

МБДОУ № 128

"Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому направлению развития детей"

Консультация для родителей

«Игры и упражнения на развитие мелкой моторики»

Воспитатель: Решетникова В.В.

Кемерово  
2021

Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». Что же такое мелкая моторика? Это сложнейший механизм скоординированных действий нервной, костной, мышечной и зрительной систем. Ведь только при взаимодействии всех этих систем получится совершить нужное действие или систему действий.

Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка? Дело в том, что на кистях рук имеются точки и зоны, которые связаны с различными зонами головного мозга. Идущие в кору головного мозга нервные импульсы от пальцев рук «тревожат» расположенные по соседству речевые зоны, стимулируя их активную деятельность. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, скоординированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Уровень развития мелкой моторики — один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь. Следствие слабого развития мелкой моторики руки — общая неготовность большинства современных детей к письму или проблемы с речевым развитием.

Однако даже если речь ребенка в норме — это вовсе не значит, что ребенок хорошо управляется со своими руками. К сожалению, о проблемах с координацией движений и тонкой моторики большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш.

Весь комплекс упражнений по развитию мелкой моторики можно разделить на три части:

1. Пальчиковая гимнастика;
2. Упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов;
3. Отработка графических навыков.

## **Пальчиковая гимнастика.**

Начинать работу по развитию мелкой моторики можно и нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики с проговариванием стишков и потешек.

Этот пальчик хочет спать

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик прыг в кровать,

Этот пальчик прикорнул,

Этот пальчик уж заснул,

Этот пальчик крепко спит

И тебе он спать велит.

Помимо развития мелкой моторики, это еще и радость от общения с близкими людьми. Когда мама для пальчиковой игры берёт малыша на руки, сажает на колени, обнимает, когда она трогает его ладошку, ребёнок получает массу необходимых для его эмоционального и интеллектуального развития впечатлений. Ритм и рифма в пальчиковых играх вызывают интерес ребенка, легко запоминаются, надолго оставаясь в памяти. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом.

Этапы разучивания игр:

1. Взрослый сначала показывает игру малышу сам.
2. Взрослый показывает игру, манипулируя пальцами и ручкой ребёнка.
3. Взрослый и ребёнок выполняют движения одновременно, взрослый проговаривает текст.
4. Ребёнок выполняет движения с необходимой помощью взрослого, который произносит текст.
5. Ребёнок выполняет движения и проговаривает текст, а взрослый подсказывает и помогает.

Апельсин

Мы делили апельсин

(левая рука в кулачке, правая её обхватывает)

Много нас — а он — один

Эта долька — для ежа

(правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке)

Эта долька — для чижа

Эта долька — для котят

Эта долька — для утят

Эта долька — для бобра

А для волка — кожа! (встряхиваем обе кисти)

Гроза

Капли первые упали,

(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по столу)

Пауков перепугали.

(внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и, перебирая ими, показать, как разбегаются пауки)

Дождик застучал сильнее,

(постучать по столу всеми пальцами обеих рук)

Птички скрылись среди ветвей.

(скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами, сжатыми вместе).

Дождь полил как из ведра,

(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук)

Разбежалась детвора.

(указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу, изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони).

В небе молния сверкает,

(нарисуйте пальцем в воздухе молнию)

Гром все небо разрывает.

(барабанить кулаками, а затем похлопать в ладоши)

А потом из тучи солнце

(поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)

Вновь посмотрит нам в оконце!

Пальчик — мальчик

— Пальчик-мальчик, где ты был?

(показать большой палец)

— С этим братцем в лес ходил,

(поочередно соединять большой палец с остальными)

С этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел.

Упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов

Подготовка руки к письму начинается задолго до поступления ребенка в школу. В дошкольном возрасте важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости. Очень важно развивать навыки, необходимые для овладения письмом, а также создавать условия для накопления ребенком практического опыта. И здесь могут помочь такие знакомые всем упражнения, как:

### **Лепка.**

Просто замечательное занятие на развитие мелкой моторики у дошкольников. Перед лепкой ребенку любого возраста обязательно дайте размять пластилин. Это очень полезное упражнение для развития мелкой моторики. В этом плане обычный отечественный пластилин гораздо полезнее, чем мягкий импортный.

