Выполнил воспитатель

Ткаченко Е.А.

**Консультация для родителей.**

**Игры и упражнения для детей дошкольного возраста**

**на развитие мелкой моторики и координации движений рук.**

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Относительно моторики кистей и пальцев рук часто применяют термин ловкость. Область мелкой моторики включает большое количество разнообразных движений: от простых жестов (например, захват игрушки) до очень сложных движений (например, писать и рисовать).

Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка. Мелкая моторика развивается уже с новорожденности. Сначала малыш разглядывает свои руки, потом учится ими управлять. Сначала он берет предметы всей ладонью, потом только двумя (большим и указательным) пальчиками. Потом ребенка учат правильно держать ложку, карандаш, кисть.

У мелкой моторики есть очень важная особенность. Она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что развитие мелкой моторики и развитие речи очень тесно связаны. А объясняется это очень просто. В головном мозге речевой и моторный центры расположены очень близко друг к другу. Поэтому при стимуляции моторных навыков пальцев рук речевой центр начинает активизироваться. Именно поэтому для своевременного развития речи ребенка необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики. Мелкая моторика непосредственно влияет на ловкость рук, на подчерк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка.

По особенностям развития мелкой моторики ребенка в дальнейшем судят о готовности его к обучению в школьном учреждении. Если все в порядке, то ребенок подготовлен к обучению письму, умеет логически мыслить и рассуждать, имеет хорошую память, концентрацию, внимание и воображение, связную речь.

Мелкая моторика развивается постепенно, это индивидуальный процесс и у каждого ребенка он проходит своими темпами. Сначала движения ребёнка неловкие, неумелые и негармоничные. Чтобы помочь ребёнку совершенствовать мелкую моторику, нужно играть с ним в развивающие игр.

**Игры и упражнения для развития мелкой моторики.**

Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики. Их можно разделить на следующие группы: пальчиковые игры, игры с мелкими предметами, лепка и рисование, массаж пальчиков.

**Лепка из глины и пластилина**. Это очень полезно и отлично влияет на развитие мелкой моторики рук, причём лепить можно не только из пластилина и глины. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков. Используйте любую возможность, чтобы улучшать мелкую моторику рук вашего ребенка.

**Рисование или раскрашивание картинок** – любимое занятие дошкольников и хорошее упражнение на развитие мелкой моторики рук. Обратить внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Если мальчик рисует только машины и самолёты, а девочка похожих друг на друга кукол, то это вряд ли положительно повлияет на развитие образного мышления ребёнка.

**Изготовление поделок из бумаги.** Например, вырезание самостоятельно ножницами геометрических фигур, составление узоров, выполнение аппликаций. Ребёнку нужно уметь пользоваться ножницами и клеем. По результатам таких работ вы сможете оценить насколько развита мелкая моторика рук и движения пальчиков малыша.

**Изготовление поделок из природного материала**: шишек, желудей, соломы и других доступных материалов. Кроме развития мелкой моторики рук эти занятия развивают также и воображение, фантазию ребенка.

**Конструирование**. Развивается образное мышление, фантазия, мелкая моторика рук.

**Застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков.** Хорошая тренировка для пальчиков, совершенствуется ловкость и развивается мелкая моторика рук.

**Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке**. Каждое такое движение оказывает огромное влияние на развитие мелкой моторики рук малыша.

**Закручивание и раскручивание крышек банок, пузырьков и т. д.** также улучшает развитие мелкой моторики и ловкость пальчиков ребенка.

**Всасывание пипеткой воды**. Развивает мелкие движения пальчиков и улучшает общую моторику рук.

**Нанизывание бус и пуговиц.** Летом можно сделать бусы из рябины, орешков, семян тыквы и огурцов, мелких плодов и т. д. Интересное занятие для развития воображения, фантазии и мелкой моторики рук.

Переборка круп, насыпать в небольшое блюдце, например, гороха, гречки и риса и попросить ребёнка перебрать. Развитие осязания, мелких движений пальчиков рук.

