

Преподаватели кафедры социологии,
общей и юридической психологии
факультета ГМУ
Волгоградского института
управления – филиала РАНХиГС
Забродина Т.И., Кузеванова А.Л.,
Малявина С.С., Мартиросян К.В.,
Сагайдак В.А., Семиколеннова Ю.Н.,
Терелянская И.В., Хачатрян А.Ю.,
Хрипунова С.В., Январь 2022 г.

Консультация для родителей:

«Значение развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста»

Что же такое мелкая моторика? Физиологи под этим выражением подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т. к. развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка? Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д.

Мелкая моторика - одна из сторон двигательной сферы, которая непосредственно связана с овладением предметными действиями, развитием продуктивных видов деятельности, письмом, речью ребенка (М. М. Кольцова, Н. Н. Новикова, Н. А. Бернштейн, В. Н. Бехтерев, М. В. Антропова, Н. А. Рокотова, Е. К. Бережная). Формирование же двигательных функций, в том числе и тонких движений рук, происходит в процессе взаимодействия ребенка с окружающим его предметным миром. Когда мы выполняем точные действия, запястья, совершая необходимые движения в разных плоскостях, регулируют положение наших рук. Маленькому ребенку трудно поворачивать и вращать запястье, поэтому он заменяет эти движения движениями всей руки от плеча. Чтобы мелкие движения были более точными и экономными, чтобы они не требовали от ребенка чрезмерных затрат энергии, ему необходимо постепенно овладевать разными движениями запястья.

Мелкая моторика – это способность человека выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук в результате скоординированных действий трёх систем: нервной, мышечной и костной. Развитие мелкой моторики у детей имеет большое значение. Исследования учёных показали, что уровень развития мышления и речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук, ручной моторики. Чем активнее и точнее движения пальцев у маленького ребёнка, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее будет ребёнок, тем быстрее он начнёт говорить. Именно поэтому на современном этапе в обучении и воспитании детей пристальное внимание уделяется детской руке. Педагоги и психологи придают большое значение развитию мелких движений пальцев рук, ручной моторики.

В то время как ребёнок выполняет различные действия своими руками и пальчиками, в голове у малыша происходит гигантская, кропотливая работа. Вам кажется, что ребёнок просто забавляется, а он тем временем активно познаёт мир и ... умнеет. Поэтому чем больше ребёнок действует, используя руки и пальчики, тем активнее у него развиваются мозг и речь. Ведь как утверждал известный педагог Василий Александрович Сухомлинский - ум ребёнка сосредоточен именно на кончиках пальцев. Чем больше у ребёнка возможностей для самостоятельного исследования окружающего, тем быстрее развивается его интеллект, тем скорее он начинает говорить.

Человеческая рука как рабочий орган начинает развиваться рано и постепенно совершенствуется в процессе разнообразной деятельности. Уже к трём годам движения рук ребёнка достигают значительного развития. Но руки ещё недостаточно ловки, подвижны. Не всегда движения целенаправленны, точны, подчиняются задаче деятельности. Особенно это относится к таким деятельности, в которых используются орудия, инструменты, требующие специальных, точно координированных движений рук. Они развиваются в процессе деятельности, путём систематического обучения и постоянных упражнений ребёнка.

Всем, конечно же, хотелось бы, чтобы ребёнок удивлял окружающих своими познаниями, и интеллект, своей развитой речью. Для этого нужно совсем немного - заниматься с ним, развивать мелкую моторику рук ребёнка.

Для развития мелкой моторики рук ребёнка существует много различных средств и все они доступны, при этом не требуют существенных затрат.

Средства развития мелкой моторики: пальчиковые игры и упражнения; шнуровки; работа с бумагой; рисование и раскрашивание; конструирование; лепка; графические упражнения, штриховка; игры со счётными палочками...

