

Упражнения для развития мелкой моторики

(рекомендации для родителей)

Подготовила: учитель - логопед
Марина Викторовна Назарова



1. Рисование - можно предложить ребенку необычную форму рисования - без кисточки. Для вовлечения детей в деятельность можно рассказать историю, о том, как "Мышка очень любила рисовать кисточкой, что даже прибежала и забрала наши кисточки. А мы детки добрые и не будем расстраиваться, что наши кисти у мышки, пусть рисует на здоровье. Мы будем творить пальчиками, которые на время превратятся в волшебные кисточки". Такое оригинальное рисование расковывает творческие возможности ребенка, позволяет почувствовать краски, их характер и настроение.

2. "Пальчиковые бассейны" - в контейнер, любой формы насыпать бусины либо крупу (горох, фасоль) высотой не меньше 6 см. Проведение пальчиковой гимнастики в таком "бассейне" способствует активизации двигательной кинестезии, улучшает динамику праксиса. Дополнительно, поиск предметов различной формы, величины, фактуры позволяет максимально активизировать пальчиковый гнозис, ощущения.

3. Игры с бусинами: "Нанизывание на нить" - можно использовать и задавать определенный рисунок последовательности бусин непосредственно на нити.

Игра: "Выложи бусины по контуру" - предложить ребенку взять любую фигуру, которая нравится, и обвести ее карандашом на листе бумаги, потом брать по одной бусине и выкладывать по обведенному контуру (можно взять крупу).

4. Игра: "Шнуровка" - берется картонная фигура или карточка, на которой находятся отверстия (можно изготовить самим такую карточку, сделать отверстия и окрасить их в разные цвета, чтобы позже при выполнении задания менять направления нитей). Предложить ребенку взять шнурок (длинную толстую нить) и продеть его через отверстия в фигуре или карточке.

5. Игра: "Составление фигур из счетных палочек" ребенку предлагается выложить на столе перед собой по образцу, затем по памяти и наконец, самостоятельно, по представлению разные фигуры.

6. Игра: "Составление из частей, целого" - это могут быть пазлы из разных материалов. Использование разных материалов способствует развитию тактильных

ощущений, терпения, внимания. Расширяет кругозор детей о многообразии материалов, из которых люди делают предметы.

Все эти предлагаемые варианты для развития мелкой моторики плодотворно влияют не только на развитие мелкой моторики, но и развитие общей моторики. Которая в свою очередь, влияет на развитие правильной речи у дошкольников. Используется пальчиковая гимнастика для развития мелкой моторики рук. Она устанавливает тесную связь между речевой функцией и общей двигательной системой. Совокупность движений тела и речевых органов способствует снятию напряженности, монотонности речи, соблюдению речевых пауз, учит управлять своим дыханием, формированию правильного произношения, а подключение к работе тактильных ощущений улучшает и ускоряет запоминание стихотворного текста.

Варианты пальчиковой гимнастики:

1. «Дружба».

Дружат в нашей группе
Девочки и мальчики.
Мы с тобой подружим
Маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять,
Начинай считать опять.
Раз, два, три, четыре, пять,
Мы закончили считать.

Пальцы обеих рук несколько раз ритмично соединяются в замок. Пальцы поочередно касаются друг друга, начиная с мизинца.

2. «В гости».

В гости к пальчику большому
Приходили прямо к дому
Указательный и средний,
Безымянный и последний,
Сам мизинчик - малыш
Постучался на порог.
Вместе пальчики - друзья,
Друг без друга им нельзя!

Выполняется движение пальцев согласно тексту (загибаем пальцы).

3. «Замок».

На двери висит замок
Кто открыть его бы мог?
Потянули,
Покрутили,
Постучали
И открыли!

Пальцы ритмично соединяются в замок несколько раз.

Руки тянутся в разные стороны. Ладони трутся друг о друга. Основания ладоней стучат друг о друга. Пальцы расцепляются.

. «Пальчики».

Сгибать пальчики по очереди, начиная с большого.

Большой пальчик сливы трясет,
Второй их собирает,
Третий в дом несет,
Четвертый высыпает,
Самый маленький - шалун все, все
съедает.

Также, для развития общей и мелкой моторики можно использовать упражнения для развития межполушарного взаимодействия. Это перекрестные упражнения для рук. При регулярном выполнении перекрестных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию высших психических функций. Для развития межполушарного взаимодействия можно предложить следующие перекрестные упражнения:

1. «Кулак - ребро – ладонь».

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющие друг друга: ладонь на плоскости; ладонь, сжатая в кулак; ладонь ребром на плоскости стола; распрямленная ладонь на плоскости стола. Предложить ребенку выполнять сначала вместе, затем - самостоятельно. Сначала выполнять правой рукой, затем левой, потом - двумя руками одновременно. Для усвоения данного упражнения, рекомендуется произносить команды вслух. Усложнение данного упражнения состоит в ускорении смены положения рук.

2. «Зеркальное рисование».

Положить на стол чистый лист бумаги; взять в обе руки по карандашу или фломастеру; начать рисовать одновременно обеими руками зеркально - симметричные рисунки. К примеру: круги, квадраты, линии и др. При выполнении этого упражнения ребенок чувствует, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обеих полушарий синхронизируется, заметно увеличивается эффективность работы всего мозга.

3. «Ухо – нос».

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой - за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши; затем поменять положение рук (с точностью до наоборот). Усложнение упражнения состоит в увеличении темпа смены рук.

Мелкая моторика является ни чем иным, как скоординированной работой мышечной, костной и нервной систем организма. Понимание значимости развития мелкой моторики сохранит не только физическое и психическое здоровье ребенка, но и оградит его от дополнительных трудностей обучения в школе.