



Мелкая  
моторика

# Что такое мелкая моторика?

- Мелкая моторика –это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании с зрительной системой в выполнении мелких и точный движений кистями и пальцами рук и ног. В применении к моторным навыкам, часто используется термин ловкость.
- К области мелкой моторики относится множество разнообразных движений: от примитивных жестов, таких как захват объектов, до очень мелких движений, от которых например зависит почерк человека.

# Что такое мелкая моторика?

- Практически каждый родитель, имеющий детей в возрасте до 7 лет, знает о том, что физическое развитие детей дошкольного возраста должно идти в соответствии с нормативами данной возрастной категории. Все знают, что мелкую моторику детей необходимо развивать, однако не всем известно, что необходимо для ее развития. С физиологической точки зрения, мелкая моторика — это работа небольших мышц, которые расположены в кистях рук.
- Кроме того, есть и еще одна не менее важная причина, на основании которой необходимо развивать мелкую моторику. Полученные навыки пригодятся ребенку в дальнейшем, когда ему будет нужно самому застегивать пуговицы или завязывать шнурки. Кроме того, от того, насколько развита мелкая моторика, зависит, с какой скоростью ребенок научится держать в руках карандаш.

# Способы развития мелкой моторики

- Как физиологически происходит развитие речи детей через развитие мелкой моторики, вы уже поняли. Теперь можно перейти к воплощению теории на практике, а именно основной методике, которая поможет достичь результатов. К таким способам относятся:
- Массаж тыльной стороны кистей, ладоней, пальцев.
- Пальчиковая гимнастика и игры с использованием мелких предметов и материалов, например, мячиков или шариков, счетных палочек или спичек.
- Специальные развивающие игрушки, к числу которых относятся разнообразные виды пирамидок, матрешек, кубиков, пазлов, рамок, магнитных фигурок и кубов-сортеров.
- Игры с пластилином, глиной или тестом.
- Специальные стенды для развития мелкой моторики или так называемые доски Сегена, изображающие различные предметы, как живые, так и неживые.
- Шнуровки и упражнения с нитками.
- Игры с песком, водой, бумагой, крупами, пуговицами, камушками или бусинами.

# На заметку



- Для того чтобы развивать мелкую моторику малыша, при подборе упражнений обращайтесь внимание на физическое развитие ребенка, так как каждый этап развития маленького человечка имеет свои особенности

# Рекомендации к родителям по проведению пальчиковых игр.

Тембр голоса, темп, выражение лица, громкость, положение тела, а не только пальцев – все имеет значение. Упражнения необходимо подбирать с учетом возрастных особенностей. Играйте вместе с ребенком при этом демонстрируя собственную увлеченность. При необходимости оказывайте ребенку помощь. При выполнении упражнений необходимо стараться вовлекать все пальцы руки. Никогда не принуждайте. Попробуйте разобраться в причинах отказа, если возможно ликвидируйте их или поменяйте игру.

До 2-х лет: дети знакомятся с ладонью, выполняют простые движения (похлопывания, постукивания);

с 2 до 3-х лет: энергичные движения кистями рук (месим тесто, забиваем гвозди), составление простых фигур из пальцев;

с 3 до 4-х лет: дети выполняют фигуру сначала одной рукой, затем другой, потом двумя руками вместе;

с 4 до 5 лет: дети составляют фигуру из обеих рук, совмещая пальцы;

с 5 до 7 лет: дети рассказывают руками стихи с частой сменой рук.

# Немного рекомендаций...



- Гимнастика для пальцев — пальчиковые игры — являются самыми известными и эффективными упражнениями, благодаря которым сенсомоторное
- развитие происходит в интересной и увлекательной
- форме.
- Постепенно, исходя из возрастных особенностей детей,
- игры усложняются и могут дополняться различным реквизитом, например, кубиками, домиками и прочими мелкими предметами.
- Из всего разнообразия лучше всего выбирать те игры,
- где тренируется каждый палец в отдельности, а также существуют чередующиеся элементы расслабления, напряжения и растяжки. Во время тренировки необходимо выполнять упражнения в полную силу, иначе ожидаемого результата не будет. Однако, давая нагрузку, учитывайте особенности физического развития детей, не требуйте от них сразу многого. Для достижения хорошего результата важно регулярно делать упражнения. Они могут быть как частью образовательного процесса, так и элементом домашних дел