Для развития у детей рук и пальцев очень эффективны пальчиковые игры и упражнения. Доказано что игры с пальчиками развивают мозг ребёнка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию. Поэтому об играх с пальчиками и ладошками мы можем говорить как о великолепном универсальном и развивающем средстве. Пальчиковые игры и упражнения не только совершенствуют ловкость и точность движений, но и улучшают внимание, память, помогают научиться терпению, вырабатывают усидчивость. Во время игр стимулируется речевое и интеллектуальное развитие.

Кроме перечисленных выше средств эффективно использовать игры с подручными материалами. Подобные игры нравятся детям младшего возраста. Рассмотрим некоторые из них. Нанизывание на шнурок различных предметов: пуговиц, бусинок и т.д.; застёгивание и расстегивание пуговиц, кнопок, крючков; завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке; закручивание и раскручивание крышек баночек, бутылочек, флакончиков; игры с прищепками; игры с крупой.

Хотелось бы отметить, что подобранные задания и упражнения дети готовы выполнять охотно и многократно, что, в свою очередь, обеспечивает необходимую эффективность в развитии детей.

Не надо забывать, что уровень развития моторики у всех детей разный, поэтому задания и упражнения подбираются с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Главное - проявлять терпение, если регулярно заниматься с детьми, их пальчики постепенно станут более ловкими и подвижными, а движения – точными и слаженными. Что в свою очередь будет надёжным фундаментом для общего развития ребёнка. Как уже было

сказано ранее дети, у которых лучше развиты мелкие движения рук, имеют более развитый мозг. Наряду с развитием мелкой моторики рук, развиваются память, внимание, интеллект.

Помните, что, используя игры с детскими пальчиками, ладошками и ручками, развивая тонкую моторику, вы сможете положительно влиять на всестороннее развитие ребёнка. Играя в подобные игры, наши дети развиваются.

Мелкая моторика начинает развиваться уже с младенчества. Малыш учится управлять своими ручками, хватать предметы сначала всей ладонью, а затем и двумя пальчиками – формируется пинцетный захват. Затем ребёнок учится правильно держать в руках ложку, а потом и карандаш. Мелкая моторика тесно связана со зрением, памятью, восприятием, вниманием ребёнка. Чем лучше развита мелкая моторика, тем эффективнее работает нервная система ребёнка. От развития мелкой моторики зависит ловкость и гибкость движений рук, скорость реакции ребёнка на внешние раздражители.

Даже почерк каждого человека имеет свои особенности, связанные именно развитием мелкой моторики рук!

Учёные доказали тесную связь развития мелкой моторики с развитием речи у ребёнка. Оказывается, речевой центр головного мозга расположен очень близко к моторному центру, который отвечает за движения пальцев. Если стимулировать моторный центр, отвечающий за движения пальцев, то речевой центр также активизируется! Поэтому развитие мелкой моторики необходимо для быстрого и правильного формирования навыков речи.

Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики (пальчиковая гимнастика), воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

И, конечно, в старшем дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью подготовки к школе, в частности, к письму.

Развитие мелкой моторики оказывает решающее влияние на развитие речи, ловкости пальцев, стимулирует речевые зоны головного мозга. Мелкие мускулы детской руки развиваются в упражнениях. И труд, и упражнения – это не обязательно письмо. Рисование, которым любят заниматься дошкольники, игры, включающие в дело руку, самообслуживание, участие детей в домашних делах, ежедневная гимнастика, пальчиковая гимнастика – вот краткий перечень тех занятий, которые можно организовать в каждой семье.

Для достижения поставленной цели нужно соблюдать определенные правила:

- Занятия должны напоминать игру, а не уроки в школе. Можно придумать по ходу какую-то интересную историю или сказку.
- Игры и занятия должны быть систематическими. Даже во время прогулки можно помассировать малышу ручку или насобирать красивых камушков и листочков.
- В ходе игры больше разговаривайте с малышом, ведите диалог, разыгрывайте сценки.
- Важно, чтобы ребенку нравились и игрушки, и сам процесс – позаботьтесь об этом. А также искренне покажите, что вам это тоже приносит большое удовольствие.
- Нельзя заставлять маленького ученика. Дайте ему право выбора. Возможно, он хочет рисовать, а не лепить – прислушайтесь к его пожеланиям.

