

Развитие крупной и мелкой моторики у детей дошкольного возраста.



Уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о важности развития крупной и мелкой моторики у детей дошкольного возраста. Мы поговорим и о младших детях- от 2 до 5 лет, и о старших дошкольниках- от 5 до 7 лет. Пару слов о том, почему это так важно? Развитие мелкой моторики непосредственно влияет на развитие мозга, на развитие мышления. Ум ребенка находится на кончиках пальцев! Развивая пальчики и кисть руки- мелкую моторику- мы стимулируем развитие всех психических процессов: восприятия, мышления, памяти, внимания, речи. Но мелкая моторика хорошо развивается только в случае, если развита крупная моторика. Нельзя начинать развивать мелкую моторику и не заниматься общей координацией движений. Во всем должен быть баланс и постепенность.

Крупная моторика - это основные движения нашего тела: рук, ног, туловища, шеи. Это координация, это ловкость, это походка. Это общее физическое состояние ребенка. Крупная моторика у ребенка развивается с рождения. И мы ему помогаем, когда учим его переворачиваться, когда выкладываем на животик, когда делаем ему массаж и гимнастику, когда учим его плавать в большой ванне, когда учим его делать первые шаги, когда учим его прыгать, кататься с горки, кататься на велосипеде, бросать мяч и т.п.

Вся природа ребенка с рождения до школы направлена на постоянное движение. Чтобы развиваться - ребенок должен двигаться! Двигательная активность- залог хорошей работы мозга!

Что мы можем сделать, как помочь в развитии крупной моторики?

Активные прогулки на свежем воздухе- все детские площадки сейчас это мечта! Не запрещайте детям лазить и карабкаться. Да, страшно. Но будьте рядом, подстраховывайте, со временем он сам научится быть осторожным. Полезно ходить по узкой поверхности- скамья или бордюр. Прыгать на двух ногах и на одной по очереди. Прыгать на скакалке. С 5 лет ребенок вполне способен обучиться прыжкам на скакалке.

Езда на самокате и велосипеде.

Игра с мячом- бросать, ловить, пинать ногой, бросать в кольцо- прекрасное развитие координации. При этом с размером мяча можно импровизировать- от теннисного до волейбольного. Помните- чем меньше ребенок- тем больше должен быть мяч! И наоборот. Старших дошкольников можно учить жонглировать.

Плавание. Тут без комментариев- только польза.

Любой спорт или танцы на уровне систематических занятий. Для дошкольников это обычно не профессиональный уровень, но нам ведь нужно общее развитие, а не олимпийская медаль. В первую очередь ребенку это должно нравиться! Очень хорошо развивают мозг сложнокоординированные виды спорта- как художественная или спортивная гимнастика, фигурное катание, акробатика. Когда разные части тела делают разные движения.

Коньки и ролики. С 4 лет вполне доступны. Горные лыжи сюда же! Отлично развивают координацию и чувство равновесия. Не забывайте о защите!

С крупной моторикой разобрались- теперь о мелкой моторике. Точнее- о тонких движениях пальцев и кисти. О том, насколько это важно, долго говорить не

буду, это очевидно. Ум ребенка на кончиках пальцев. Подчеркну также и то, что развивая мелкую моторику в дошкольном возрасте- мы готовим руку ребенка к письму.

Упражнения для развития мелкой моторики. Все упражнения выполняем в игровой форме. Запомните важное правило- все упражнения выполняем по очереди обеими руками, сначала одной, потом другой.

Игры-шнуровки. Продеваем шнурок в дырочки, учимся завязывать узелки и бантики (с 5 лет).

Нанизывание бусин на веревочку или проволоку. Так же это может быть скрепка- раскрываем ее и нанизываем мелкие бусинки. Детям постарше можно дать тонкую проволочку и мелкие бусинки или бисер.

Лепка из пластилина. Чем младше ребенок- тем проще должны быть поделки- это колобок, колбаска, бараночка. Пусть слепит угощение для мишки или для куклы- тарелочку с пирожками или баранками. Так же можно делать пластилиновые картины- мама нарисовала солнышко, а ребенок лепит лучики из пластилина. Или мама нарисовала домик- ребенок лепит заборчик из пластилина. Можно делать пластилиновые аппликации и использовать природный материал- к пластилину приклеивать гречку, или ракушки, или мелкие камушки.

Игры с мозаикой и мелким конструктором лего. Так же много игр с магнитами: магнитные мозаики, конструктор- тоже будут очень полезны.

Переливание воды из стакана в стакан, из заварного чайника в чашку.

То же, но на одном стакане сделайте метку, до какого уровня можно наливать воду, а в другой стакан налейте заведомо больше воды.

Воду из одной емкости в другую можно переносить при помощи одноразового шприца или губки.

Вместо переливания ребенок может пересыпать крупу из одной емкости в другую. Это может быть гречка, пшено, манка. Можно пересыпать маленькой чашкой или ложкой.

Для самых маленьких рекомендуем очень простое упражнение: в одну мисочку насыпаете обыкновенный горох или мелкую фасоль, и пусть малыш перекладывает его сначала всей горстью, затем щепоткой и в конце концов - указательным и большим пальцами в другую миску.

Разделение сыпучих веществ. Смешайте гречневую крупу и манку в миске. Рядом поставьте еще одну миску и положите на нее ситечко. Пусть ребенок ложкой насыпает смесь в ситечко и перемешивает смесь. Когда вся манка ссыплется в миску, гречку из ситечка ребенок должен пересыпать в баночку.