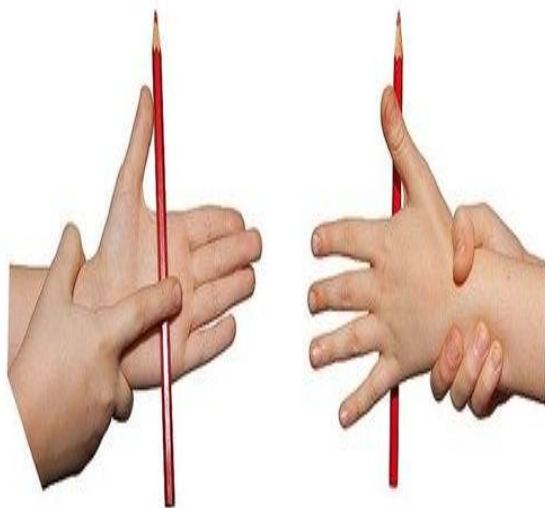
# • ИГРЫ С ПАЛОЧКАМИ (КАРАНДАШАМИ)



- Оборудование: деревянные (желательно из твердых пород дерева) палочки диаметром 1,5-2 см, длиной 10-15 см с закругленными концами; наборы не заточённых карандашей с круглой и ребристой поверхностью.
- Примечание. Большинство упражнений выполняются для каждой руки попеременно, затем двумя руками одновременно с двумя палочками.



# • ИГРЫ С ПАЛОЧКАМИ (КАРАНДАШАМИ)



- УПРАЖНЕНИЯ С КАРАНДАШОМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ
- 1 - катаем карандаш по столу ладошкой (ладошками)
- 2 - добываем огонь
- 3 - горка: по тыльной стороне одной руки катим карандаш ладошкой второй руки
- 4 - вертушка: - крутим пальцами на поверхности стола карандаш
- 5 - вертолет - крутим в воздухе
- 6 - подъемный кран: двумя пальцами поднимаем (меняем пары - с большим пальчиком, без большого)
- 7 - экскаватор : одним пальцем поднимаем
- 8 - качели - зажимаем карандашик между двумя пальцами и качаем

# МАССАЖЕР “СУ-ДЖОК”

- В переводе с корейского языка Су-кисть, Джок-стопа.
- Этот метод был разработан южно-корейским ученым профессором Пак Чже Ву. Что же такое Су-Джок? Это в первую очередь самомассаж, который является частью логопедической работы: данный вид массажа не только полезен но и очень интересен детям и положительно сказывается на самочувствии.
- -Нормализует мышечный тонус, развивает координацию движений и мелкой моторики;
- -Активизирует области коры головного мозга, способствует установлению межполушарных связей;
- -Использование элементов Су-Джок терапии в различных видах деятельности.
- -Совершенствуются навыки пространственной ориентации, развивается память, внимание.
- Технология интересна тем, что подобные упражнения можно проводить не только логопедам и педагогам в детском саду, но и дома самими родителями.

# УПРАЖНЕНИЯ С ПРИМЕНЕНИЕМ МАССАЖЕРА “СУ-ДЖОК”

- Массажер “Су-Джок” – это уникальная тактильная гимнастика, которая оказывает тотальное воздействие на кору головного мозга, что предохраняет отдельные ее зоны от переутомления, равномерно распределяя нагрузку на мозг. Игровой самомассаж с массажёром проводится в виде 5-ти минутных упражнений (динамических пауз).



# Волшебные камешки.



- В каждой группе детского сада есть массажные коврики для ног. Они могут быть и покупные и самодельные. Используя эти коврики, мы добиваемся массажа ступней, что очень полезно, так как он стимулирует приток крови к активным точкам на ступнях, что в свою очередь улучшает работу организма в целом. Также массаж ступень является прекрасной профилактикой плоскостопия. Это актуально для маленьких детей, у которых ступни только формируются.
- Для детей такой коврик можно сделать ярким и красочным, что бы маленькому малышу было интересно бегать по нему.
- Занятия могут проходить как индивидуально: каждый ребенок на отдельном коврике. А можно разложить коврики в виде дорожки и походить друг за другом.

Конец!

Спасибо

за

внимание!