- Выбирайте игры и занятия, подходящие по возрасту и развитию именно вашему ребенку.
- Старайтесь перепробовать как можно больше разных способов развития мелкой моторики.
- Ни в коем случае не занимайтесь всем сразу.
- Не забывайте хвалить малыша за каждый успех – критика в этом деле не допустима!
- Контролируйте время – оно для каждого ребенка индивидуально. Не пересиживайте и не переутомляйте его.
- Не ограничивайте детей в проявлении инициативы и фантазии!

Постарайтесь, чтобы в дошкольном возрасте ваш ребенок уверенно умел проделывать следующее:

- рисовать, используя в изображении мелкие детали;
- раскрашивать, не заходя за контур и не оставляя пробелов;
- вырезать крупные многоугольные фигуры;
- лепить из пластилина мелкие детали;
- застегивать и расстегивать пуговицы;
- одеваться и обуваться;
- шнуровать обувь, завязывать шнурки, застегивать молнии;
- наливать в чашку молоко из пакета;
- умываться и чистить зубы.

Помните, что любой процесс обучения требует массу терпения и труда. Будьте мудрыми, внимательными и любящими родителями. Не пренебрегайте навсегда уходящим временем – используйте его рационально. Ведь это такое счастье – наблюдать, как растет и развивается ваш ребенок! И принимать непосредственное участие в этом увлекательном процессе!

Какие же упражнения помогут ребенку усовершенствовать свои навыки?

1. Пальчиковая гимнастика.

«Пальчиковые игры» - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и др. Дети старше 5 лет могут оформить игры разнообразным реквизитом - домиками, кубиками, мелкими предметами и т. д.

Рекомендуется использовать упражнения, в которых тренируется каждый палец отдельно (ведь в коре головного мозга имеется отдельная область проекции для каждого пальца), необходимы движения и для напряжения, и для расслабления, и растяжки. Движения пальцами нужно выполнять с оптимальной нагрузкой и амплитудой. Вялая, небрежная тренировка не дает эффекта.

Необходимо помнить, что пальчиковый тренинг применяется как средство, повышающее тонус коры головного мозга, и соблюдать осторожность при работе с детьми с повышенной судорожной готовностью. Пальчиковый тренинг включает упражнения: статические (удержание приданной пальцам определенной позы), динамические (развитие подвижности пальцев, переключения с одной позиции на другую), расслабляющие (нормализующие мышечный тонус) и др. Однако, зачастую непродуманное искусственное использование этих упражнений не вызывает у детей интереса к ним и не дает достаточного корректирующего эффекта. Эффективность занятий, интерес детей к ним можно повысить, если упражнения пальцевой гимнастики проводить во время чтения детям стихов, сказок,

рассказов, работы с ними над потешками, прибаутками, любым речевым материалом. Слушая его, дети одновременно вместе со взрослым “инсценируют” содержание прослушиваемого материала с помощью пальцевых движений и изображений персонажей, их действий и др. Разучиваемые на таких занятиях пальцевые движения дети включают в дальнейшем в самостоятельные игры-инсценировки, совершенствуя двигательные навыки пальцев рук. Для разностороннего, гармоничного развития двигательных функций кисти руки необходима тренировка трех типов составляющих: сжатия, растяжения, расслабления - следуя медицинской терминологии - сочетание попеременного сокращения и расслабления флексоров - мышц-сгибателей и экстензоров - мышц-разгибателей.

Для получения максимального эффекта пальчиковые упражнения должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.

