**Развитие мелкой моторики у детей**

Мелкая моторика – это движения мелких мышц кистей рук. К ним относятся, например, захват предмета или застегивание пуговицы. В отличие от крупной моторики, при которой задействованы конечности целиком, голова и туловище, мелкая моторика подразумевает совершение более точных и ловких движений. Развитие мелкой моторики у ребенка напрямую влияет на его речь и умственные процессы.

Недостаточное развитие мелкой моторики может привести к отставанию ребенка во многих областях. Если в пять лет у ребенка недостаточно развиты мелкие мышцы на кистях рук и он все еще неправильно держит карандаш, то в дальнейшем он столкнется с трудностями при письме. Чтобы не допустить этого, нужно своевременно развивать мелкую моторику малыша.

**Полезные факты о развитии мелкой моторики:**

– Навыки мелкой моторики развиваются еще до года. Сначала ребенок учится хватать предметы и держать их, а затем – перекладывать из одной руки в другую.

– Мелкая моторика зависит от зрительного восприятия, осязательной и двигательной памяти, а также мышления.

– На ощупь как ребенок, так и взрослый может определить многие характеристики предметов: их форму, температуру, текстуру. Однако ребенок в дошкольном возрасте не всегда способен описать словами каждое из этих сенсорных ощущений.

– Мелкая моторика важна, поскольку именно она закладывает основу для бытовых навыков и помогает выработать правильный почерк. Она также способствует формированию творческого мышления. Рисование, аппликация и другие занятия, связанные с ручной моторикой, развивают воображение.

– Мелкая моторика влияет на развитие речевых навыков. Те центры в головном мозге, которые отвечают за речевые функции и за моторику, расположены рядом. Поэтому упражнения для тренировки мелкой моторики стимулируют речевое развитие.

**Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук у дошкольников**

Существуют различные игровые средства, которые развивают мелкую моторику и координацию у дошкольников. Многие из них также развивают умение различать и сортировать предметы по различным признакам. Для каждого возраста подходят разные способы.

## Развитие мелкой моторики у детей 1–2 лет

Ранний возраст – период активного освоения ближайшего пространства. Когда дети начинают ходить и бегать, поле их деятельности расширяется. Малыши этого возраста любят трогать предметы, хватать их ладонью, а позже – пальцами. Они интересуются вещами вокруг себя, даже если еще не умеют использовать их по назначению.

К 2 годам ребенок осваивает щипковый захват (его также называют пинцетным захватом). Он совершается тремя пальцами: большим, указательным и средним. Такой захват позволяет ребенку брать, например, мелкие бусины. Малыш также учится держать ложку, кисточку и карандаш.

Расскажем об упражнениях, которые развивают детскую моторику в 1–2 года. Сначала покажите ребенку нужные действия, а затем попросите повторить за вами.

### Пальчиковая гимнастика

Для формирования навыков мелкой моторики полезно выполнение пальчиковых упражнений. В частности, пригодится игра «Здравствуй, пальчик». Малышу нужно кончиком большого пальца касаться поочередно кончиков остальных пальцев на той же руке. При каждом касании пальчиков ребенка произносите: «Здравствуй...» и добавляйте название пальца: указательный, средний, безымянный или мизинец. Так ребенок будет постепенно запоминать их названия.

### Игра с копилкой

Предложите малышу вкладывать в щель копилки мелкие монеты. Вместо них можно использовать пуговицы. При этом стоит наблюдать за ребенком, чтобы он случайно не проглотил их.

### Бизиборд

Бизиборд представляет собой развивающую игрушку с разными деталями: шестеренками, шнурками, выключателями, лабиринтами, задвижками и так далее. Обычно она бывает в виде доски, иногда – на колесах. Можно найти бизиборды в виде книжки или коврика. Малыши с удовольствием взаимодействуют с ними.

### Игра с крупой

Высыпьте в миску или контейнер крупу: пшено, гречку или рис. Положите в нее небольшие объекты: бусинки, болтики, спички, монетки, кубики для настольных игр и так далее. Малышу нужно находить эти маленькие предметы среди крупы, вынимать пальцами и класть рядом.

