Развитие мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста

«… Движения руки человека наследственно не

предопределены, а возникают в процессе

воспитания и обучения как результат

ассоциативных связей между зрительными,

осязательными и мышечными изменениями

в процессе активного взаимодействия с

окружающей средой.»

И. Н. Сеченов.

Ребенок только родился – и уже осуществляет хватательные движения, т. е. сжимает и разжимает кулачок. С рождения взрослый согревает руки малыша, делает легкий массаж рук, пальцев кисти. Затем он сам осуществляет рефлекторные движения – схватывает и сжимает погремушки, тянется к игрушкам. Дальше у ребенка появляются произвольные движения – он захватывает мягкие игрушки, бусы, поднимает игрушку, рассматривает ее, перекладывает. Взрослый помогает собирать ребенку пирамидки, игрушки – гнезда, матрешки. Корни всех этих упражнений лежат в народной педагогике.

На протяжении многих веков мама или бабушка играли с пальчиками малыша, проговаривая при этом пестушки, потешки. Так взрослые любовно и мудро поучали ребенка (*«Сорока – ворона»*, *«Пальчик – мальчик, где ты был?»* и т. д.).

Специалистами доказано, что ежедневный массаж кисти, пальчиковые упражнения и занятия с ребенком по овладению навыками речи ускоряют ее **развитие** на 3 – 4 недели уже в первом полугодии второго года жизни. Таким образом, двигательная активность кисти увеличивает запас слов, способствует осмысленному их использованию.

Обычно в 3 года ребенка приводят в детский сад. К этому **возрасту**, он превратится в любознательного человечка, умеющего ходить, бегать, задавать вопросы, запоминать песни, стихи, каждый предмет обследовать рукой и каждый день овладевать новыми знаниями и умениями.

Детский сад – это *«****дошкольный университет****»* со множеством факультетов: общения, практических действий, сенсорного и интеллектуального **развития**, воспитания самостоятельности и воли, нравственности и многого другого.

Рука маленького труженика на четвертом году жизни освоится со множеством рамок для застегивания – расстегивания пуговиц, петель, крючков, молний, пряжек, липучек и т. д. ; с купанием и одеванием куклы – голыша размером и ростом с новорожденного ребенка, научится стирать платочки и салфетки, научится резать вареные овощи для салатов, складывать по-разному бумажные салфетки; аккуратно есть, мыть за собой посуду. И все это будет косвенно готовить руку к письму.

Руками ребенок начнет осваивать и сенсорные эталоны: величину, длину, форму, цвет, структуру поверхности и многое другое.

От ощущения – к восприятию, от восприятия – к представлению, от представления - к пониманию.

Таким образом, *«ручной»* опыт даст *«пищу для ума»*, обогатит речь специальными понятиями – *«орудиями мысли»*.

В этом **возрасте важно развитие** познавательных интересов, умений, целеполагания: чтобы голова замыслила, а рука сделала, чтобы сенсорно-**моторная и вербальная***(словесная)* познавательная деятельность дополняли одна другую.

Пальчиковые упражнения разнообразны по содержанию, их можно разделить на группы и определить их значение в **развитии ребенка**:

Игры-манипуляции **развивают воображение**: в каждом пальчике ребенок видит тот или иной образ. Это такие игры, как:

*«Ладушки»*, *«Сорока – белобока»*, *«Мы делили апельсин»*, *«Пальчики пошли гулять»* и т. д.

Сюжетные пальчиковые упражнения:

*«Пальчики здороваются»*, *«Грабли»*, *«Распустился цветок»*, *«Елка»* и т. д. К этой группе относятся упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта, мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревья.

Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой - ребенок соединяет пальцы каждой руки друг с другом, или выпрямляет по очереди каждый палец и в это время произносит звуки: б – п, т – д, к – г.

Пальчиковые кинезиологические упражнения (*«гимнастика мозга»*) – с помощью таких упражнений компенсируется работа левого полушария. Их выполнение требует от ребенка внимательности и сосредоточенности. Например, *«Колечко»* - последовательное соединение всех пальцев рук с большим пальцем; *«Кулак – ребро – ладонь»*, *«Ухо – нос»*, *«Счет»*, *«Солнышко – тучка»* и т. д.

Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей пальцев рук – здесь используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание. Например, *«Согреем руки»*, *«Гуси щиплют травку»* и т. д. Для выполнения упражнения можно использовать различные подсобные материалы: грецкий орех, карандаш, массажный мячик, шарик-колечко-массажер Су Джок. Например, «Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т. д. ; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо».

Театр в руке *(упражнения составлены и оформлены в виде игр и сказок)* – позволяет повысить общий тонус, **развивает внимание и память**, снимает психоэмоциональное напряжение. Например, *«Бабочка»* - сжать пальцы в кулак и поочередно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо; *«Сказка»*, *«Рыбки»*, *«Осьминожки»*, *«Любопытный нос»*, *«Несговорчивые уши»* и т. д.

Пальчиковую гимнастику включают в режим дня: утренний прием, физминутки, физкультурные занятия, на прогулке, во время подвижных игр, на досугах, праздниках, **развлечениях**.

Пальчиковая гимнастика, проводимая ежедневно, способствует **развитию мелкой моторики**, речи, основных психических процессов, повышает общий тонус, способствует тренировке подвижности нервных процессов, создает положительный эмоциональный настрой, а также **развивает** навыки коммуникативности.

К концу **дошкольного возраста** кисти рук ребенка становятся более подвижными и гибкими, что в будущем способствует успешному овладению навыками письма.

«Истоки способностей и дарований

**детей** – на кончиках их пальцев».

*(В. А. Сухомлинский)*.

Родителей и педагогов, конечно же, всегда волнует вопрос, как обеспечить полноценное **развитие ребёнка в дошкольном возрасте**, как правильно подготовить его к школе. Одним из аспектов **развития дошкольника – это развитие мелкой моторики и развитие**координации движения рук.

Учёными доказано, что **развитие** руки находится в тесной связи с **развитием** речи и мышления ребёнка.

Уровень **развития мелкой моторики** – один из показателей индивидуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребёнок, имеющий высокий уровень **развития мелкой моторики**, умеет логически рассуждать, у него достаточно **развиты память и внимание**, связная речь. Учителя отмечают, что первоклассники часто испытывают серьёзные трудности с овладением навыков письма. Письмо – это сложный навык, включающий выполнение тонких координированных движений руки. Техника письма требует слаженной работы **мелких** мышц кисти и всей руки, а также хорошо **развитого** зрительного восприятия и произвольного внимания.

Известно насколько сложен и трудоёмок процесс обучения ребёнка каллиграфически правильному письму.

Для овладения навыком письма необходима определённая функциональная зрелость коры головного мозга. Неподготовленность к письму, недостаточное **развитие мелкой моторики**, зрительного восприятия, внимания может привести к возникновению негативного отношения к учёбе, тревожного состояния ребёнка к школе.

Уже на самых первых этапах обучению письму у ребят проявляется неудовлетворение, а у родителей огорчение. И наступает момент, когда быстро растёт нелюбовь к этому занятию. Почти все дети не любят писать, у них нет потребности в этом. Создаётся гигантский барьер в обучении: во-первых – *«не хочу»*, во-вторых – *«не могу»*.

Поэтому наша задача – понять те трудности, которые испытывают дети, причины их возникновения; постараться облегчить их первые шаги в школьной жизни; помочь добиться успеха. В **дошкольном возрасте важно развить механизмы**, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребёнком двигательного и практического опыта, **развитие** навыков ручной умелости. Работа по **развитию мелкой моторики** должна начаться задолго до поступления в школу.

Самое главное, что эта работа должна проводиться по принципу систематичности и планомерности (от простого к сложному, только тогда будет достигнут наибольший эффект от упражнений. Задания должны приносить ребёнку радость, не допускайте скуки и переутомления.

Рекомендации: «Чем же можно позаниматься с детьми,чтобы **развить ручную умелость**?»

1. Запускать пальцами **мелкие волчки**.

2. Разминать пальцами пластилин, глину, тесто.

3. Катать по очереди каждым пальцем камешки, **мелкие бусинки**, шарики.

4. Сжимать и разжимать кулачки, при этом можно играть, как будто кулачок – бутончик цветка *(утром он проснулся и открылся, а вечером заснул – закрылся, спрятался)*.

5. Делать мягкие кулачки, которые можно легко разжать и в которые взрослый может просунуть свои пальцы, и крепкие, которые не разожмёшь.