Продолжительность пальчикового тренинга зависит от возраста детей (младший возраст до трех-четырех лет), рекомендуемое время - от 3 до 5 минут, в среднем и старшем дошкольном возрасте - 10-15 минут в день). Часть упражнений, в которых использовалась поверхность стола, выполняются сидя за столом. Таким образом, пальчиковые упражнения, при умелом их включении в контекст различных занятий и домашних дел, могут способствовать развитию у детей элементов их двигательного поведения, обусловленного игровой, бытовой или учебной ситуацией.

2. Игры с крупной, бусинками, пуговицами, мелкими камешками.

Эти игры оказывают прекрасное тонизирующее и оздоравливающее действие. Детям предлагается сортировать, угадывать с закрытыми глазами, катать между большим и указательным пальцем, придавливать поочередно всеми пальцами обеих рук к столу, стараясь при этом делать вращательные движения. Можно научить ребенка перекатывать пальцами одной руки два грецких ореха или камешка, пальцами одной руки или между двух ладоней шестигранный карандаш. Отлично развивает руку разнообразное нанизывание. Нанизывать можно все что нанизывается: пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки и т. п. Можно составлять бусы из картонных кружочков, квадратиков, сердечек, листьев деревьев, в том числе сухих, ягод рябины. Можно предложить детям выкладывать буквы, силуэты различных предметов из мелких предметов: семян, пуговиц, веточек и т. д. Все занятия с использованием мелких предметов должны проходить под строгим контролем взрослых!

3. Песочная терапия.

Податливость песка провоцирует желание создать из него миниатюру реального мира. Созданная ребенком картина из песка является творческим продуктом. Основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходит выход внутреннего напряжения и поиск путей развития.

Найдите большую коробку, заполните ее наполовину промытым и высушенным речным песком. Покажите ребенку игрушку, которую вы спрячете в этом песке, и сделайте это, когда он отвернется. Постепенно можно увеличивать количество спрятанных игрушек.

Предложите ребенку смоделировать песочную проекцию. Например, в соответствии с имеющимся опытом ребенка, попросите его изобразить зоопарк, домашних животных, лес и т. д. Пусть ребенок сам отберет необходимые материалы и смоделирует пространство.

Придумайте и смоделируйте песочную проекцию с различными ландшафтами (горы, водоемы, равнины и т. д.) на основе знакомых ребенку лексических тем (например, дикие животные). Используйте для построения проекции фигурки домашних животных.

Предложите ребенку исправить картину. Ребенок сам должен выбрать правильные фигурки животных и поместить их в свойственные им ландшафты.

Постановка знакомой ребенку сказки. Ребенок самостоятельно выбирает реквизит и строит декорации. Сказка может быть проиграна полностью по сюжету или берется за основу знакомый сюжет, а ребенок придумывает и доигрывает свое окончание сказки.

4. Вырезание ножницами.

Особое внимание уделяется усвоению основных приемов вырезания - навыкам резания по прямой, умению вырезать различные формы (прямоугольные, овальные, круглые). Получая симметричные формы при сгибании бумаги, сложенной гармошкой (хоровод) или по диагонали (снежинки), дети должны усвоить, что они вырезают не целую форму а ее половину. Прежде чем приступить к вырезыванию силуэта, следует продумать, откуда, с какого угла, в какую сторону листа, направить ножницы, т. е. планировать предстоящее действие. Игра на вырезание узоров из сложенных листочков бумаги имеет замечательное свойство: как бы коряво ни вырезал ребенок, все равно получится узор, отдаленно напоминающий снежинку или звездочку.

5. Аппликации.

Из вырезанных фигурок дети могут составлять композиции - аппликации. Для начала удобней вырезать геометрические формы и фигурки из цветных журналов, и клеящим карандашом, закреплять их на листе. Если ребенок еще мал, и вы опасаетесь дать ему ножницы, пусть рвет руками картинки из журнала или газеты - как получится; а вы будете наклеивать вырванные кусочки на чистый листок, придавая им какую-либо форму. Может получиться осмысленный коллаж.