Узнай, что внутри. Ребенок опускает кисти рук в сосуд, заполненный каким-либо однородным наполнителем (вода, песок, различные крупы, дробинки, любые мелкие предметы). 5 - 10 минут как бы перемешивает содержимое. Затем ему предлагается сосуд с другой фактурой наполнителя. После нескольких проб ребенок с закрытыми глазами опускает руку в предложенный сосуд и старается отгадать его содержимое, не ощупывая пальцами его отдельные элементы.

"Повтори движение"

Взрослый, садясь напротив ребенка, делает пальцами своей руки какую-либо "фигуру" (какие-то пальцы согнуты, какие-то выпрямлены - любая комбинация). Ребенок должен точно в такое же положение привести пальцы своей руки - повторить "фигуру". Задание здесь усложняется тем, что ему ее еще необходимо зеркально отразить (ведь взрослый сидит напротив). Если данное задание вызывает у ребенка сложности, то сначала можно потренироваться, проводя упражнение сидя рядом (а не напротив ребенка). Так ему будет легче копировать положение пальцев руки.

**Игры с рисованием.**

Если у ребенка плохо развита мелкая моторика и ему трудно обучаться письму - то можно поиграть в игры с рисованием. Скажем, обводить наперегонки квадратики или кружочки или продвигаться по нарисованному заранее лабиринту (наиболее интересно, когда ребенок рисует лабиринт для родителя, а родитель - для ребенка. И каждый старается нарисовать позапутаннее). Сейчас в продаже есть много разных трафаретов всевозможных геометрических фигур, животных, но, в принципе, их легко изготовить и самим.

Ежедневно предлагайте детям такие занятия.

Такая всесторонняя тренировка отлично развивает мелкую моторику рук ребенка и малыш будет хорошо подготовлен к школе, движения его руки будут более уверенные, школьные занятия будут для ребёнка не столь утомительными.

Полезно проверить результаты кропотливой работы по формированию движения кисти. Для этого используйте тест «вырезание круга», проведя его до начала тренировки и по её окончании.

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.

**О пользе развития мелкой моторики у детей**

Ни для кого не секрет, что у детей нужно развивать мелкую моторику рук. Но не все знают, как правильно это делать, да и вообще что является мелкой моторикой и какие особенности она имеет, какие занятия, игры и упражнения стоит проводить с детьми для развития моторики.

Что такое мелкая моторика?

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Область мелкой моторики включает большое количество разнообразных движений: от простых жестов (например, захват игрушки) до очень сложных движений (например, писать и рисовать, застегивать, расстегивать и выполнять другие действия по самообслуживанию).

Почему важна мелкая моторика?

Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка. Психологи и неврологи утверждают, что мозговая деятельность соотносится с мелкой моторикой (мелкими движениями пальцев), что она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что развитие мелкой моторики очень тесно связано с развитием речи. А объясняется это очень просто. В головном мозге речевой и моторный центры расположены очень близко друг к другу. При выполнении мелких движений пальцами рук происходит давление на кончики работающих пальцев и в кору головного мозга устремляются сигналы, которые активизируют пока незрелые клетки коры головного мозга, отвечающие за формирование речи ребенка. Вот почему при выполнении разнообразных действий пальцами рук и происходит развитие речи, а значит, и мышления.

Именно поэтому для своевременного развития речи ребенка необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики. Мелкая моторика непосредственно влияет на ловкость рук, на почерк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка.

По особенностям развития мелкой моторики ребенка в дальнейшем судят о готовности его к обучению в школе. Если все в порядке, то ребенок подготовлен к обучению письму, умеет логически мыслить и рассуждать, имеет хорошую память, концентрацию, внимание и воображение, связную речь.

Как развивается мелкая моторика?

Мелкая моторика развивается уже с новорожденности. Сначала малыш разглядывает свои руки, потом учится ими управлять. Сначала он берет предметы всей ладонью, потом только двумя (большим и указательным) пальчиками. Потом ребенка учат правильно держать ложку, карандаш, кисть... Следует помнить, что мелкая моторика развивается постепенно, это индивидуальный процесс и у каждого ребенка он проходит своими темпами. Сначала движения малыша неловкие, неумелые и негармоничные. При высоком уровне развития моторики ребёнок успешно справляется с выполнением незначительных манипуляций в повседневной жизни и быту (одевание, застёгивание пуговиц, шнурование ботинок, еда ложкой и вилкой, мытьё рук с мылом и другое), что помогает чувствовать себя более уверенным. Если своевременно не позаботиться об этом, у детей может сложиться отставание в развитие. Придётся прибегнуть к помощи специалиста. Если это выявиться в более позднем времени, ребёнок может понять, что отличается от других. Это вряд ли положительно повлияет на его самооценку. Поэтому родители должны позаботиться, чтобы ребёнок не отставал в развитии от сверстников.

