



Развитие мелкой моторики.

Выполняя пальчиками различные задания и упражнения, ребенок достигает хорошего уровня развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, это в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.

Если упражнения вызывают у ребенка некоторые трудности, то родители помогают ребенку удерживать остальные пальчики от произвольных движений.

Задания для развития мелкой моторики

Удерживание больших предметов двумя руками, маленьких одной. Перекладывание игрушек, предметов из руки в руку, перестановка их на столе.

Совершенствование хватания щепотью (указательным и большим пальцами) в играх на сортировку, переноску.

Открывание и закрывание различных крышек (коробочки, баночки, бутылочки, пузырьки, шпингалетов).

Расстегивание и застегивание пуговиц, кнопок, клепок, липы, молний, (начиная с больших размеров по мере усвоения уменьшая его).

Шнуровка – различные ее виды: развязывание и завязывание узлов, бантов.

Работа с мозаикой (сначала с крупной, постепенно уменьшая произвольное втыкание кнопочек, выкладывание дорожки, составление узоров по схеме и произвольно) .

Собирание пирамидок, матрешек, вкладышей (простые, с последующими усложнениями) .

Нанизывание бусинок (разного диаметра).

Собирание цепочек (из скрепок, фабричного изготовления).

Собирание построек из различных по виду и размеру конструкторов (деревянный, лего – крупный, мелкий, мягкий конструктор, с пластмассовым инструментом – откручивание и закручивание различных гаек, шурупов, болтов и т. д.) .

Игры с песком (пересыпание, поиск игрушки, спрятанной в песке – различные по размеру, выполнение построек из сырого песка) .

Криотерапия (игры с водой разной температуры, со льдом) .

Работа с пластилином, глиной, бумагой.

Игры с орехами, семечками, крупой, счетными палочками, спичками (с очищенными головками).

Работа карандашом, ручкой, кисточкой, ножницами.

Плетение косичек из различного материала (полоски ткани, шпагат, различные тесемочки, ленточки и пр.).

Выкладывание узоров, цифр, букв на бархатной бумаге, используя пряжу, нитки различной толщины.

Работа с трафаретами, закрашивание, штриховка, обведение по контуру, рисунки по точкам, дорисовывание недостающих деталей, печатание.

В настоящее время широко используются различные пальчиковые упражнения.

Сначала рекомендуем выполнять статические упражнения удержание позы, фигуры, сделанной из пальчиков «Крыша», «Флажок», «Зайчик», «Птица клюет», «Орел», «Стул», «Очки». Затем динамические, то есть включающие движения пальчиками: «тук-тук», постучали кулачком о кулачок; «Зайчик серенький сидит и ушами шевелит – движения ушками (указательным и средним пальчиками)»; «Собака лает» - большой палец смотрит вверх, указательный загнут, опускаем безымянный пальчик и мизинец вниз, либо только мизинец; «Человечек» - ходьба указательным и средним пальчиками по столу; «Пчелка летает» - круговые вращения указательным пальчиком, остальные в кулачке.

Особенно детям нравятся динамические упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом.

«Еж»

Повстречал ежонка еж:

«Здравствуй, братец! Как живешь?»

Одновременно кончиками больших пальцев правой и левой рук поочередно касаться кончиков всех остальных пальцев (начиная с указательных)

«Пальчики»

1, 2, 3, 4, 5 – вышли пальчики гулять.

1, 2, 3, 4, 5 – в домик спрятались опять.

Поочередно разгибать все пальцы, начиная с большого, затем сгибать в обратном порядке.

«Пароход»

Пароход плывет по речке.

И пытит он словно печка.

Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы подняты вверх, движения руками.

«Стул»

Ножка, спинка и сиденье –

Вот вам стул на удивленье.

Левая ладонь вертикально вверх к ее нижней части приставляется кулачок большим пальцем к себе. По счету менять положение рук.

Наиболее сложными по выполнению являются пальчиковые кинезиологические упражнения. Они развивают межполушарное взаимодействие, синхронизацию работы полушарий головного мозга.

«Колечко»

Поочередно перебирать пальцы рук соединяя в кольцо с большим пальцем сначала одной рукой, затем другой, двумя одновременно (глядя на руки, в потолок, закрыв глаза) .

«Кулак – ребро – ладонь»

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга (ладонь, сжатая в кулак, ладонь, стоящая на ребре, ладонь, лежащая на столе).

«Ухо – нос»

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой за левое ухо, поменять положение рук «с точностью до наоборот». Отработав это задание, добавить хлопок в ладоши при смене положения рук.

«Рожки да ножки»

«Рожки» - указательный палец и мизинец вытянуть, остальные пальцы в кулаке, придерживать большим пальцем, рука поднята вверх. «Ножки» - указательный и средний пальцы вытянуть, остальные в кулак, придерживаются большим, рука опущена вниз.

Более сложный вариант. Одна рука показывает «рожки», вторая – «ножки». Затем руки одновременно меняются ролями.

«Пальцевые прятки»

Обе руки сжать в кулак. Поднять большой палец правой руки вверх, а мизинец левой руки вытянуть вниз. Поменять положение пальцев с точностью до наоборот.

«Симметричные рисунки»

Нарисовать в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглых предметов: яблоко, арбуз, затем другие геометрические фигуры, затем прописывать слова).

Необходимо помнить, что развитие мозга напрямую связано с развитием руки, все упражнения, направленные на совершенствование мелкой моторики рук, автоматически влияют на развитие мозга. Упражнения необходимо подбирать с учетом индивидуальных физических возможностей ребенка.