**Что такое мелкая моторика рук?**

Все мамы знают, 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?

Два термина**мелкая**(тонкая) **моторика**и**крупная**(общая)

**моторика**имеют одно общее слово в названии, а именно,**моторика.**

**Моторика** (от латинского *motus*— движение) — двигательная активность организма или отдельных органов.

**Крупная моторика** — это осуществление движений крупными мышцами тела. Это основа физического развития человека, основа, на которую впоследствии накладываются более сложные и тонкие движения мелкой моторики.

**Мелкая моторика** – это движения, осуществляемые мелкими мышцами человеческого тела, способность выполнять задачи, требующие скоординированной работы глаз и рук.

Итак!

**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.

Мелкая моторика развивается естественным образом, начиная с младенческого возраста на базе общей моторики. Сначала ребёнок учится хватать предмет, после появляются навыки перекладывания из руки в руку, так называемый "пинцетный захват" и т. д., к двум годам он уже способен рисовать, правильно держать кисточку и ложку. В дошкольном и раннем школьном возрасте моторные навыки становятся более разнообразными и сложными. Увеличивается доля действий, требующих согласованных действий обеих рук.

**Влияние развития мелкой моторики на обще развитие детей.**

«Ум ребёнка находится на кончиках пальцев»

**"Чем больше уверенности в движении детской руки, тем ярче речь ребенка,** **чем больше мастерства в детской руке,** **тем ребенок умнее".**

**В. А. Сухомлинский**

Значение мелкой моторики очень велико. Ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет:

- логически рассуждать;

-у него хорошая зрительная и двигательная память;

-мышление,

-внимание,

-координация,

-воображение,

-наблюдательность.

-Связная речь, так же  напрямую связана с полноценным развитием речи.

Ученые, занимающиеся исследованиями головного мозга и психического развития детей, давно доказали связь между мелкой моторикой руки и развитием речи. Дети, у которых лучше развиты мелкие движения рук, имеют более развитый мозг, особенно те его отделы, которые отвечают за речь. 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. Иначе говоря, чем лучше развиты пальчики малыша, тем проще ему будет осваивать речь.

Мелкая моторика развивается постепенно, это **индивидуальный процесс и у каждого ребенка он проходит своими темпами**. Но,

**Развитие мелкой моторики можно ускорить следующими способами:**

1.Массаж и самомассаж рук.

Несложным, но весьма эффективным методом развития моторики рук является массаж, самомассаж.

2.Самообслуживание

-Одевание и раздевание, включает застегивание и расстегивание пуговиц, молний, шнурков.

-гигиены тела (мыть руки и лицо, вытирать их полотенцем, пользоваться носовым платком и салфеткой).

3. Водные процедуры, переливание воды (мытье посуды, стирка кукольного белья (объяснить и показать предварительно все процессы: смачивание, намыливание, перетирание, полоскание, отжимание));

4. Пальчиковые игры - это уникальное средство для **развития мелкой моторики** и речи ребенка

5. Мять, рвать, уплотнять, раскатывать и делать разные манипуляции с бумагой.

6.Аппликация. Оригами. Плетение.

7.Шнуровка

8.Застёгивание пуговиц, *«Волшебные замочки»* - играют немаловажную роль для пальцев рук

9. Игры с песком, крупами, бусинками и другими сыпучими материалами - их можно нанизывать на тонкий шнурок или леску (макароны, бусины, пересыпать ладошками или перекладывать пальчиками из одной емкости в другую, насыпать в пластиковую бутылку с узким горлышком и т. д.

10.Работа с природным материалом (жёлуди, шишки, орехи, веточки, почки, листья, яичная скорлупа).

11. Игры с глиной, пластилином или тестом.

12.Угадывание предмета с закрытыми глазами на ощупь.

13. Рисование,раскрашивание карандашами. Именно карандаши, а не фломастеры, *«заставляют»* мышцы руки напрягаться, прикладывать усилия для того, чтобы оставить на бумаге след – ребенок учиться регулировать силу нажима, для того, чтобы провести линию, той или иной толщины, раскраски.

