

Игры и упражнения для развития мелкой моторики дошкольников

Рекомендации родителям

Развивать мелкую моторику можно с помощью специальных игр и упражнений, рисования, лепки, конструирования, аппликации, вышивания, различных игр с мелкими предметами (подбор частей разрезных картинок, перекладывание, сортировка горошин, палочек, пуговиц и других мелких предметов), пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением и без него, пальчикового театра, упражнений по подготовке руки к письму (работа с трафаретами, шаблонами, фигурными линейками, объемными и плоскостными изображениями предметов). Все ограничивается только фантазией самих взрослых.

Пальчиковая гимнастика

Наши руки, наши пальцы тесно связаны с развитием речи. И игра с пальчиками и ладонями ребенка, даже самая простая, стимулирует развитие речи и мелкую моторику. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка. Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями. Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений. У малыша развивается воображение и фантазия.

Важно все игры проводить и на правой руке, и на левой.

«Засолка капусты»

Мы капусту рубим, рубим.

(Движения прямыми кистями вниз-вверх.)

Мы морковку трем, трем,

(Движения кулачками к себе и от себя.)

Мы капусту солим, солим,

(Движения пальцами, имитирующие посыпку солью.)

Мы капусту жжем, жжем.

(Интенсивное сжатие обеих рук в кулак.)

«Помощники»

Мы сегодня помогали,

(Постукивание кулачками одним о другой, меняя положение рук — то одна рука сверху, то другая.)

Со стола все убрали.

(Движение рук от себя влево и от себя вправо.)

Перемыли все тарелки,

(Поглаживание ладошек.)

И разбили лишь одну.

(Поворачиваем кисти рук то ладонями вверх, то вниз, пожимая плечами.)

А потом мы подметали,

(Делаем вид, что подметаем, немного наклоняясь.)

Веник мы у мамы взяли.

Мыли пол, пыль вытирали.

(Делаем плавные движения руками влево, вправо и вверх, вниз.)

Очень сильно все устали.

(Проводим то одной рукой по лбу, то другой.)

«Мы писали, мы писали, наши пальчики устали...» под этот стишок делают расслабляющие движения, словно стряхивают воду с рук.

Мы писали, мы писали,
(Сжимаем и разжимаем кулачки.)
Ручки в стороны убрали.
Два прихлопа, два прихлопа
Топаем, хлопаем.
Началась опять работа.
(Потираем ладонью о ладонь.)
В небе птицы пролетали
(Руки чуть подняты над головой)
Птицы крыльями махали.
(и перекрещены, взмахи кистями рук.)
Ветер дул навстречу им,
(Машут руками на лицо, словно обмахиваясь веером.)
Словно властный господин.

Игры и упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов

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)

Сортировка мелких предметов

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

1. Насыпьте в миску любую крупу (лучше фасоль и горох). Пусть малыш сжимает её в кулачках, пропускает между пальцами. Такой массаж полезен для мелкой моторики и снимает напряжение.
2. Перемешайте 2-3 вида крупы или макароны, и предложите ребёнку её рассортировать в разные стаканчики. Объясните, что крупинки надо брать по одной тремя пальчиками. Это развивает мелкую моторику и умение правильно держать карандаш (ручку). Крупы должно быть немного, чтобы не пропал интерес к такому занятию и был получен результат.

Вырезание ножницами

Вырезание различных фигурок из старых открыток, журналов - полезное и увлекательное занятие.

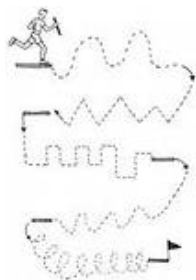
Игры - шнуровки

В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика, 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.

Отработка графических навыков

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 завершенный рисунок.



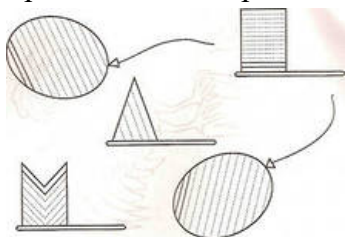
Штриховки с различным направлением движения руки

Штриховка - одно из важнейших упражнений.

Правила штриховки:

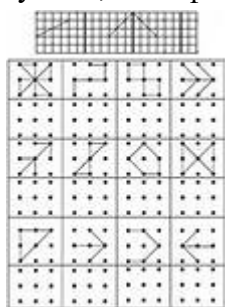
- Штриховать только в заданном направлении.
- Не выходить за контуры фигуры.
- Соблюдать параллельность линий.
- Не сближать штрихи, соблюдать расстояние

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: «Нарисуй фигурку по точкам, как на образце». Выполнять задания следует следующим образом: карандаш или ручка не отрывается от листа бумаги, лист фиксируется, и его положение не изменяется.



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 блюдце, 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.

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

Ежедневно предлагайте детям такие занятия!