Развитие мелкой моторики рук у детей

Мелкая моторика - это способность человека выполнять мелкие и точные движения кистями, пальцами рук и ног в результате скоординированных действий трёх систем: нервной, мышечной и костной.

Область мелкой моторики рук охватывает огромное количество самых разных движений. Навыки мелкой моторики помогают нам совершать как примитивные жесты так и достаточно мелкие и сложные движения. В применении к моторным навыкам руки и пальцев часто используется термин ловкость. Огромное количество бытовых действий связанно с мелкой моторикой: нам приходится застегивать пуговицы и зашнуровывать ботинки, вдевать нитку в иголку.

Учёные доказали тесную связь развитие мелкой моторики с развитием речи у ребёнка. 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.

Развитие мелкой моторики рук имеет значение для общего физического и психического развития ребенка.

Занятия, способствующие развитию мелкой моторики рук

Рисование

Рисование - занятие, любимое всеми детьми и очень полезное. Можно рисовать на листе бумаги, на снегу и песке, на запотевшем окне и асфальте.

Полезно рисовать:

- пальцем,
- ладонью,
- палочкой,
- делать отпечатки кусочком ваты, скомканной бумаги.

Игры с пластилином

Пластилин дает уникальные возможности проводить интересные игры с пользой для общего развития ребенка и развитии мелкой моторики рук.

Игры – шнуровки

- *развивают сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук;*
- развивают пространственное ориентирование, способствуют пониманию понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева";
- *формируют навыки шнуровки (шнурование, завязывание шнурка);*
- развивают творческие способности.

Пальчиковая гимнастика

Пальчиковые игры – своеобразные упражнения для развития мелкой мускулатуры пальцев. Они тренируют точность двигательных реакций, развивают координацию движений, помогает концентрировать внимание.

Массаж кистей рук и пальцев

Массаж - один из видов пассивной гимнастики. Он оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышая тонус, эластичность и сократительную способность мышц.

Приемы массажа и самомассажа кистей и пальцев рук:

- массаж тыльной стороны кистей рук;
- массаж ладони;
- массаж пальцев рук.

Игры и упражнения

Все игры и упражнения для развития мелкой моторики рук можно разделить на группы:

- игры на развитие тактильного восприятия;
- игры с водой и песком;
- фольклорные пальчиковые игры;
- упражнения с предметами;
- игры на вкладывание;
- игры с конструкторами.