14. мозаика, пазлы, **конструктор .**

15. Графические упражнения: штриховка, дорисовка картинки, графический диктант, соединение по точкам, продолжение ряда и т.д.

**Развитие мелкой моторики через пальчиковую гимнастику в разных возрастных группах дошкольного возраста.**

**Что же происходит, когда ребёнок занимается пальчиковой гимнастикой?**

1.Движение пальцами стимулирует развитие речи.

2.Повышается речевая активность ребёнка.

3.Концентрируется внимание.

4.При упражнениях, сопровождаемых короткими стихотворными строчками, речь становится более чёткой, ритмичной, яркой.

5.Развивается память.

6.Развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.

7.Хорошая подвижность и гибкость кистей рук и пальцев облегчит овладение навыком письма.

В своей работе я часто использую различные стихотворные комплексы для развития мелкой моторики. Выполняя задания с детьми, стараюсь всегда помнить о том, что лучше проделать одно упражнение несколько раз, но добиться ощутимого результата, чем «пробежаться» по нескольким упражнениям и остаться на прежнем уровне.

Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка каких – либо рифмованных историй, сказок при помощи рук.

**Практическое занятие с родителями по обучению пальчиковой гимнастики.**

Наверное, каждый из вас хорошо помнит своё детство. И, глядя на своих детей, мы часто думаем о том, как хорошо было в нашем детстве…

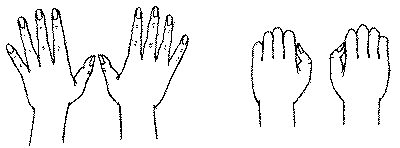
И конфеты были слаще, и мороженое вкусней…

Предлагаю вам ненадолго окунуться в прекрасный и волшебный мир детства…

И вместе со мной сделать пальчиковую гимнастику для деток дошкольного возраста.

Мы будем переходить от более лёгких вариантов к более сложным.

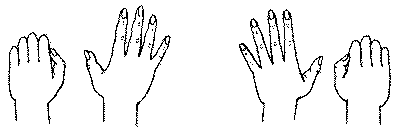
**1.Фонарики.**

Исходное положение. Расположить ладони перед собой, выпрямив и раздвинув пальцы. Сжимать и разжимать пальцы на обеих руках одновременно, сопровождая движения соответствующими фразами.

Фонарики зажглись!  
*(пальцы выпрямить)*

Фонарики погасли!  
*(пальцы сжать)*

Упражнение выполнять несколько раз.

**Усложняем**

Пальцы правой руки выпрямлены, пальцы левой руки сжаты. Пальцы левой руки выпрямлены, пальцы правой руки сжаты. Выполнять упражнение сначала медленно, затем ускорить темп. Упражнение можно выполнять сначала на счёт.

**Мы фонарики зажжём,  
А потом гулять пойдём!  
Вот фонарики сияют,  
Нам дорогу освещают!**

**2.Печём блины.**

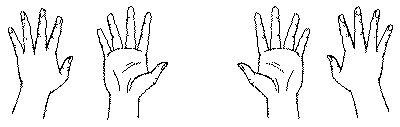
Попеременно касаться поверхности стола тыльной стороной кисти руки и ладонью.

Мама нам печёт блины,

Очень вкусные они.

Встали мы сегодня рано

И едим их со сметаной.

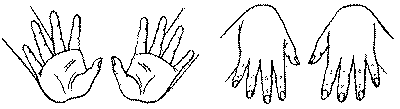
**Усложняем**

а) левая рука касается стола ладонью, правая рука - тыльной стороной;

б) смена позиции. Теперь левая рука касается стола тыльной стороной, правая рука касается стола ладонью.

**3.Флажки.**

Одновременно опускать и поднимать ладони, сопровождая движения стихами.