6. Работа с бумагой. Оригами. Плетение.

Развитию точных движений и памяти помогают плетение ковриков из бумажных полос, складывание корабликов, фигурок зверей из бумаги.

Материалом для плетения могут быть прутья ивы, солома, шпон, а так же бумага, тонкий картон, ткань, тесьма, лента и др. Ребенку можно предложить сложить пополам лист бумаги, сделать ножницами ряд ровных надрезов, не выходя за контур, затем нарезать тонкие полоски другого цвета и определенным образом, соблюдая узор, вплести их между надрезов основной части коврика.

Из бумаги и картона можно изготовить игрушки для игр с водой и ветром, елочные украшения, атрибуты для сюжетно-ролевых игр, игр-драматизаций, игрушки-забавы, подарки и сувениры. Необходимо познакомить детей с инструментами для обработки бумаги, показать приемы сгибания и складывания бумаги.

В настоящее время оригами приобретает всё большую популярность среди педагогов и психологов. И это не случайно. Развивающий потенциал оригами очень высок.

Тематика оригами очень разнообразна, идет от простого к сложному. Для успешного обучения изготовления игрушек оригами с детьми в игровой форме нужно выучить обозначения заготовок (базовые формы) и условные обозначения (сейчас продается множество книг по технике оригами). В дальнейшем это облегчит изготовление и сократит время на выполнение игрушки. Для запоминания и закрепления базовых форм с детьми можно использовать следующие игры и упражнения: «Преврати квадратик в другую форму», «Угадай, во что превратился квадратик?», «Где чья тень?», «Назови правильную форму», «Определи базовую форму» и др.

На занятиях оригами эффективно использовать сказки-подсказки, они развивают интерес, облегчают изготовление и запоминание при выполнении игрушек, ведь

механические задания (провести линию сгиба, сложить пополам, сложить уголок к центру) заменяются осмысленными, с точки зрения сюжетно-игрового замысла, действием. В качестве оборудования используют листы бумаги разных цветов и готовые книги по технике оригами.

7. Лепка из пластилина, глины и соленого теста.

Можно делать единичные детали или сразу несколько и объединять их в композиции. Вы можете лепить мелкие детали сами, а малыш может собирать готовую композицию.

Лепим колбаски, колечки, шарики; режем пластилиновую колбаску пластмассовым ножом на множество мелких кусочков, а потом слепляем кусочки снова. Из каждого маленького кусочка делаем лепешку или монетку. (Можно надавить на лепешку настоящей монеткой или плоской игрушкой, чтобы получить отпечаток.)

Оклеиваем полученными лепешками баночки, веточки, и т. д. Выкладывание из пластилина заданного рисунка шариками, колбасками на фанере или листе картона.

Оклеивание пластилином стеклянной бутылки и придание ей формы вазы, чайника и т. д.

Лепка геометрических фигур, цифр, букв.

8. Рисование, раскрашивание.

Раскрашивание - один из самых легких видов деятельности. Вместе с тем, оно продолжает оставаться средством развития согласованных действий зрительного и двигательного анализаторов и укрепления двигательного аппарата пишущей руки. Необходимо учить детей раскрашивать аккуратно, не выходя за контуры изображенных предметов, равномерно нанося нужный цвет. В процессе рисования у детей развиваются не только общие представления, творчество, углубляется эмоциональное отношение к действительности, но формируются элементарные графические умения, столь необходимые для развития ручной ловкости, освоения письма. Рисуя, дети учатся правильно обращаться с графическим материалом и осваивают различную изобразительную технику, у них развивается мелкая мускулатура руки. Рисовать можно черными и цветными карандашами, фломастером, мелом, акварельными красками, гуашью.

