графические формы, узоры, картины, буквы изображаются на холсте с помощью вязаных веревочек, палочек. Развивающая игра «Вязаная графика» - это «альтернативное рисование», цель которого изобразить на холсте вязаные изделия в виде графических форм, картин, букв. Игровой набор «Вязаная графика» состоит из двух частей: холста – основы, который выполняет роль бумажного листа и сенсорных вязаных верёвочек разной длины, выполняющих роль чернил – тренажер по развитию моторной ловкости пальцев и кистей рук