Хорошее упражнения для развития координации движений руки- складывание салфеток по размеченным линиям. Для детей постарше- оригами.

Подвесьте где-нибудь пучок вязких или шерстяных ниток и научите малыша заплетать косы.

Налейте в неглубокий тазик воды и бросьте в него или теннисные шарики, или "скорлупки" от киндер-сюрприза. Пусть ребенок вылавливает их при помощи ложки с прорезьями и складывает в тарелочку.

Нарежьте кусочки поролона (размер кусочка сахара) и наломайте пробки (чтобы у кусочков специально были неровные края). Все это сложите в тарелочку,

рядом поставьте другую. Ваш малыш будет все это переключать при помощи пинцета. Предварительно научите ребенка правильно держать пинцет.

На края пластиковой мисочки или небольшой коробки нацепите обыкновенные прищепки. Их нужно будет снять и опять одеть на край.

Приготовьте разные по размеру пластиковые бутылки из-под воды, шампуня, йогуртов, косметических средств и др., и пусть ребенок отвинчивает и навинчивает пробки, подбирая по диаметру.

Если вы найдете кусок плотного пенопласта, то можно дать малышу маленький молоток, гвозди с широкими шляпками и разрешить их забить. Это занятие для детей с 4-х лет.

Налейте в какую-нибудь миску подкрашенную мыльную воду, и пусть малыш взбивает цветную пену при помощи венчика. Чтобы было меньше уборки потом-лучше это занятие проводить в ванной.

Еще одна игра для самых маленьких: нарвите вместе с малышом в ящик бумагу и спрячьте маленькую игрушку. Ее нужно будет найти на ощупь.

Работа с бумагой очень значима для ребенка. Нужно учить его складывать и разворачивать, скатывать, скручивать, перелистывать, мять ее. С 4 лет начинаем упражняться в вырезании ножницами. Сначала учимся резать по прямой линии, и только когда навык будет освоен- учим ребенка фигурному вырезанию из бумаги.

Изоуголок. Оборудуйте вашему ребенку изоуголок, где он будет с интересом заниматься, реализуя свой творческий потенциал и мелкую моторику рук. В изоуголке разместите пластилин, глину (для самых маленьких - соленое тесто вместо пластилина), мозаики, пирамиды, матрешки, конструкторы, все для изготовления аппликаций (цветная бумага, ножницы, клей), все для раскрашивания, карандаши, цветные восковые мелки.

Если маленький ребенок еще не держит в руках карандаш или кисточку-учимся рисовать поролоновыми губками, ватной палочкой, пальчиками.

Очень интересна и полезна работа с сухим и мокрым песком. При помощи мокрого песка можно лепить различные формы, а сухой песок можно раскрасить в разные цвета и при помощи кулечка, напоминающего кулинарный, но с очень тонким отверстием, можно рисовать. При помощи сухого песка можно делать аппликации.

Если ребенка не увлекают развивающие пособия - предложите ему настоящие дела. Вот упражнения, в которых малыш может тренировать мелкую моторику, помогая родителям и чувствуя себя нужным и почти взрослым:

1. Снимать шкурку с овощей, сваренных в мундире. Очищать крутые яйца. Чистить мандарины.

2. Собирать с пола соринки. Помогать собирать рассыпавшиеся по полу предметы (пуговицы, гвоздики, фасоль, бусинки).

3. Лепить из теста печенье.

4. Открывать дверь или почтовый ящик ключом.

5. Пытаться самостоятельно обуваться, одеваться. А так же разуваться и раздеваться. Для этого часть обуви и одежды должны быть доступны ребенку, чтобы он мог наряжаться, когда захочет. Учиться самостоятельно надевать перчатки. Пробовать зашнуровывать кроссовки.

6. Помогать сматывать нитки или веревку в клубок (О том, кто их размотал лучше умолчать).

8. Вешать белье, используя прищепки.

9. Помогать родителям отвинчивать различные пробки - у канистр с водой, пены для ванн, зубной пасты и т.п.

10. Помогать перебирать крупу.

11. Рвать, мять бумагу и набивать ей убираемую на хранение обувь.

12. Собирать на даче или в лесу ягоды.

13. Доставать что-то из узкой щели под шкафом, диваном, между мебелью.

14. Вытирать пыль, ничего не упуская.

15. Включать и выключать свет.

16. Искать край скотча. Отлеплять и прилеплять наклейки.

17. Перелистывать страницы книги.

18. Затачивать карандаши (точилкой). Стирать нарисованные каракули ластиком.

19. Не отказывайте своему ребенку, если он хочет помочь вам при стирке белья. Можно дать ему постирать мелкие вещички- носовой платок, перчатки, носки.

20. Мытье посуды (не важно, настоящей или игрушечной) тоже поможет развить координацию движений.

21. Если вам нужно что-либо перемешать (салат, тесто), то подключите к этой работе ребенка.

22. Используя безопасную овощечистку, можно научить ребенка чистить овощи и фрукты. Под вашим присмотром ребенок может попробовать их разрезать на кусочки. Было бы очень хорошо, если бы маленький повар угостил всех присутствующих в доме. Походит для детей с 5 лет.

Многие дела можно предлагать малышу с полутора лет. Что-то будет получаться, что-то нет. Но, обычно, в освоении серьезных взрослых дел дети оказываются очень упорными. Стоит предупредить, что многие новоприобретенные навыки не облегчат вам жизнь. Но зато вы сможете гордиться развитым, ловким, сообразительным ребенком.