### **Упражнения с бумагой:**

- 1) мять — развитие силы рук (после этого получится «шарик», который можно бросать в корзину с расстояния),
- 2) рвать (развитие соотносящих движений) — захватываем пальцами обеих рук лист и тянем в разные стороны.
- 3) делать аппликации из бумажных шариков (смять бумагу, нарвать ее на полоски, затем полоски нарвать на квадраты, скатать каждый квадратик на ладошке в шарик, шариками выкладывается силуэт — например, кошка, барашек, тучка)

### **Игры с крупой и камнями.**

Крупа - очень полезный и приятный материал для занятий с ребенком. Для игр с крупами подойдет все, что есть в доме: гречка, фасоль, семечки, горох и даже обычная соль, ну и конечно различные емкости, ложечки и сито.

Возьмите большую миску, высыпьте в нее крупу - гречку, рис или пшено, опустите в нее руки и пошевелите пальцами. Ребенок непременно захочет присоединиться.

Ищем секрет

Спрятать можно не только ручки, но и игрушки, различные предметы, крупную фасоль.

Предложите ребенку отыскать их. А если мисок будет больше и в каждой будет свой секрет, то без сомнения интерес возрастет еще больше!

Пересыпаем крупу

Пересыпайте крупу при помощи стакана, ложки, совочка, а может даже ладошек из одной ёмкости в другую. Пересыпайте над миской крупу из руки в руку. Используйте разные крупы – рис, горох, манка... Обратите внимания, что звук от каждой крупы свой, уникальный: от гороха - звонкий, от риса – приглушенный, от манки – практически беззвучное шуршание.

Покормим птичек

Возьмите на улицу с собой пшено, семечки и покормите птиц.

### **Сортировка мелких предметов**

Очень важно, чтобы малыш это делал либо щепотью (три пальчиками), либо способом «пинцетного захвата», то есть захватывал двумя пальчиками — большим и указательным. При этом остальные пальчики должны быть подогнуты и не мешать. Покажите ребенку правильный способ выполнения этого упражнения.

### **Игра «Золушка»**

Перед вами лежат перемешанные семена гороха, фасоли и киндер – игрушки. За 30 секунд, вы должны их рассортировать. Когда ребенок научится делать это достаточно быстро, можно усложнить задание: например, завязать ему глаза.

Ребенка можно увлечь полезным для развития мелкой моторики занятием - выкладыванием камешков по заданным линиям.

### **Рисование манкой**

Манка по текстуре очень похожа на песок. Иногда, для смены тактильных ощущений (когда хочется эффекта "прохладного морского песочка"), можно положить манку ненадолго в холодильник.

Поднос можно просто прикрепить к детскому столику на двухсторонний скотч и играть в свободном доступе. Высыпаем манку на 3-4 мм на поднос и начинаем творить! Манкография (рисование манкой или на самой манке) принесет вам массу положительных эмоций!

Манкография - занятие для детей любого возраста. Помимо обычного хаотичного рисования и свободной игры для ребенка можно еще вместе с ребенком рисовать цветочки, солнышко и лучики, тучки и дождик, домик и заборчик и т.д. В манкографии можно рисовать с помощью предметов - трубочки для коктейля, кисточки, стеклянных камней, которыми можно выкладывать рисунки на манке.

### **Вырезание ножницами.**

Вырезание различных фигурок из старых открыток, журналов — полезное и увлекательное занятие для будущих первоклассников.

Старшие дошкольники начинают овладевать навыками силуэтного вырезания без предварительной прорисовки, подготовки линии контура.

### **Игры-шнуровки**

В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика), развивается пространственное ориентирование, что способствует усвоению понятий «вверху», «внизу», «справа», «слева»; а это в свою очередь влияет на формирование головного мозга и становления речи. А также, что не маловажно, игры-шнуровки косвенно готовят руку к письму и развивают усидчивость.

Влияние мануальных (ручных) воздействий на развитие мозга человека известно было еще во 2 веке до н. э. В древнем Китае утверждали, что игры с

участием рук приводят в гармоничное отношение тело и разум. Очень полезен ежедневный массаж кистей рук: мягкие массирующие движения и разминания каждого пальчика, ладонки, 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.

С помощью **шаров** — «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладонки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Я мячом круги катаю,  
Взад — вперед его гоняю.  
Им поглажу я ладошку.  
Будто я сметаю крошку,  
И сожму его немножко,  
Как сжимает лапу кошка,  
Каждым пальцем мяч прижму,  
И другой рукой начну.

