О мелкой моторике последнее время написано много книг и пособий. И это не случайно. Давайте сначала определимся, что же такое мелкая моторика.

**Мелкая моторика – это двигательная деятельность, которая обусловлена скоординированной работой мелких мышц руки и глаза.**

Учеными доказано, что формирование устной речи ребенка начинается тогда, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Другими словами, формирование речи совершается под влиянием импульсов, идущих от рук. Это важно и при своевременном речевом развитии, и – особенно - в тех случаях, когда это развитие нарушено. Кроме того, доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Результаты исследований показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук. Несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук затрудняет овладение письмом и рядом других учебных и трудовых навыков. Психологи утверждают, что упражнения для пальцев рук развивают мыслительную деятельность, память и внимание ребенка. Учеными доказано, что чем больше мастерства в детской ручке, чем разнообразнее движения рук, тем совершеннее функции нервной системы. Это означает, что развитие руки находится в тесной взаимосвязи с развитием речи и мышления дошкольника.

У многих родителей возникнет вопрос, с какого возраста нужно начинать развивать мелкую моторику? Впервые месяцы жизни ребенка целесообразно проводить упражнения рефлекторного характера, используя данный от природы хватательный рефлекс. В раскрытую ладонь каждой руки ребенка поочередно опускается подвязанный на ленточке шарик диаметром 2-2, 5 см для того, чтобы ребенок рефлекторно схватил его. Подбираются шарики, различные по весу, по материалу (пластмассовый, деревянный, металлический, резиновый) , а так же самодельные матерчатые (из гладкой или махровой ткани), твердые и мягкие. Можно давать ребенку одновременно в две руки шарики одинаковые или разные. Потягивая шарик за ленту, но, не вынимая его из ладони ребенка, взрослый стимулирует более сильное схватывание.

Аналогичные упражнения малыш может выполнять и с палочками (диаметр сечения 1-1,5 см., длина 25 см.). Подбираются палочки круглые, гладкие, ребристые. Взрослые вкладывают палочку или обе руки ребенка и, взявшись за палочку посередине, подтягивает её к себе, стимулируя более крепкое схватывание. Вместо палочек хорошо так же использовать небольшие валики из клеенки или махровой и ситцевой ткани для развития тактильной чувствительности ладоней.

В пять месяцев малыш может относительно долго лежать на животе, поднимая корпус и упираясь на ладони выпрямленных рук. Это положение превосходно подходит для следующего упражнения. Под каждую ладонь ребенка подкладывают плоскую подушечку из поролона (1-1,5 см. толщиной). К подушечкам нужно подобрать набор чехлов из разной по цвету и фактуре ткани (фланель, шёлк, клеёнка). К другой стороне чехла можно пришить плоские пуговицы различной формы. Лежа на животе и опираясь на предплечья, малыш держит ладони на поверхности подушечек. Взрослый берет руку ребенка за запястье и проводит его ладонью по верхней и нижней сторонам подушечки, стараясь вызвать ощупывающие движения. Через некоторое время он переворачивает ребенка на спину. Малыш должен сам перевернуться обратно и устремиться к подушечкам. Упражнение повторяется два-три раза. Таким образом, стимулируется ориентировочная деятельность и развивается мотивация на целенаправленное манипулирование с предметами. Все пособия для малышей должны отвечать требованиям безопасности: пуговицы нужно пришивать очень крепко, можно использовать только гладкие палочки и т.д. Ребенку нельзя давать мелких предметов, которых он может взять в рот. Все действия малыша с игрушками, пособиями должны проходить под контролем взрослого. По окончании занятия пособия и игрушки убираются.

До четырех-пяти месяцев ребенок не может продолжительно удерживать предметы. Поэтому полезно использовать мягкие манжеты из ткани, которые фиксируются на ладонях малыша. Манжеты нужны для формирования тактильных ощущений и развития движений рук. Они массируют кисти рук, являясь тем самым одним из видов пассивной гимнастики, которая благотворно влияет на формирование тонких движений пальцев рук.

Полезное упражнение с ленточкой и шнурком. Когда ребенок лежит на спине, взрослый вкладывает в его руки гладкую ленточку, а затем шнурок с узелками. Осторожно потягивая за один конец ленточку или шнурок, взрослый побуждает малыша не только крепче схватывать предмет, но и перехватывать его.

В шесть месяцев ребенок хорошо берет игрушки из разных положений, подолгу с ними занимается. В этом возрасте необходимо развивать целенаправленные движения рук к предмету, умение захватить и подтянуть его к себе. С этой целью подвешивают шарики, колокольчики, ленточки, укрепленные на шнурке.