Когда начинать заниматься?

Начинать развитие мелкой моторики у детей нужно с самого раннего возраста. Уже со 2-ой недели жизни ребёнка можно делать упражнения с кистями рук, например массаж. Затем по мере взросления вашего карапуза необходимо включать пальчиковые игры. Это и известная "Сорока-белобока" и "Ладушки" и другие игры, связанные с работой пальцев рук.

Также важно давать ребенку проводить много времени на полу - а именно ползать. Многие родители мечтают, чтобы их ребенок пошел как можно быстрее. Но не следует забывать о важности такого процесса как ползание. Во-первых, ползая, ребенок учится безопасным для себя способом ориентироваться в пространстве. Во-вторых, при ползание задействованы практически все мышцы, что очень хорошо сказывается на физическом развитии малыша. Ну а в-третьих, ползая, ребенок опирается на руки, идет мощное развитие ладоней и пальчиков малыша. Ребенок ощупывает большое количество разных фактур (все, что попадается ему "под руку" пока он ползает) и ребенок учится раскрывать ладонь, что является основой для дальнейшего развития мелкой моторики.

А затем добавляются все более сложные игры для развития моторики - манипуляции с предметами, нанизывания, вырезания, все виды творчества, игра на музыкальных инструментах.

Как надо заниматься развитием мелкой моторики?

Чтобы помочь малышу совершенствовать мелкую моторику, нужно играть с ним в развивающие игры. Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики. Их можно разделить на следующие группы: массаж пальчиков, пальчиковые игры (игры-потешки), игры-манипуляции с предметами (в том числе с мелкими предметами), творческие игры (лепка, рисование, аппликации, раскрашивание, вырезание), графические игры (штриховка, узоры), Монтессори-игры.

Занятия по развитию моторики должны проводиться в виде весёлых и занимательных игр. Также следует применять упражнения с учётом возраста ребенка. И естественно все игрыдолжны проводиться под наблюдением взрослых. Иначе ребенок может проглотить какую-нибудь мелкую деталь или подавиться ей. Играть в игры и выполнять упражнения, развивающие мелкую моторику, нужно систематически. Занимаясь с ребенком каждый день, вы скоро заметите, что движения вашего малыша с каждым разом становятся все более плавными, четкими и скоординированными

Какие игры и упражнения развивают мелкую моторику?

**1. Массаж ладошек**

Массаж начинают делать с самого раннего возраста. Самое простое - лёгкий поглаживающий массаж ладони по часовой стрелке. В центре ладони находится очень важная точка - центр развития речи. Кроме того следует массировать пальчики в направлении от кончиков к запястью, растирая их со всех сторон, а затем легко надавливать на подушечку каждого из них. Затем каждый пальчик несколько раз согнуть и разогнуть. Делать такой массаж надо по 2-3 минуты ежедневно. Он помогает воздействовать на активные точки, связанные с корой головного мозга.Это самый простой и универсальный для любого возраста способ развития мелкой моторики.

**2. Пальчиковые игры** и "бабушкины игры-потешки"

На ладошках и на стопах есть проекции всех внутренних органов. И все пальчиковые игры и “бабушкины потешки” — не что иное, как массаж в игре. Они не только помогают сделать ручки ловкими, но также настроить правильную работу внутренних органов, улучшить эмоциональный фон (ведь обычно все дети играют в них с удовольствием).

«Ладушки-ладушки»

- "Ладушки, ладушки" (выпрямите пальчики малыша на своей ладони).

- "Где были? У бабушки!" (соедините его ручки ладошка к ладошке).

- "Что ели? Кашку!" (хлопните в ладоши).

- "Что пили? Бражку!" (хлопните в ладоши).