6. Двумя пальцами руки *(указательным и средним)* *«ходить»* по столу, сначала медленно, как будто кто-то крадётся, а потом быстро, как будто бежит. Упражнение проводиться сначала правой, а потом левой рукой.

7. Показать отдельно только один палец – указательный, затем два (указательный и средний, далее три, четыре, пять

8. Показать отдельно только один палец – большой.

9. Барабанить всеми пальцами обеих рук по столу.

10. Махать в воздухе только пальцами.

11. Кистями рук делать *«фонарики»*.

12. Хлопать в ладоши тихо и громко, в разном темпе

13. Собирать все пальцы в щепотку *(пальчики собрались вместе – разбежались)*.

14. Нанизывать крупные пуговицы, шарики, бусинки на нитку.

15. Игры с катушкой (катать, нанизывать, наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, на собственный палец *(получается колечко или спираль)*.

16. Завязывать узлы на толстой верёвке, на шнуре.

17. Застёгивать пуговицы, крючки, молнии, замочки, закручивать крышки, заводить механические игрушки ключиками.

18. Закручивать шурупы, гайки, делать из скрепок цветную цепочку.

19. Игры с конструктором, мозаикой, кубиками.

20. Складывание матрёшек, пирамидки.

21. Игра с вкладышами.

22. Рисование в воздухе.

23. Игры с кинетическим песком, водой.

24. Мять руками поролоновые шарики, губку.

25. Шить, вязать на спицах.

26. Рисовать, раскрашивать, штриховать.

27. Резать ножницами.

28. Рисование различными материалами (ручкой, карандашом, мелом, цветными **мелками**, акварелью, гуашью, углём и т. д.)

29. Игры с *«Гонзиками»* *(да –нет)*.

30. Массаж шариками и колечками Су Джок терапии.

31. Игры с бусами *«Бусоград»*.

32. Кинезиологические игры *«между делом»*, игры *«по дороге в детский сад»*.

33. Массаж шестигранными карандашами.

34. Массаж ладонных поверхностей каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками *«марблс»*.

35. Игры с резинкой (между указательным и средним пальцами натянуть тонкую канцелярскую резинку. Перебирать эту резинку *(как струны гитары)* указательным и средним пальцами другой руки. Снимать резинку попеременно пальцами правой и левой руки *(указательным, средним и т. д.)*

36. Игры с прищепками *(дождик, лучики, травка, лепестки, листочки и т. д.)*

37. Сухой бассейн *(нахождение****мелких игрушек****)*.

38. Игры с четками *(перебирать шарики)*.

39. Игры с фасолью, горохом, крупными и **мелкими семечками**.

40. Игры с ватой *(скручивать, скатывать, щипать, растягивать, наматывать)*.

41. Игры с бумагой *(мять, рвать,****разворачивать****)*.

42. Игры-шнуровки.

43. Игры с резиновой грушей *(сдуть ватку или листочек со стола, забить гол)*.

44. Игры с счетными палочками *(выкладывание фигур)*.

45. Катать круглую щетку для волос между ладонями.

46. Игры с пельменницей (ходить указательным и средним пальцами по клеткам, летать как пчелка над сотами).

Повторяйте игры как для правой, так и для левой руки. Продолжительность пальчиковых игр зависит от **возраста детей**. Для младшего **дошкольного возраста***(до 3-4 лет)*рекомендуемое время от 3 до 5 минут, для среднего и старшего **дошкольного возраста***(4 -7 лет)* 10 -15 мин. В день.

Вся работа проводится в сотрудничестве с родителями. Родители знакомятся с нестандартным оборудование для игр в группе для **развития мелкой моторики**, пальчиковыми играми, оформление родительских уголков по теме, проведение мастер-классов *«Как играть с пальчиками»*, изготовление совместных работ из природного материала. Таким образом, **развивать мелкую моторику** рук можно не только в специально организованных условиях, с конкретными **развивающими пособиями**, но и в быту. Продуктивность занятия **возрастает**, если родитель не ограничивается заданиями не уйдёт в другую комнату, а вместе с ребёнком возьмётся за решение совместной задачи. Стоить 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 начнёт приносить свои плоды, тем проще ребёнку будет расти, **развиваться** и овладевать новыми умениями.