С того момента, как ребенок начинает целенаправленно захватывать предметы и удерживать их в руках, все упражнения начинают носить активный характер, т.е. выполняются самим ребенком. В его действиях уже можно выделить две стороны: техническую, т.е. то, как он совершает действия, и смысловую - для чего. Смысловая сторона действия с предметами интенсивно развивается, малыш уже не только схватывает предметы, но и перекладывает их. Задача взрослого - активизировать эти движения с помощью игрушек-вкладышей: матрешек, коробочек, колпаков и т.д.

С восьми - десяти месяцев ребенок начинает совершать более тонкие движения пальцами. Необходимо давать ему коробочки разной формы, чтобы малыш самостоятельно снимал с них крышки, а с помощью взрослого закрывал их. Можно предложить малышу доставать игрушки из мешочка, сшитого из яркой ткани, и складывать их обратно.

С десяти – двенадцати месяцев ребенок справляется с таким сложным заданием, как нанизывание колец на стержень. Для него подойдут пирамидки из трех – пяти колец. В этом же возрасте ребенок учится проталкивать в так называемую «занимательную коробку» фигурки разной формы.

С малышами от года до трех можно выполнять следующие развивающие упражнения:

- запускать пальцами мелкие волчки;

- разминать пальцами пластилин, глину;

- катать по очереди каждым пальцем камешки, бусинки, шарики;

- сжимать и разжимать кулачки;

- делать мягкие кулачки, которые можно легко разжать и в которые взрослый может просунуть свои пальцы, и крепкие кулачки, которые не разожмешь;

- Двумя пальцами руки (указательным и средним) «ходить» по столу сначала медленно, как будто кто то крадется, а потом быстро, как будто кто то бежит(упражнение проводится сначала правой, а затем левой рукой);

- Показать отдельно только один палец – указательный, затем два – указательный и средний, далее три, четыре, пять;

- барабанить всеми пальцами обеих рук по столу;

- махать в воздухе только пальцами;

- кистями рук делать «фонарики» (дети показывают, будто они вкручивают лампочку);

- хлопать в ладоши тихо и громко в разном темпе;

- собирать все пальцы в щепотку (пальчики собрались вместе – разбежались);

- нанизывать крупные пуговицы, шарики, бусинки на нитку;

- наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, на собственный палец (получается колечко или спираль);

- завязывать узлы на толстой веревке, на шнуре;

- застегивать пуговицы, крючки, молнии, замочки, закручивать крышки, заводить механические игрушки ключиками;

- играть с конструктором, мозаикой, кубиками (крупных размеров);

- складывать матрешки;

- играть с рамками – вкладышами

- рисовать в воздухе;

- играть с песком, водой;

- рисовать ручкой, карандашом, мелом, цветными мелками, акварелью, гуашью, углем.

С детьми трех-четырех лет необходимо достаточное внимание уделять рисованию, лепке из пластилина, аппликации и изготовлению всевозможных поделок из природного материала, игре с конструктором.

К пяти годам дети способны совершать действия, требующие достаточной точности и согласованности кистей рук. Они уже могут выполнять разные виды плетений из бумаги, ткани, тесьмы.

Освоив принцип плетения из бумаги, дети самостоятельно начинают придумывать узоры ковриков, сочетания цветов. Старшим дошкольникам вполне доступны и простейшие приемы плетения макраме. Этот вид рукоделия рекомендуется для совместных занятий родителей и детей в семье. Рукоделие вообще играет особую роль в подготовке руки к письму, т.к. приучает детей к аккуратности, точности, внимательности. Кроме макраме дети на шестом- седьмом году жизни могу заниматься вышивкой и вязанием. Хорошей тренировкой точности и ловкости движения пальцев послужит изготовление бус из бумаги. Дети разрезают прямоугольные листы цветной бумаги на треугольники, каждый треугольник скручивают и склеивают его концы так, чтобы получилась бусина

Навык использования ножниц так же очень полезен для развития мелкой моторики, поэтому его нужно постоянно тренировать.

Именно к 6-7 годам в основном заканчивается созревание соответствующих зон коры головного мозга, развитие мелких мышц кисти. Важно, чтобы к этому возрасту, ребенок был подготовлен к усвоению новых двигательных навыков (в том числе и навыка письма), а не был вынужден исправлять неправильно сформированные старые.

Расскажу немного о подручных материалах, которые способствуют развитию ручной умелости.

Штампы.