## Развитие мелкой моторики у детей 2–3 лет

В 2–3 года дети все чаще отказываются от помощи взрослых и выполняют самостоятельно простые действия. Они пробуют снимать и надевать одежду, умываться и мыть руки, пользоваться ложкой и вилкой, рисовать карандашами. Их активность часто сопровождается речью: малыши проговаривают, что они делают. Эти изменения происходят вместе с развитием интеллектуальных способностей.

### Нанизывание предметов

Предложите ребенку нанизывать крупные бусины на толстую нитку или шнурок. Чтобы игра была интереснее, можно использовать бусины разного цвета, а также пуговицы.

### Аппликации

Мелкую моторику помогают развивать аппликации и коллажи. Их можно создавать из бумаги, газетных вырезок, ткани, ваты и других подручных материалов.

Чтобы сделать аппликацию, ребенку нужно с вашей помощью вырезать детали и приклеить их на плотную поверхность, например, на картон. Допустим, на зеленый картон можно наклеить засушенные цветы, чтобы получилась цветочная поляна.

### Рисование пальчиком

Предложите малышу порисовать пальчиковыми красками. Для этого нужно обмакнуть пальчик в гуашь нужного цвета и оставить отпечаток на бумаге. Такими отпечатками надо заполнить контур рисунка, чтобы получилась яркая картинка.

### Лепка

Мелкую моторику отлично развивает лепка. Мягким пластилином малыш может вылепить, например, снеговика или птицу. Вместо пластилина можно задействовать и глину. Помимо мелкой моторики, занятия по лепке отлично развивают мышление.

## Развитие мелкой моторики у дошкольников 3–4 лет

В период от 3 до 4 лет действия малыша становятся более осознанными. Младший дошкольник способен собирать постройки из конструктора по образцу или по своему замыслу. Ребенок может играть с природными материалами, например, выводить пальцем узоры на мокром песке.

### Мозаика

Многих детей этого возраста привлекает мозаика, в которой нужно вставлять цветные фишки в отверстия, чтобы получилось изображение: бабочка, цветок и так далее. К комплектам обычно прилагаются схемы этих изображений.

### Пазлы

Младшие дошкольники любят собирать пазлы. Для них подойдут составные картинки, в которых не больше 10–20 деталей. Помимо мелкой моторики, они развивают зрительную память, а также умение сравнивать и сопоставлять предметы.

### Работа с ножницами

Покажите малышу, как резать бумагу. Начните с нарезания полосок. Малышу нужно научиться одной рукой держать бумагу, а другой – делать ровные надрезы ножницами. Можно «настригать траву» – надрезать полоски с одной стороны зеленой бумаги, не доходя до края.

## Развитие мелкой моторики у дошкольников 4–5 лет

В этом возрасте дошкольнику интересно узнавать новое об окружающем мире. Дети совершают движения с большей ловкостью и точностью. Навыки рисования тоже совершенствуются: ребенок рисует геометрические фигуры, учится вырезать ножницами сложные детали и клеить. В дошкольных учреждениях он все больше осваивает декоративное творчество.

### Чистка яйца

Чтобы потренировать мышцы кисти и щипковый захват, можно учить малыша очищать вареное яйцо и складывать скорлупки в блюдце или тарелочку. Поначалу ребенок будет выполнять такое задание довольно медленно, и это нормально. При этих действиях у малыша развивается не только мелкая моторика, но и концентрация внимания.

### Игры с пинцетом

Для выполнения упражнения понадобятся мелкие пуговицы или бусины разных цветов. Насыпьте их в миску или небольшую коробку. Предложите ребенку при помощи пинцета вынимать пуговицы и сортировать по цвету. Такое задание полезно для развития мышления.

### Помогаем на кухне

Попросите малыша выполнить несложную работу по хозяйству. Например, вымыть свою чашку и вытереть ее полотенцем, разложить яйца в лотке, помыть виноград или ягоды и выложить их на блюдо. Следите за тем, чтобы в руки ребенка не попали острые предметы.