- "Кашка масленька, бражка сладенька, бабушка добренька" (хлопайте в ладоши).

- "Попили, поели , шууууу полетели!" (помашите ладошками как крылышками)

- "На головку сели!" (положите раскрытые ладошки малыша ему на голову - это самый важный момент: малыш прикасается к своей голове, раскрывая ладонь на круглой поверхности).

Это наверно одна из самых известных игр-потешек, которая научит ребенка разжимать пальчики и раскрывать ладошки (а если ладошка научится раскрываться, то и головка активнее начнет работать).

**3. Разрывание бумаги**

Это упражнение подходит деткам с 7 месяцев. Можно дать малышу старые газеты или листы мягкой цветной бумаги. Дети сначала начнут ощупает новы материал, вертеть в руках и ну а потом уже и рвать. Обычно деткам нравится рвать.

**4. Перелистывание страниц**

После года разрывание бумаги можно заменить перелистыванием страниц какой-нибудь книжки с картинками или журнала. Начинать лучше все же с картонных книг, тогда риск распрощаться с книгой минимизируется.

Ниже - игры на манипулирование с предметами

**5. Бусы**

Детям нравится перебирать мелкие предметы, и это очень полезно. Поэтому можно надеть на себя какие-нибудь бусы с бусинами различного размера и формы. Ребенок будет с интересом перебирать их пальчиками. Для этих целей хорошо подойдут слингобусы.

А еще можно предложить малышу специальные игру - бусы для нанизывания. Они могут быть деревянные, пластмассовые или из любого другого материала, на ваш выбор

**6. Вкладыши**

Это могут быть и рамки-вкладыши, которые помимо развития моторики формируют у ребенка понятие о форме предметов, и стаканчики-вкладыши, которые формируют у ребёнка понятие о размере предметов, а еще из них можно строить башни, домики, вкладывать их друг в друга, вынимать. Игр можно придумать много, главное включить фантазию)))

**7. Крупы, песок и т.п.**

Их можно перебирать, пересыпать, перекладывать рукой, ложкой... в общем все опять же зависит от вашей фантазии. Игры с крупой хорошо развивают мелкую моторику и тактильные ощущения.

- В миску можно насыпать любую крупу и дать её малышу. Он будет трогать крупу рукой или просыпать её сквозь пальчики.

- В миску можно насыпать разные крупы и дать ребенку по очереди опускать руку в каждую из мисок. Так он сможет прощупать разные крупинки и брать их пальчиками.

- Можно усложнить задачу. На глазах ребенка закопать какой-нибудь маленький предмет в крупу и и предложить ему найти этот предмет.

- С возрастом ребенка можно попросить отделить к примеру горошины от риса...

- Или накормить любимую игрушку бобами...

- Или сделать дорожку из фасоли...

- Или научить рисовать на песке...

Для этого вам понадобится поднос и песок (песок можно заменить манной крупой). Насыпьте песок на поднос, возьмите пальчик ребенка в свою руку и проведите им по песку. Начать можно с простых фигур – линий, прямоугольника, круга, постепенно усложняя задание.

**8. Крышки, ключи, замки, выключатели....**

Такое простое занятие, как завинчивание и раскручивание крышек банок, бутылок, пузырьков развивает ловкость пальчиков.

Пусть дети учатся включать-выключать с помощью выключателей...

Вставлять ключи в замки...

Открывать-закрывать задвижки...

Надевать цепочки...

**9. Застегивание, расстегивание и шнуровка**

Для этого упражнения не потребуется никаких дополнительных игрушек. Постепенно включайте ребенка в процесс одевания. Пусть сам застегивает и расстегивает себе пуговицы и молнии. Это не только разовьет движения рук, но и приучит ребенка к самостоятельности. Еще дайте ребенку какой-нибудь ненужный ботинок со шнуровкой, который станет прекрасным тренажером для рук.

При желании можно купить шнуровки - они продаются в любом магазине игрушек.

**10. Лепка**

Лепка подходит для детей разного возраста. Лепить можно из пластилина, глины, теста. Когда собираетесь что-то испечь, обязательно позовите с собой ребенка. Ему очень понравится мять и раскатывать тесто. К тому же он будет горд, что помогает маме.