

О пользе мелкой моторики для общего развития ребёнка слышаны многие родители. Не случайно оригинальные упражнения, игры и занятия по специальным методикам интересуют современных мам и пап, придерживающихся позиции о всестороннем развитии малыша. Как организовать занятия? Какой реквизит нужен? Вооружитесь советами психологов, подумайте какие игры и действия заинтересуют вашего малыша. Выбирайте полезные, эффективные упражнения для детей 1–3 лет. Зачем нужно развивать мелкую моторику

**Польза очевидна:** точные движения пальцев, кистей, координация деятельности костной, мышечной и нервной систем активизирует зоны мозга, ответственные за двигательную проекцию; близость этих отделов к речевой зоне улучшает формирование, развитие речи у детей раннего возраста; чем больше нагрузка на пальчики, чем чаще ребёнок совершает мелкие, точные движения, тем раньше кроха научится говорить; мелкая моторика связана с двигательной, зрительной памятью, координацией. Регулярные упражнения улучшают мышление, повышают внимание, развивают наблюдательность; точные движения пригодятся детям любого возраста в учёбе, повседневной жизни.

**Совет!** Психологи рекомендуют начало занятий не откладывать позже 7–8 месяцев. На раннем этапе жизни обязательно разминайте пальчики, ладошки, делайте мягкий массаж ручек.

Полезные игрушки и занятия

Вы хотите, чтобы детки активно развивали моторику, воображение, творческое мышление? Узнайте, какие игры и принадлежности понадобятся. Полезные предметы и задания активизируют процесс познания мира, улучшают деятельность отделов головного мозга, отвечающих за двигательную функцию, развитие речевой зоны.

**Развивают моторику и артикуляционный аппарат игры-шнуровки:**

Задача – пришнуровать яблоко к колючкам на спинке у симпатичного ёжика. Купите несколько игр: пару раз выполнив задание, детки с меньшей охотой шнуруют игрушку через неделю;

музыкальные инструменты для малышей с кнопками и клавишами; пирамидки, кубики любого размера, конструктор (простой и более сложной модификации);

игра в куклы: девочка одевает-раздевает «дочку», совершает много мелких движений пальчиками;

наборы для рукоделия и творчества;

раскрашивание, рисование. На первых порах не так важен результат, как процесс. Постоянный контроль линий, повторяющиеся движения в пределах определенной области на листе бумаги положительно влияют на развитие моторики, улучшают координацию;

лепка из пластилина, солёного теста, глины. Важно показать пример, заинтересовать, слепить что-то вместе; сочетание пластичных и твёрдых материалов. Детки могут прикрепить бусины к пластилиновой основе, отпечатать на мягкой поверхности свою ладошку;

аппликации из бумаги, кусочков ткани. Работа с ножницами тренирует ловкость рук, учит аккуратности, терпению, активно тренирует важные отдела мозга;

изготовление оригами. Многие детки в 3 годика под руководством взрослых способны сложить несложные фигурки. Оригами – интересное, полезное занятие. Обязательно выделите малышу видное место, где он выставит свои работы.

#### **Действенные упражнения**

Для занятий используйте не только наборы для рисования или лепки, картон, ножницы, другие предметы из магазина. Оглянитесь вокруг: дома немало вещей, подходящих для полезных тренировок.

#### **Столовые приборы**

После полугода обязательно предлагайте малышу чашку, ложку, к году – детскую вилочку с тупыми зубчиками. Ежедневное применение столовых приборов хорошо развивает мелкую моторику.

#### **Упражнения с бумагой**

**Рекомендации:** пусть ребёнок порвёт большой лист на мелкие кусочки, крупные части. Отличное занятие – рвать бумагу на полоски, делать из них дождик; нужно смять чистый лист, кусок старых обоев в шарик. Необычный мячик бросайте в корзинку. Сделайте десяток шаров: так игра будет ещё интереснее.

**Совет!** Никогда не используйте в качестве материала для изготовления шаров книги, журналы, газеты, даже старые. Нельзя рвать литературу: малыш должен перенять уважительное отношение к книге.

#### **Пирог с изюмом**

Покажите малышу, как украшать тесто сладкой ягодой. Ребёнок берёт двумя пальчиками изюминки, раскладывает на поверхности пирога, создаёт рисунок. После выпечки обязательно похвалите юного пекаря, расскажите домашним, кто украшал пирог.

#### **Сортировка некрупных предметов**

Детки охотно выполняют полезное упражнение, если мама скажет, что без его помощи не обойтись. В одну миску насыпьте макароны, фасоль, горох. Можно смешать два вида разноцветных (контрастных) бусин. Начните с двух разновидностей предметов, постепенно усложняйте задачу.

**Перед началом сортировки покажите, как держать мелкие предметы.** Подходит пинцетный захват двумя пальчиками (указательным и большим) или щепоткой (три пальчика вместе).

#### **Пирамидка**

Даже в 8–9 месяцев детки легко справятся с этой задачей. После года усложните упражнение, чтобы ребёнок запомнил размер, а не только порядок

нанизывания красного, жёлтого или синего колечка. Понадобится пирамидка с кольцами одного цвета.

### **Посели предмет в свой домик**

**Простое, эффективное упражнение:** возьмите пластиковую бутылку; предложите ребёнку составить мозаику внутри ёмкости; задача – наполнить бутылку мелкими предметами; выбирайте контрастные детали: фасоль двух цветов, горох, мелкую гальку, шарики, подходящие по размеру.

**Следите, чтобы ребёнок не брал предметы в рот, не совал в уши.** При попытке «экспериментов» объясните, что будет болеть ушко или животик.