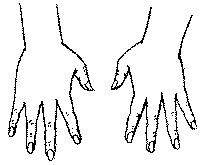
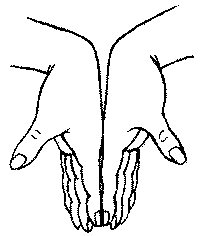
Я в руках флажки держу   
И ребятам всем машу!

**Усложняем.**

Левая рука-выпрямлена, поднята вверх, правая рука-опущена вниз. Смена позиции. Левая рука-опущена вниз, правая рука-поднята вверх.

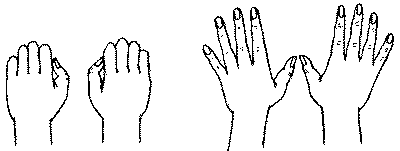
**4.** **Корни**

Исходное положение. Ладони опущены вниз. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Удерживать руки в таком положении. После упражнения расслабить кисти рук, встряхнуть руками.

**Высокие красивые****деревья здесь растут,**  
*(показать руками "деревья")*  
**А корни под землёю  
для них водичку пьют.**  
*(Показать руками "корни".)*

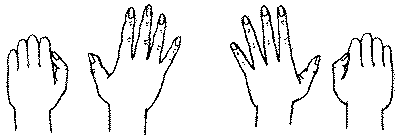
**Усложняем**

Исходное положение. Ладони опущены вниз и прижаты друг к другу тыльной стороной. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Удерживать в таком положении кисти рук, потом встряхнуть.

**5. Кошка**

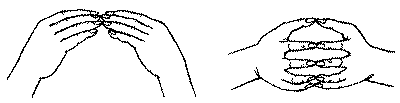
Две ладошки одновременно сжать в кулачки и поставить на стол, затем одновременно выпрямить пальчики и прижать ладони к столу.

**Кулачок - ладошка.  
Я иду, как кошка.**

**Усложняем.**

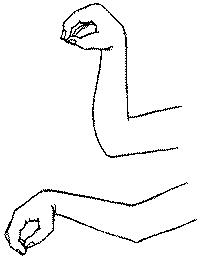
При выполнении упражнения руки располагаются на столе.  
Попеременная смена положений

Левая рука - кулачок, правая рука - ладошка.левая рука -ладошка, правая рука - кулачок.

**6. Шарик**

Исходное положение. Пальчики обеих рук собраны "щепотью" и соприкасаются кончиками.  
"Надуваем шарик": придать пальцам такое положение, какое бывает, когда руки держат мячик или шарик.  
"Шарик лопнул": пальцы возвращаются в исходное положение.

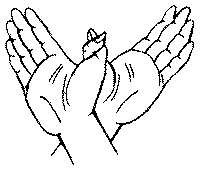
**Я надул упругий шарик,  
Укусил его комарик,  
Лопнул шарик - не беда,  
Новый шар надую я.**

**7. Птичка пьет водичку**

Исходное положение. Пальцы сложить "щепотью" - это "клюв". Не отрывая локоть от стола, "клювом" коснуться стола. Далее - имитировать движения птицы: захватить "воду", поднять "голову", пощёлкать "клювом".

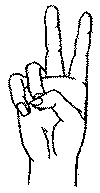
**Наклонилась, захватила,  
Подняла и проглотила.**

**8. Птичка летит**

(усложнённый вариант)

Исходное положение. Руки расположить перед собой (ладонями к себе). Большие пальцы переплести - это "голова" птицы. Остальные пальцы - "крылья". Помахать ими.

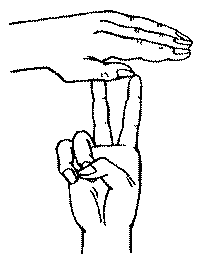
**Птички летели,**  
*(помахать "крыльями")*  
**Сели - посидели,**  
*(прижать ладони к груди)*  
**Дальше полетели.**

**9. Зайчик**

Исходное положение. Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.  
Удерживать пальцы в таком положении Упражнение выполнять сначала каждой рукой по очереди, затем - двумя руками одновременно.