Массаж пальцев эластичным кольцом. (Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, начиная с большого, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики)

— Мальчик-пальчик, где ты был?  
— С этим братцем в лес ходил,  
— С этим братцем щи варил,  
— С этим братцем кашу ел,  
— С этим братцем песни пел

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. Таким образом, развивается внимание, память и умение работать по инструкции, что очень важно для успешности в школе.

Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

С маленькими детьми начинать массаж лучше с мягкими «кошачьими» шариками.

Если небрежно, расслабленно выполнять упражнения, то никакого эффекта не будет. Нужно уделять особое внимание тренировке движений, которые мы не делаем в повседневной жизни. Именно такая тренировка детских пальчиков дает видимый и быстрый эффект.

Отработка графических навыков.

Отработку графических навыков помогут развить такие упражнения как:

### **Рисование линий, фигурных дорожек**

— Ребенка просят провести фигурную дорожку, соединив линию штриховки. При прохождении дорожки ребенку следует стараться как можно более точно следовать всем изгибам и поворотам линий.

— Ребенка просят провести линию посередине фигурной дорожки. При выполнении задания надо обратить особое внимание на то, что нельзя касаться стенок (особенно в лабиринтах), линия должна идти посередине дорожки. Карандаш от бумаги не отрывается, и лист бумаги не переворачивается.

### **По контурам**

Ребенка просят соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.

Штриховки с различным направлением движения руки

**Штриховка** — одно из важнейших упражнений. Правила штриховки:

- Штриховать только в заданном направлении.
- Не выходить за контуры фигуры.
- Соблюдать параллельность линий.
- Не сближать штрихи, соблюдать расстояние

Ребенка просят выполнить различные виды штриховок по образцам: вертикальные (сверху вниз), горизонтальные (слева направо), наклонные, «клубочками» (круговые движения руки), полукругами. Линии сложной формы должны выполняться одним движением кисти руки. Штриховки вначале должны быть крупными, по мере приобретения ребенком навыка выполнения их размер уменьшается. При этом надо обратить внимание на уменьшение амплитуды движений кисти руки.

### **Рисование по точкам**

Ребенка просят соединить точки согласно инструкции под рисунком. Выполнять задания следует следующим образом: карандаш или ручка не отрывается от листа бумаги, лист фиксируется, и его положение не изменяется.

Нарисуй фигурку по точкам, как на образце.

### **Раскрашивание**

Простой и эффективный способ подготовки руки к письму — книжки-раскраски. Раскрашивая любимые картинки, ребенок учится держать в руке карандаш, использует силу нажима. Это занятие тренирует мелкие мышцы руки, делает ее движения сильными и координированными. Рекомендуется пользоваться цветными карандашами, а не фломастерами.

Можно предложить ребенку копировать понравившиеся рисунки на прозрачную бумагу. Очень полезны орнаменты и узоры, так как в них присутствует большое количество изогнутых линий, что является хорошей подготовкой руки ребенка к написанию прописных букв.

### **Обводка**

Очень хорошо обводить трафареты, шаблоны, обводка по фигурным линейкам, объемным и плоскостным изображениям предметов. Обводить

можно все, что попадет под руку: дно стакана, перевернутое блюдо, собственную ладонь, ложку и т. д.

Все эти упражнения приносят тройную пользу ребёнку:

- во-первых, развивают мелкую моторику его руки, подготавливая к овладению письмом,
- во-вторых, формируют у него художественный вкус, что полезно в любом возрасте,
- в-третьих, детские физиологи утверждают, что хорошо развитая кисть руки “потянет” за собой развитие интеллекта.

Уделяйте занятиям “мелкая моторика с ребенком” полчаса в день. Занятия сопровождайте сказками, придумываемыми по ходу действий. Речевое подкрепление увлекательных действий удвоит эффект.

Таким образом, целенаправленная, систематическая и планомерная работа по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста во взаимодействии с родителями способствует формированию интеллектуальных способностей, а самое главное — способствует сохранению физического и психического здоровья ребенка. И все это напрямую готовит дошкольника к успешному обучению в школе!

Использование сайта: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2019/05/22/konsultatsiya-dlya-roditeley-igry-i-uprazhneniya-dlya-razvitiya-melkoy>, <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2019/05/22/konsultatsiya-dlya-roditeley-igry-i-uprazhneniya-dlya-razvitiya-melkoy>