

ПАМЯТКА для РОДИТЕЛЕЙ

Что такое мелкая моторика?

Это совокупность скоординированных действий человека, направленных на выполнение точных мелких движений.

К области мелкой моторики относится большое количество разнообразных движений: от примитивных жестов, таких как захват объектов, до очень мелких движений, от которых, например, зависит почерк человека.

Значение мелкой моторики очень велико! Она напрямую связана с полноценным развитием речи. Кроме того, мелкая моторика рук развивает внимание, мышление, координацию в пространстве, воображение, наблюдательность, зрительную и двигательную память.

Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, скоординированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий: одеваться, держать ложку, карандаш, рисовать и писать, завязывать шнурки, застегивать пуговицы и т.д.



Как развивать мелкую моторику?

ВСЁ ПРОСТО

Не нужно тратить много сил и времени

НО!

Важно сделать работу по развитию мелкой моторики
регулярной

ПРОСТЫЕ ИГРЫ И ЗАНЯТИЯ

- запускать пальцами мелкие «волчки»;
- разминать пальцами пластилин и глину, лепить различные поделки;
- выполнять пальчиковую гимнастику;
- барабанить всеми пальцами обеих рук по столу;
- махать в воздухе только пальцами;
- собирать все пальцы в щепотку;
- нанизывать крупные пуговицы, шарики, бусинки на нитку/шнурок;
- завязывать узелки на шнурке, веревке;
- застегивать/расстегивать пуговицы;
- играть с конструктором, мозаикой;
- складывать матрешки, пирамидки;
- мять руками поролоновые шарики, губки;
- рисовать, раскрашивать, штриховать;
- резать и вырезать ножницами;
- выполнять аппликации;
- сминать бумажные шарики;
- складывание, скручивание, разрывание, перелистывание бумаги;
- перекладывать из одной коробочки в другую счетные палочки, спички, фасоль, при этом рука не должна сдвигаться (лежит близко к коробочке, задействованы только большой, указательный и средний пальцы);
- нажимать на кнопку пульверизатора, посылая струю воздуха на предмет;
- вращать карандаш (ребристый) между большим, указательным и

средним пальцем;

- работать в «пальчиковом бассейне» (пластмассовый тазик с фасолью или горохом);
- играть «Кулак-ребро-ладонь», сначала одной рукой, потом другой, затем вместе.

Если ребенка не увлекают развивающие пособия, предложите ему настоящие дела. Есть простые упражнения, в которых он может тренировать мелкую моторику, помогая родителям и чувствуя себя нужным, полезным и почти взрослым.

ЗАНЯТИЯ В БЫТУ

- очищать крутые яйца, чистить мандарины;
- разбирать расколотые грецкие орехи, очищать фисташки;
- собирать с пола соринки, помогать собирать рассыпавшиеся по полу предметы (пуговицы, гвоздики, фасоль, бусинки и др);
- самостоятельно обуваться, одеваться, а так же разуваться и раздеваться;
- помогать сматывать нитки или веревку в клубок;
- вешать белье, используя прищепки;
- откручивать различные пробки (у канистр с водой, пены для ванн, зубной пасты и т.п.);
- перебирать крупу;
- рвать, мять бумагу и набивать ей убираемую на хранение обувь;
- собирать на даче или в лесу ягоды;
- доставать закатившиеся предметы;
- включать и выключать свет, нажимать на кнопки;
- отклеивать и приклеивать наклейки;
- перелистывать страницы книги;
- затачивать карандаши (точилкой), работать ластиком;
- и многое другое в повседневной жизни