

## **Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста.**

Сегодня каждый родитель понимает важность развития мелкой моторики рук для полноценного развития личности ребенка. Речь идет не только о развитии ног и рук, но и о совершенствовании процессов мышления и речевой функции.

### **Что такое мелкая моторика?**

Мелкая моторика (или пальцевой праксис) – это способность выполнять точные и мелкие движения кистями и пальцами рук. Ее развитие зависит от скоординированных действий сразу нескольких систем – мышечной, нервной и костной.

Область мелкой моторики включает в себя различные движения – от самых простых (хватание игрушки) до сложных (рисование и письмо).

### **Роль мелкой моторики**

Развитие мелкой моторики благоприятно влияет на общие навыки ребенка. Объясняется это тем, что в процессе взаимодействия систем происходит быстрое формирование связей между нейронами.

Вовлечены следующие сферы:

- **Воображение.** Учеными доказано, что просмотр картинок не отличается от работы с придуманными образами с точки зрения работы головного мозга. Воображение способствует развитию пространственного мышления и креативности.

- **Планирование.** Ребенок при взаимодействии с предметами учится оценивать вероятные последствия того, что он делает. У детей формируется понимание того, что им нужно сделать для достижения нужного им результата.

- **Развитие речи.** Когда малыш ощупывает предметы, то в мозг поступают нервные импульсы, в результате чего оказываются задействованы соседние центры (включая речевой).

- **Усидчивость.** Игры и упражнения делают детей более усидчивыми и терпеливыми. Они учатся концентрироваться на определенной задаче для достижения цели.

- **Память.** После занятий лучше запоминаются зрительные образы.

Развитие мелкой моторики у детей проходит постепенно, потому что это индивидуальный процесс и у каждого малыша он проходит своими темпами. Поначалу движения будут неаккуратными и неуклюжими, но специальные игры помогут ему в формировании этих навыков.



## Упражнения и игры

Существует большое количество упражнений, игр и занятий для развития мелкой моторики у детей. Их условно можно разделить на несколько категорий: массаж, рисование и лепка, пальчиковые игры и игры с мелкими предметами.

Соответственно, для каждого возраста есть свои определенные игры для развития мелкой моторики, поэтому рассмотрим основные из них.

### Упражнения для детей до 3 лет

Пальчиковые игры являются наиболее подходящим вариантом занятий для детей раннего возраста. Их можно сопровождать различными песенками, присказками и прибаутками.

#### «Сорока-ворона кашу варила»

Это игра – массаж. Необходимо поглаживать ладошки ребенка, массируя их и побуждая его сжимать и разжимать пальчики. Свои действия сопровождаем присказкой:

«Сорока-ворона кашку варила, деток кормила и говорила:

Этот (берете большой палец ребенка) – воду носил,

Этот (указательный) – дрова колол,

Этот (безымянный) – кашу варил.

А ты (мизинец) – за водой не ходил,

Дров не колол, печку не топил, кашу не варил.

Не будет тебе каши!».

### **«Ладушки»**

Это популярная игра, которая может использоваться с самого раннего возраста. Нужно взять ручки ребенка в свои ладони и, слегка похлопывая его ладошками, проговаривать:

«Ладушки – ладушки,

Где были? – У бабушки!

- Что ели? – Кашку,

Разбили чашку, хлоп!»

### **Разрывание бумаги**

Это упражнение подходит для детей с семи месяцев. Ребенку нужно дать несколько листов цветной мягкой бумаги. Она приятна на ощупь, поэтому он будет с большим желанием ощупывать ее, рассматривать, вертеть в руках и рвать.

### **Перелистывание страниц**

После 12 месяцев можно заменить разрывание бумаги на перелистывание страниц какого-нибудь журнала или книги. Страйтесь донести до малыша, что он должен перелистывать каждую страницу, одну за одной.

### **Советы родителям**

Чтобы упражнения и игры давали свой результат, родителям важно знать о нескольких правилах:

- Ваши занятия должны вызывать интерес у ребенка. В противном случае он просто не будет выполнять то, что вы ему говорите. Нагрузка должна быть адекватной его возрасту, а упражнения нужно проводить в игровой форме.

- Принимайте активное участие. Занятия дома крайне важны, ведь для ребенка вы – это самый близкий человек. Совместные занятия мотивируют его, помогают укреплять взаимоотношения.
- Почаще хвалите ребенка. Для детей крайне важно получить одобрение того, что они делают. Даже если занятия будут очень увлекательными, но ребенок не будет чувствовать, что вы цените его усилия, то он быстро потеряет к ним интерес.
- Не делайте упражнения слишком длительными. Не нужно доводить до переутомления малыша, иначе ваши с ним занятия будут у него ассоциироваться не с совсем приятными впечатлениями.
- Используйте специальные игрушки для развития мелкой моторики. Это могут быть сенсорные коврики, музыкальные игрушки с клавишами, деревянные или пластиковые погремушки и т.д. Для этих целей очень полезны сортеры. И старайтесь держать все эти игрушки в отдельном месте, куда нет доступа у ребенка. В противном случае он быстро потеряет к ним интерес, ведь детям раннего возраста интересно все то, что им не хватает в повседневной жизни.
- Занятия должны быть ежедневными. Не нужно думать, что вы проведете одно очень длинное занятие и это будет полноценной заменой нескольким коротким упражнениям.
- Постепенно переходите от простого к сложному. На первых этапах можно выполнять все самостоятельно, демонстрируя малышу, как правильно он должен делать. В дальнейшем нужно добиваться от него, чтобы он делал все сам.

Начинать заниматься можно с самого раннего возраста, при этом не нужно останавливаться, даже если ребенок пошел в школу. При условии периодичности проведения упражнений и игр, вы уже в скором времени заметите, как движения ребенка становятся более четкими и акцентированными.