### **Сюрприз в банке**

Положите в ёмкость с завинчивающейся крышкой маленький предмет, завернутый в бумагу. Задача – открыть баночку, достать сюрприз.

Подбирайте ёмкости разного размера, чтобы малыш отвинчивал крышки большего/меньшего диаметра.

### **Заводная игрушка**

Предложите ребёнку во время купания завести ключиком игрушечную черепаху, жабку или крокодильчика. Задача по силам деткам от года и старше.

### **Картина своими руками**

**Выполняйте задание вместе:** возьмите лист картона и мягкий пластилин; задача – растереть пластичную массу по всей поверхности до толщины 3–4 мм; на готовой мягкой поверхности создайте картину; вместо красок используйте зёрна кофе, бусины, маленькие шарики, ракушки, горох, фасоль; малыш должен слегка вдавить деталь в пластилин, затем рядом – другую и так далее; вначале сделайте образец, чтобы ребёнок видел, к чему нужно стремиться. Позже дайте возможность творить: пусть малыш прикрепляет детали по своему вкусу.

### **Надень бусинки на шнурок**

Понадобится толстый шнурок, бусинки с отверстием подходящего диаметра. Задача – нанизать все детальки. Находчивые мамочки отпиливают верх у колпачков от фломастера, режут на 2–3 части: получаются бочонки (колечки), полые внутри. Оригинальные изделия легче нанизывать на шнурок. Малыш справляется с колпачками от фломастера? Предложите яркие бусинки для создания оригинального украшения.

### **Приятный сюрприз**

**Что делать:** заверните в бумагу (фольгу) маленький презент. Сделайте несколько слоёв; дайте малышу, пусть развернёт; когда юный исследователь наигрался, заверните игрушку в новую обёртку, вновь дайте малышу; сын или дочка уже легко разворачивают подарок? Учите обратному процессу. Покажите, как заворачивать предметы; сделайте презенты для папы, бабушки, брата (сестры).

### **Чудо-макаронны**

**Суть упражнения:** в миске смешайте макаронные изделия двух-трёх видов с заметным отличием по форме и размеру; предложите разложить ракушки в одну мисочку, рожки – в другую, бантики – в третью; со временем усложните

задачу с макаронами: в одну ёмкость должны попасть только крупные колечки, в другую – мелкие. Малыш запомнит не только форму, но и размер.

### **Самостоятельный ребёнок**

Упражнение развивает мелкую моторику, готовит деток к посещению сада, школы. Задача – научить малышей застёгивать, завязывать, шнуровать, закреплять детали одежды. Многие мамы покупают полезные игрушки со шнуровкой, делают развивающий коврик с липучками, застёжками. Но на себе проделать ту же операцию сложнее.

Показывайте, как действовать, поощряйте попытки снять/надеть шапку, носки, штаники, куртку. Используйте в качестве элементов застёжек не только липучку, молнию, но и пуговицы.

### **Намотай верёвочку**

Эффективное упражнение из подручных средств. За основу возьмите пальчик, клубок, карандаш, катушку. Задача – намотать тонкую верёвку, толстую нитку, неширокую ленточку на основу. Следите, чтобы не передавить пальчик.

### **Игры с песком**

Отлично развивают моторику несложные действия. Малыш играет и совершенствует навыки: строит домик, лепит пасочки, насыпает, затем высыпает песок из ведёрка.

### **Богатый улов**

**Популярный детский аттракцион легко устроить в ванной:** наберите тёплой воды; пустите шарики, заводные игрушки, рыбок, колечки; дайте не тяжёлое ситечко с удобной ручкой; задача – поймать как можно больше предметов.

### **Маленький поварёнок**

**Первое упражнение:** раскатайте пласт теста, дайте формочки для печенья с неострыми краями, лучше, пластмассовые; покажите ребёнку, как вырезать звёздочки, кружочки, овалы; испеките печенье, угостите близких, похвалите юного поварёнка.

**Второе упражнение:** покажите, как вы венчиком взбиваете яйцо, пусть малыш повторит; не беда, что первые несколько дней омлет будет не слишком пышным; главное – участие, тренировка силы рук. После двух лет детки точно справятся с этим упражнением. Не добивайтесь стойкой пены, как в миксере. Важен процесс, понимание малышом своего мастерства, умения обращаться с «взрослыми» предметами.

### **Юный помощник**

Дайте малышу губку, покажите, как собрать воду со стола, как сжать и выдавить жидкость. Выбирайте губку подходящего размера, чтобы помощник легко сжал предмет одной рукой.

### **Перелистывание страниц**

Предложите малышу яркую книгу с плотными листами: слишком тонкая бумага легко рвётся, часто склеивается, плохо переворачивается. Покажите пример, скажите, что где-то в книге спрятан сюрприз (яркая закладка,

календарик, открытка). Пусть маленький исследователь перелистывает странички по одной, не торопится, чтобы не пропустить подарок.

### **Картины на песке**

Не все мамы понимают, насколько полезное упражнение выполняет малыш, рисуя палочкой фигурки на песке или земле. Любимое занятие развивает координацию, воображение, учит аккуратности, доведению дела до конца. Теперь вы знаете, какие упражнения подходят для развития мелкой моторики у деток возраста 1–3 годика. Занимайтесь с желанием, показывайте малышу пример, хвалите за достижения. Для полезных занятий используйте подручные материалы и предметы для творчества из магазина.

# **Консультация для родителей**

## **«Игры и упражнения для развития мелкой моторики»**

Подготовила:  
Воспитатель МКДОУ ДС №14  
«Колокольчик» с. Просьянка  
Некрасова Г.А.