**Кто там скачет на лужайке?  
Это длинноухий зайка!**

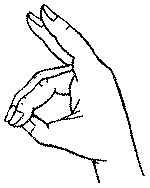
**Усложняем**

**Зайка прячется под сосной.**

Исходное положение. Левая рука - "зайчик". Правая рука - выпрямленная ладонь накрывает сверху "зайку" - это "сосна". Потом поменять положение рук. Правая рука - "зайчик", левая рука - "сосна".

**Этот зайчик - под сосной  
Этот зайчик - под другой.**

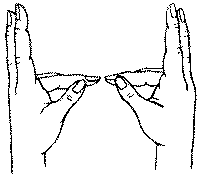
**10. Коза**

Исходное положение. Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони. Сначала упражнение выполнять каждой рукой по очереди.

**Вижу у козочки острые рожки.  
Я убегу от неё по дорожке.**

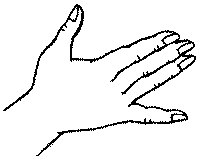
**Усложняем**

**Мостик**

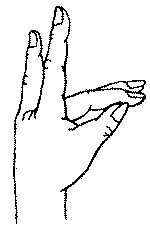
Большой и указательный пальцы левой руки выпрямить, расположить параллельно друг другу и соединить с большим и указательным пальцами правой руки. Остальные пальцы (средний, безымянный и мизинец) выпрямить, прижать друг к другу и удерживать в таком положении.

**Шла коза по мостику  
И виляла хвостиком,  
Зацепилась за перила -  
Прямо в речку угодила.**

**11. Собака**

Исходное положение. Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть.  
Мизинец то опускать, то поднимать, имитируя движение собачьей пасти.

**Ав-ав-ав - я не пугаю,  
Я с ребятами играю!**

**В****ариант 2.**

Исходное положение. Указательный палец и мизинец поднять вверх. Остальные пальцы выпрямить и собрать в "щепоть", имитируя собачью пасть.

**Шла собака через мост,  
Четыре лапы, пятый хвост.  
Если мост обвалится,  
То собака свалится.**

**Сейчас и вам понадобится особое внимание!!!**

**12. Паучок.**

Указательный палец правой руки соединяется с большим пальцем левой руки. Меняем позицию. Большой палец правой руки соединяем с указательным пальцем . Это движение чередуем несколько раз.

**Паучок, паучок,**

**Паутиночку плетёт**

Затем соединить пальцы обеих рук в замок. Не разжимая замка, поднять пальцы и помахать ими как крылышками.

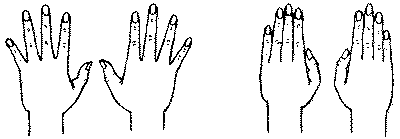
**Паутинка так мала,**

**Крепко держит мотылька.**

**А он раз - и улетел.**

**13. Дружные пальчики**

Это упражнение можно предварить небольшим рассказом о том, какое название имеет каждый палец: большой, указательный, средний, безымянный и мизинчик.  
Исходное положение. Все пять пальцев вытянуты и разведены в стороны - пальчики "поссорились". Затем все пальцы прижать друг к другу - "помирились". Чередовать эти две позиции, сопровождая словами:  
Поссорились - помирились!



**Усложняем**

От прижатых пальцев отодвигаем сначала мизинец, потом безымянный, средний, указательный, большой.

Пальцы опять оказываются прижатыми друг к другу.

**14. Уточка, камень**

Уточка-это ладошка правой руки,

Камень-кулачок левой руки.

Меняем положение

Уточка-ладошка левой руки,

Камень-кулачок правой руки.

Даже при вашей сверхзанятости можно и нужно найти несколько минут для своего маленького человечка!

Помните! Занимаясь с малышом ежедневно 5 минут, Вы в будущем сэкономите часы свободного времени!