

## Значение развития мелкой и крупной моторики для человеческого организма.

Учитель - дефектолог Гудач С.Э.

(для родителей)

Что такое моторика?

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.

Стоит заметить, что под моторикой понимают не просто движение, а последовательность движений, которые в своей совокупности нужны для выполнения какой-либо определённой задачи.

В качестве примера будем открывать входную дверь гостю. Вот мы у двери, стоим к ней лицом. Открыть дверь – это задача. Чтобы ее выполнить, нам нужно поднять руку до уровня дверной ручки. Мы делаем это, согнув руку в локте и слегка вытягивая ее вперед. Затем надо взяться за дверную ручку, для чего мы сначала разжимаем пальцы руки, дотрагиваемся до дверной ручки, а потом сжимаем пальцы, уже обхватив ими ее. Потом движением руки нажимаем на ручку вниз, чтобы открылся замок и после этого толкаем рукой дверь. Вся эта последовательность движений называется – открыть дверь.

Любое наше действие (движение) – это результат двух различных видов деятельности: умственной и физической.

Для осуществления осознанного (произвольного) движения человеку необходимы кости, мышцы, мозг и нервы, а так же органы чувств. Это означает: для того, чтобы совершить движение, нам требуется слаженная работа нескольких систем организма:

- двигательной, или еще ее называют костно-мышечной. Это кости и мышцы.
- нервной. Это головной мозг, спинной мозг и нервы.
- системы органов чувств. Это глаза, уши, рецепторы обоняния, вкуса, тактильные.

(Подробнее читай в статье «Что такое движения, или как мы двигаемся?»)

Крупная (общая) моторика – это разнообразные движения рук, ног, тела, т.е. по сути, любая физическая активность человека, связанная с перемещением тела в пространстве, и осуществляемая за счет работы крупных мышц тела: прыжки, бег, наклоны, ходьба и так далее.

Во время развития крупной моторики происходит:

1. Совершенствование вестибулярного аппарата ребенка. Физически развитый ребенок увереннее чувствует себя при освоении новых движений. А значит будет более уверенным в себе и успешным в коллективе.
2. Укрепление всех крупных мышц и суставов.
3. Подготовка к выполнению действий с мелкой моторикой. Трудно научиться держать ложку или вилку, карандаш или ручку, если мышцы руки слабы.
4. Содействие речевому развитию.
5. Обеспечение развития зрительного и слухового внимания ребенка.
6. Формируется межполушарное взаимодействие (востребовано когда разные учебные предметы требуют работы разных полушарий головного мозга).

Мелкая (тонкая) моторика — движение мелких мышц тела, способность манипулировать мелкими предметами, передавать объекты из рук в руки, а также выполнять задачи, требующие скоординированной работы глаз и рук.

Выполняя упражнения по развитию мелкой моторики:

1. Повышают тонус коры головного мозга.
2. Развивают речевые центры коры головного мозга.
3. Стимулируют развитие речи ребенка.
4. Согласовывают работу понятийного и двигательного центров речи.
5. Способствуют улучшению артикуляционной моторики.
6. Развивают чувство ритма и координацию движений.
7. Подготавливают руку к письму.
8. Поднимают настроение ребенка.

Мелкая и крупная моторика развиваются параллельно, так как многие действия требуют координации обоих видов двигательной активности.

Каждый орган имеет в мозгу свое представительство. Значительную часть коры больших полушарий человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, особенно ее большого пальца, который у человека противопоставлен всем остальным пальцам, а также клетки, связанные с функциями мышц органов речи – губ и языка.

Мозг тренируется, конечно же, с помощью умственных заданий, а так же дыхательной гимнастики, но еще, что очень важно: мозг как раз тренируется с помощью мышц, с помощью движений.

Чтобы помочь ребенку в развитии: рекомендуется делать массаж, проводить занятия по мелкой моторике рук.

1. Делать массаж пальчиков и ладошек. Знакомая всем с детства игра в «Сороку».
2. Учить перелистывать страницы в книгах, рвать бумагу.
3. Перебирать и нанизывать бусины.
4. Мешочки с различными крупами.
5. Завинчивать и раскручивать крышки на бутылочках и баночках разного размера.
6. Надо учить завязывать шнурки на ботинках, управляться с молнией, липучками и пуговицами на одежде.
7. Лепка из пластилина, глины или теста.

Литература.

1. «Что такое крупная и мелкая моторика» <https://infourok.ru/chto-takoe-krupnaya-i-melkaya-motorika-4893666.html>, , <https://pandia.org/text/80/620/18985.php>
2. Статья: «Что такое движения, или как мы двигаемся?» <https://forarchipeople.ru/?p=428>
3. Анна Коршикова «Влияние крупной и мелкой моторики на развитие речи у дошкольников»