

«Игры и упражнения для развития мелкой моторики рук»

Уважаемые родители, предлагаем вашему вниманию игры, направленные на развитие мелкой моторики рук у детей раннего и дошкольного возраста с использованием предметов и материалов, которые находятся в «шаговой» доступности. Это позволит не только сэкономить семейный бюджет, но и больше времени проводить с ребенком.

Массаж рук

Несложным, но весьма эффективным методом развития моторики рук является массаж. Предлагаем описание массажа рук по методике О. Приходько:

Поглаживание внутренней и наружной поверхностей рук до локтя по направлению «от периферии к центру» – 6–8 раз, отдельно на каждой руке.

Сгибание и разгибание взрослым всех пальцев руки ребенка одновременно (за исключением большого пальца) – от 2 до 4 раз на каждой руке отдельно.

Спиралевидные движения пальцем по раскрытой ладони ребенка от ее середины до основания пальцев с переходом на движение по внутренней стороне большого пальца – 2–4 раза по каждой ладони («рисуем», «мотаем клубочек»).

Точечные нажатия большим и указательным пальцами на середину каждой фаланги каждого пальца ребенка по направлению от его кончика к основанию в двух плоскостях: тыльно-ладонной и межпальцевой – все пальцы кисти массируются по очереди 1–2 раза («мы вот так шагаем – топ-топ-топ»).

Отведение и приведение большого пальца ребенка в трех направлениях: вперед-назад, в бок – в сторону, по кругу.

Ласковое поглаживание взрослым каждой ручки ребенка по направлению «от периферии к центру» – 5–6 раз.



Занятия с предметами и материалами

Множество игр для развития мелкой моторики рук можно провести, используя самые разнообразные предметы, а также специальные игрушки, принцип действия которых подразумевает движения кистями и пальцами рук, – бусы и шнуровки, кукольная одежда на липучках, пуговицах, молниях и кнопках и др. Полезно использовать и различные материалы, развивающие моторику рук, – пластичные (тесто, пластилин, глину), сыпучие (крупы и бобовые, песок) и др.

Конечно, необходимо помнить, что малышам часто с трудом даются нелегкие задачи по развитию движений рук и мелкой моторики пальцев. Поэтому в работе необходимо соблюсти следующие условия: 1) такое занятие не должно быть длинным, нельзя допускать переутомление ребенка; 2) необходимо подбирать игры по уровню сложности, в зависимости от возраста ребенка и его умений (например, лучше сначала предложить сделать бусы из крупных бусин с широкими отверстиями, шнуровки поначалу также должны быть простые – всего несколько дырочек и т. п.); 3) чтобы создать мотив деятельности, занятие обязательно следует обыграть – придумать интересный сюжет игры, использовать сюжетные игрушки.

Ниже мы описываем возможные варианты действий с предметами, игрушками и материалами. Такие игры можно проводить по-разному, используя различные сюжеты. Все зависит от предпочтений и фантазии родителей и интересов ребенка.

Разминать тесто, пластилин, глину.



Очень полезно использовать пластичные материалы. Когда малыш разминает тесто, пластилин или глину, происходит самомассаж ладоней и пальцев, развиваются мышцы рук. Такое упражнение может стать частью занятия лепкой. Можно предложить ребенку сделать «ямки» в тесте (глине, пластилине), надавливая на него прямым указательным пальцем (можно надавливать всеми пальцами одновременно).

Мять бумагу

Предложите ребенку смять в комки ненужные листы бумаги или старые газеты (следует объяснить, что мять можно только ненужную бумагу). Используя полученные бумажные комки, можно поиграть в «снежки».



Рвать бумагу



Предложите ребенку разорвать на кусочки или полосы листы бумаги или старые газеты (следует объяснить, что рвать можно только ненужную бумагу). Покажите, как следует захватывать пальцами обеих рук бумажный лист, а затем рвать его, потянув руки в разные стороны. Используя полученные бумажные кусочки, можно поиграть в «Осенние листья».

Нанизывать кольца (шарики, кубики и т. п.) на стержень

Упражнение подразумевает наличие специальных дидактических игрушек – разнообразных деревянных и пластмассовых пирамидок и сборно-разборных игрушек. Необходимо знать, что легче разобрать такую игрушку, чем собрать. Поэтому в начале работы лучше предлагать ребенку разбирать собранную игрушку, снимая по одной детали. Кроме этого, можно варьировать уровень сложности элементов (одинаковых фигур равного размера), затем те игрушки, в основе которых лежит более сложный принцип – сборка разных деталей в определенном порядке.



