

Игры и упражнения для развития мелкой моторики

➤ *Упражнения на развитие статической координации движений.*

«**Буквы**» — изобразить руками буквы О, Л, М, П, Т и др.

«**Замок**» — соединить пальцы обеих рук в замок, на слова «чик-чик» (поворот ключа) разъединить.

«**Олень здоровается**» — скрещенные руки поднять вверх, пальцы широко раздвинуть, головой и руками делать легкие полунаклоны вперед.

➤ *Упражнения на развитие динамической координации движений.*

«**Пальчики здороваются**» — на счет 1, 2, 3, 4, 5 соединяются кончики пальцев обеих рук — большой с большим и т. д.

«**Пальцеход**» — на плотном ковролине нашито 20 пуговиц — по 10 в 2 ряда. Ребенок нажимает указательными пальцами обеих рук на пуговицы, имитируя ходьбу.

«**Необычное животное**» — показать, как передвигается животное, у которого пять ног, по столу (сначала правой, а затем левой рукой).

«**Командир**» — сжать руку в кулачок, разжимать пальцы по одному со счетом: «Ты командир, а твои пальчики — солдаты. Командуй: раз, два, три...»

➤ *Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость.*

«**Кулак — ладонь**» — поочередное выполнение движений каждой рукой, затем обеими руками вместе. Выполнение обеими руками может быть одновременное или разновременное (одна кисть руки сжата, другая выпрямлена, и наоборот).

«**Кулак — ребро — ладонь**» — поочередное выполнение движений каждой рукой, затем обеими руками вместе.

Развитие моторики, графомоторных навыков.

Одним из факторов психологического базиса для развития высших психических функций у детей является развитие крупной (или общей) и мелкой (или ручной) моторики. Моторика — это совокупность двигательных реакций, свойственных детскому возрасту.

Доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Результаты исследования показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук. Тонкая моторика — основа развития, своего рода «локомотив» всех психических процессов (внимание, память, восприятие, мышление, речь).

Несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук затрудняет овладение письмом и рядом других учебных и трудовых навыков.

Психологи утверждают, что упражнения для пальцев рук развивают мыслительную деятельность, память и внимание ребенка.

В процессе выполнения двигательных заданий дети получают знания о свойствах разных предметов и пособий (цвет, форма, качество материалов); знакомятся с особенностями передвижений в пространстве, возможными направлениями движения; определяют местоположение одних предметов по отношению к другим и к самому себе, ориентируются в схеме собственного тела и т. д. При этом познание происходит на основе восприятия разной модальности (кинестического, осязательного, зрительного, кинестетического и др.), а также речи.

Для успешного овладения чтением, письмом и другими школьными навыками важно сформировать у детей не только зрительно-моторные, слухо-моторные координации, но и координации разных частей тела (например, поза туловища и наклон головы при письме).

Для *формирования тонко координированных графических движений* полезны следующие упражнения:

- штриховка в разных направлениях с различной силой нажима и амплитудой движения руки;
- раскрашивание листа в разных направлениях с ограничением и без ограничения закрашиваемой поверхности;
- обведение рисунка по контуру, копирование;
- рисование по опорным точкам;
- дорисовывание изображений;
- рисование по клеточкам и на другой ограниченной поверхности;
- разлиновка;
- графический диктант.

Превращение зрительного образа с помощью движения руки в графический знак требует навыков организации движения в пространстве (т. е. динамической организации двигательного акта) и сформированности ряда координации — зрительно-моторных, слухо-моторных, слухо-зрительных. В связи с этим подготовка к письму имеет несколько направлений: развитие тонко координированных движений пальцев и кистей рук; ориентирование на нелинованном и линованном (сначала в клетку, а затем в линейку) листе бумаги; обучение правильной посадке и использованию письменных принадлежностей; отработка элементарных графических навыков; формирование навыков соотнесения звука и буквы.

Работу по развитию мелкой моторики надо начинать задолго до поступления ребенка в школу, так как техника письма требует слаженности работы мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного внимания

Развивая мелкую моторику и координацию движений руки, Вы влияете на речевое развитие ребенка и готовите его к овладению навыком письма.