

Консультация для родителей

«Развитие мелкой моторики»

Исследованиями института физиологии детей и подростков АПН установлено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности движений пальцев рук. Как правило, если движения пальцев развиты в соответствии с возрастом, то и речевое развитие ребенка в пределах нормы.

Поэтому тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляторной моторики, подготовки кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга.

Мы предлагаем использовать следующие виды работы, способствующие развитию мелких мышц пальцев и кистей рук:

1. Игры с пальчиками, сопровождающиеся стишками и потешками;
2. Специальные упражнения без речевого сопровождения, объединенные в комплекс гимнастики для развития мелкой моторики рук, так называемая пальчиковая гимнастика;
3. Игры и действия с игрушками и предметами:
 - Раскладывание пуговиц, палочек, зерен, желудей;
 - Нанизывание бус, колечек, пуговиц на нитку;
 - Пришивание, застегивание и расстегивание пуговиц;
 - Игры с мозаикой и строительным материалом.
4. Изобразительную деятельность:
 - Лепку из пластилина и глины;
 - Раскрашивание картинок;
 - Обведение контуров;
 - Штриховку;
 - Рисование карандашом и красками;
 - Разнообразную работу с ножницами;
 - Поделки из природного материала.

Работа по развитию кистей рук должна проводиться систематически по 3 – 5 минут ежедневно после детского сада или в выходные.

- Упражнения для развития мелкой моторики также включаются и в занятия воспитателя;
- Игры с пальчиками – в режимные моменты и прогулки;

- Пальчиковая гимнастика проводится в комплексе с артикуляторной воспитателями в специально отведенное в режиме дня, а также дота с родителями.

В начале учебного года дети часто испытывают затруднения в выполнении многих упражнений для рук. Эти упражнения прорабатываются постепенно, вначале выполняются пассивно, с помощью воспитателя, а по мере усвоения дети переходят к самостоятельному выполнению.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ.

1. Сжимание пальцев в кулак и разжимание (по 20 раз):
 - Ладонями вверх;
 - Ладонями вниз;
 - Обеих рук одновременно;
 - Правой и левой по очереди.
2. Вращение кистями рук (по 10 раз):
 - В правую, затем в левую сторону;
 - Вовнутрь (обеими кистями);
 - Наружу.
3. Выгибание кистей рук (по 10 – 15 раз):
 - Одновременно;
 - Правой, левой по очереди.
4. Прогибание кистей рук (по 10 – 15 раз):
 - Одновременно;
 - Правой, левой по очереди.
5. Чередование прогибания и выгибания.
6. Соприкосновение подушечек пальцев – «Пальчики здороваются» (по 10 – 15 раз):
 - Пальцы правой руки с большим пальцем правой руки;
 - Пальцы левой руки с большим пальцем левой руки;
 - То же одновременно двумя руками;
 - Пальцы правой руки с соответствующими пальцами левой руки.
7. «Щелчки» (по 10 раз).
8. «Коготки» - сильное полусгибание и разгибание пальцев (по 10 – 20 раз).
9. Сгибание и разгибание пальцев в кулак по очереди (по 10 раз): правой, левой руки, обеих рук одновременно: сначала начиная с большого, затем начиная с мизинца.

10. «Ножницы» - разведение пальцев в стороны (по 10 раз):

- Правой, затем левой руки;
- Обеих рук одновременно;
- Соединив ладони вместе.

11. Упражнение «замок» - ладони вместе, пальцы переплетены (по 10 – 20 раз):

- Сдавление ладоней с силой;
- Вращение;
- Наклоны вправо – влево.

12. Упражнения с сомкнутыми ладонями (по 5 – 10 раз):

- Сомкнутые ладони перед грудью наклоняются вправо – влево, преодолевая сопротивление;
- Движение сомкнутыми ладонями перед грудью вперед – назад;
- Сомкнутые ладони вытянуты вперед – разведение кистей в стороны на разгибая запястий.

13. «Фонарики» - вращение свободными кистями рук (по 10 раз).

14. Потряхивание расслабленными кистями:

- Руки вверх;
- Руки в стороны.