Сортировать мелкие предметы



Ребенку предлагают перемешанные в одной коробке бусины, и малыш раскладывает их по другим коробочкам, руководствуясь определенным принципом (по размеру, цвету, форме).

Необходимо следить, чтобы ребенок брал по одной бусине, захватывая ее щепотью или двумя пальцами. Вначале лучше предлагать крупные бусины. Таким же образом ребенок может сортировать по

цвету и размеру фасоль, горох, камушки, ракушки и проч. Поначалу не следует предлагать большое количество мелких предметов. В дальнейшем задание можно усложнять, увеличивая объем предлагаемого материала, а также усложняя принцип сортировки – можно сортировать предметы уже не на две, а на три, четыре, пять различных групп.

Пересыпать сыпучие материалы

При помощи ложки, совка, воронки учим пересыпать сыпучие вещества (крупы, горох, чечевицу, песок) из одной емкости в другую. Можно использовать коробки, стаканы, сосуды с узким горлышком (в этом случае используется воронка). Также можно предложить ребенку пересыпать крупу или песок руками, зарывать («прятать») руки в песок или крупу, «грабить» песок



пальцами как граблями. Получаемые в процессе таких занятий тактильные ощущения также положительно влияют на развитие рук.



Использовать разнообразные конструкторы

Занятия с конструкторами очень благотворно влияют на развитие рук ребенка. Желательно приобрести для малыша несколько разных видов конструкторов (чтобы принцип соединения деталей был различным). При этом помните, что сложнее работать с мелкими деталями.

Пазлы

В таких играх необходимо плотно соединять детали друг с другом, что требует определенного уровня развития ловкости рук, тонких движений пальцев. Пазлы бывают разного размера и выполнены из разного материала – поролона, дерева, картона; легче работать с деревянными и поролоновыми деталями крупного размера. Надо подбирать сюжет картинки, количество деталей и их размер в соответствии с возрастом ребенка.



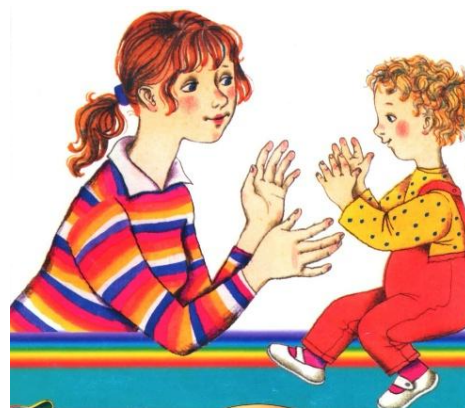
Изготавливать поделки из различных материалов



Используются пластичные материалы (пластилин, глина), природные материалы, бумага, различные инструменты (ножницы) и прочие. Помимо развития движений рук изготовление поделок развивает мышление и воображение ребенка.

Пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка: - способствует овладению навыками мелкой моторики; помогает развивать речь; повышает работоспособность головного мозга; развивает психические процессы: внимание, память, мышление, воображение; развивает тактильную чувствительность; снимает тревожность. Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка каких – либо рифмованных историй, сказок при помощи рук.



Игры с прищепками



Эти игры полезны для развития мелких и точных движений рук, так как от задействованных мышц – сгибательных и разгибательных – постоянно поступают импульсы в мозг, стимулируя центральную нервную систему и способствуя ее развитию.

Приучать ребенка к таким играм нужно с простых и легких упражнений.

Сегодня мы познакомились с малой частью того, чем можем развивать мелкую моторику ребёнка дома. Включить свою фантазию, пусть ребенок находится в постоянном потоке информации, не сомневайтесь, это его не утомит. Чем непринужденнее будет обучение, тем легче и быстрее оно будет проходить. Побуждайте ребенка к игре, насколько возможно, играйте с малышом в развивающие и веселые игры. Участвуйте в игровом процессе. Это будет отличным способом для установления более прочной связи между Вами и Вашим ребенком! А также вызывайте положительные эмоции у ребенка! Употребляйте слова и фразы, несущие оптимистическую нотку, например, «Как интересно!», «Какой ты молодец, у тебя все получается!» «Давай помогу!», «Красота» и т.д.

Помните, чтобы мы не создавали вместе с ребенком, главное – желание продолжать заниматься подобной деятельностью и дальше, поэтому завершайте свои занятия в хорошем настроении!