Рисование различными материалами требует различной степени нажима для того, чтобы на бумаге остался след от пишущего предмета. Это тоже способствует развитию ручной умелости.

Безусловно, рисование способствует развитию мелких мышц руки, укрепляет ее. Но надо помнить, что при обучении рисованию и письму специфичны положения руки, карандаша, тетради (листа бумаги), приемов проведения линий.

Для начала хорошо использовать:

- обводку плоских фигур. Обводить можно все: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, плоскую игрушку и т. д. Особенно подходят для этой цели формочки для приготовления печений или кексов;
- рисование по опорным точкам;
- дорисовывание второй половины рисунка;
- рисунок по образцу, не отрывая руки от бумаги.

Также можно использовать различные нетрадиционные техники.

Монотипия: на лист бумаги наносят краску разных цветов. Затем на лист накладывается другой лист, и отпечаткам придают определенную форму с помощью кисти, карандаша, фломастера.

Набрызг: кисть опускают в краску, а затем разбрызгивают краску на лист бумаги с помощью пальцев или карандаша. Таким образом, можно создавать фон рисунка.

Кляксография: на лист бумаги наносятся краски в любом порядке. После нанесения рисунка карандашом или фломастером предают какое-либо очертание, создают образ.

Тампонирование: нанесение красок на бумагу с помощью ватных тампонов или губок. Подходит для создания фона.

Печать от руки: если ребенок крайне неохотно рисует кистью, предложите ему порисовать пальцами. Можно рисовать одним, двумя, а можно сразу всеми пальцами одновременно: каждый пальчик опускается в краску определенного цвета, а потом по очереди ставится на бумагу. Так получается салют или бусы и т. д. Лучше всего рисунок закончить фломастерами или карандашами. Руку можно раскрашивать кистью, а потом делать отпечатки на бумаге.

Для маленьких детей хорошо использовать специальные «съедобные краски» (продаются в магазинах). Такие краски можно придумать и самому: варенье, джем, горчица, кетчуп, взбитые сливки и т. д. могут украсить ваш рисунок или блюдо.

9. Графические упражнения.

В условиях детского сада дети приобретают графические навыки на занятиях изобразительным искусством, а мелкие движения рук развиваются в процессе конструирования и при выполнении трудовых действий. Но этих занятий не достаточно, необходима продуманная система специальных занятий и упражнений по формированию у детей графических навыков не только в детском саду, но и дома.

Графическая деятельность способствует лучшей ориентировке в условиях двумерного пространства листа бумаги и готовит руку ребенка к обучению письму. Важно, чтобы графические задания имели образно-смысловую значимость. С этой целью для рисования выбираются такие объекты как волны, радуга, клубы дыма, чешуйки у рыб. Здесь можно взять задание и на дорисовывание недостающих деталей у цветов и предметов, обводка лекал, заштриховка и раскрашивание контурных изображений, картинок в альбомах для раскрашивания. Предусматривается постепенный переход к работе по заданной схеме действия, например: «Нарисуй волны, большие и маленькие, три большие волны и три маленькие». Затем усложняется работа по дорисовыванию орнаментов и лабиринтов.

Опыт графических движений ребенок приобретает, выполняя различные виды штриховки, рисуя, копируя рисунки, обводя контуры по точкам и пунктирным линиям, рисуя орнаменты по клеточкам. При этом ведется обучение правильным приемам действий: вести линию сверху вниз и слева направо; штриховать ровно, без пробелов, не выезжая за контур.

10. Штриховка.

Задания со штриховкой выполняются на нелинованной бумаге. Способствуют подготовке руки к письму. Ребенок должен стараться не отрывать ручку от бумаги и не прерывать линии. Умение свободно рисовать плавные линии слева направо важно при формировании почерка. Штриховка, как один из самых легких видов графической деятельности, вводится в значительной мере и для усвоения детьми необходимых для письма гигиенических правил. Раскрашивание рисунков предполагает четыре вида штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движения.