### Скручивание ленты

Возьмите длинную ленту из шелка или атласа. Ленту можно заменить сантиметром или длинной полоской тонкой бумаги. Попросите малыша скрутить ее пальцами. Похожее упражнение – наматывание нитки на катушку.

### Пересыпание

Покажите ребенку, как пересыпать из одной емкости в другую мелкие предметы, такие как крупа или сахарный песок. Делать это малышу нужно с помощью ложки или совочка.

### Игры с крышками

Полезно предлагать ребенку отвинчивать и завинчивать крышки на бутылочках с водой. А еще отвинченные крышки можно ставить одну на другую, чтобы построить башенку.

## Развитие мелкой моторики у дошкольников 5–6 лет

В 5–6 лет наступает пик творчества. Дети в этом возрасте особенно любознательны, и у них уже начинает проявляться индивидуальность характера. Их рисунки становятся более детализированными. В частности, у нарисованных человечков появляются волосы, глаза, рот, одежда.

### Пластилинография

Техника пластилинографии сложнее, чем лепка. Пластилинография – это создание выпуклых картин из пластилина на плотной поверхности. Для этого пластилин нужно размазывать, сплющивать, вытягивать, скатывать в трубочку, налепливать, придавливать к картине и так далее.

### Оригами

Попробуйте научить ребенка складывать простые оригами. Малыш сможет сложить бумажный кораблик, рыбку, птицу или цветок. С вашей помощью он научится делать ровные сгибы и разглаживать углы. Занятия по складыванию оригами способствуют развитию не только мелкой моторики, но и пространственного восприятия, а также мышления.

### Обрывная аппликация

Обрывная аппликация отличается тем, что ее выполняют без вырезания ножницами. Кусочки рисунка отрывают от цветной бумаги и приклеивают на изображение. Поэтому обрывная аппликация по своему виду напоминает мозаику. Можно предложить ребенку перерисовать контур картинки, допустим, снегиря, а потом заполнить его, приклеив кусочки бумаги черного, серого и красного цвета.

## Развитие мелкой моторики у дошкольника 6–7 лет

6–7 лет – это старший дошкольный возраст. Дети в этом возрасте должны уметь сами одеваться и обуваться без помощи взрослых, в том числе застегивать пуговицы и зашнуровывать обувь. Многие действия старших дошкольников требуют согласованной работы обеих рук. Предметы, с которыми они взаимодействуют, становятся тоньше и мельче. Это могут быть, например, бисер или маленькие детали конструктора.

### Рисование и прописи

В этом возрасте необходимо подготовить ребенка к школе. Для тренировок навыков письма пригодятся прописи по клеточкам. В них дошкольнику нужно проводить линии по пунктиру, обводить и дорисовывать фигуры и продолжать строчку по образцу. Прописи полезны для того, чтобы поупражняться в деталях и элементах букв: научиться выводить «крючки», «петельки» и так далее.

Раскраски тоже помогают малышу развивать мелкую моторику и впоследствии овладевать навыком письма. Ребенку нужно научиться закрашивать изображение, не выходя за контур, и получать разные оттенки цвета путем изменения нажима на карандаш (к примеру, светло-голубой и насыщенно-синий).

### Лепка и прикладное творчество

Для формирования навыков мелкой моторики полезно изготавливать поделки из разных материалов. Дети могут осваивать папье-маше, тесто, ткань и прочее. Можно использовать наборы для детского творчества, например, для приготовления мыла. В процессе лепки старшие дошкольники уже могут создавать более сложные фигуры, чем дети помладше. С помощью инструкции или по указаниям взрослого ребенок сможет вылепить машинку или фигуру человека.

### Конструирование и моделирование

Конструкторы из мелких элементов тоже подходят для совершенствования моторных навыков. Например, существуют конструкторы на магнитах, в которых детали нужно аккуратно прикладывать друг к другу. Многие ребята любят собирать «Лего» и другие конструкторы подобного типа.

### Рукоделие

Дошкольников подготовительной группы стоит учить шитью и вышивке. В этом возрасте девочки могут начать осваивать, например, вышивание крестиком. Шитье может заинтересовать и мальчиков. Тем более, базовые навыки шитья пригодятся ребенку в будущем.