Штампы можно приобрести в магазинах, а можно изготовить самим из ластика(для длительного пользования) или из сырого картофеля( на один раз). На поверхность ластика наносится шариковой ручкой контур рисунка: овощ, цветок, гриб, фрукт и т.д. Затем острым ножом (бритвой) на глубине 3-5 мм срезается все, что находится за линией контура рисунка. НА другой стороне ластика, по центру, протыкается углубление для ручки. Ручкой штампа служит палочка или короткий карандаш.

Работа со штампами вырабатывает навык правильного захвата орудия письма и тренирует быструю смену тонуса мускулатуры рук: напряжение, расслабление, силовое напряжение. Перед началом работы покажите ребенку, как правильно держать карандаш-штамп. Предложите поиграть штампом(без краски),покрутив его двумя (тремя) пальцами и прижав несколько раз к листу. Работа со штампами не должна быть механической, иначе интерес к ней и продуктивность быстро падают. Чтобы этого не произошло, взрослым рекомендуется связать выполнение упражнения с какой-нибудь интересной сказкой. Предложить изготовить для героев подарки.

Работа с ножницами.

Это прекрасное упражнение для быстрого чередования напряжения мелкой мускулатуры руки и ее расслабления. Не стоит бояться давать ребенку ножницы. Объясните малышу, из каких частей они состоят и для чего нужны эти части: лезвия режут бумагу и ткань, кольца необходимы для того, чтобы держать ножницы. Покажите, как резать бумагу, и обратите внимание малыша на положение лезвий по отношению к листу, ведь если лезвия будут заваливаться на бок, то резать станет сложнее. При обработке навыка пользования ножницами следует начать с коллажей. Ребенок выбирает на страницах старых журналов понравившиеся ему предметы и объекты и вырезает их, чтобы потом склеить из них коллаж. На начальном этапе нельзя требовать от ребенка вырезать предметы по контуру! По мере освоения навыка работы с ножницами диапазон возможностей ребенка увеличивается, и он активно постигает различные техники работы с бумагой и тканью.

Техника «Обрывание бумаги».

Произвольное обрывание. Перед началом работы предложите ребенку украсить картину, но не с помощью карандашей и фломастеров, а с помощью кусочков цветной бумаги. В качестве картины используйте раскраски с достаточно крупным контуром. Затем дайте листы цветной бумаги, от которой он будет отрывать кусочки, двигаясь по краю листа. Намажьте клеем площадь внутри контура раскраски. Ребенок должен обложить кусочками бумаги намазанную клеем картинку. Обратите внимание на то, что между кусочков не должно оставаться просветов.

Обрывание по контуру. Обсудите с ребенком объект, который можно выложить из бумаги, определите, из каких частей он состоит, а также цвет бумаги. Далее взрослый( или сам ребенок) рисует на бумаге соответствующего цвета контуры составных частей объекта. Ребенок обрывает их по контуру и наклеивает на другой лист. Дополнительные детали вносятся по желанию ребенка. При этом можно позволить ребенку использовать разную технику обрывания (по контуру – облака, произвольную - вода) и разные изобразительные средства ( карандаши, фломастеры, краски, восковые мелки).

Рисование пальчиками.

Эта техника мелкой моторики подходит для младшего школьного возраста. Занимаясь с ребенком совместным творчеством, покажите малышу, как рисовать прямые и волнистые линии, простейшие формы – круги и овалы и как закрашивать рисунок. На первых порах малыш не сможет самостоятельно закрасить картинку, нужно, чтобы он хотя бы попал пальчиком внутрь нарисованной фигуры.

Ниткография

Ниткография – это выкладывание ниток по контуру рисунков, сделанных на бархатной бумаге, или по контуру изображений, вырезанных из нее. Техника ниткографии развивает у детей внимание, глазомер, зрительную память, усидчивость, аккуратность, фантазию, образное мышление и, конечно, мелкую моторику рук. Для занятий понадобятся ворсистые нитки (шерстяные, мохеровые и т.п.) и бархатная бумага. Необходимо, чтобы нитки и бумага были контрастных цветов. Дети кладут на лист бархатной бумаги тонкую ворсистую нить, слегка прижимая ее пальчиком по всей длине. При вертикальном положении листа нитка не падает. Ворсистая нитка легко прикрепляется к бархатной бумаге и также легко отделяется от нее. Это позволяет детям исправлять свою работу, добиваясь хороших результатов. Когда ребенок освоит технику ниткографии, предложите ему выложить сюжетные картинки с использованием нескольких разноцветных нитей.

Пуговицы и мозаика.

Для работы с пуговицами или мозаикой ребенку понадобятся пластилиновые основы. Делают основы так: пластилин размазывают по кускам плотного картона разной формы или по внутренней стороне пластмассовых крышек. Непосредственно перед работой на основах процарапывают контуры различных изображений, а затем ребенок выкладывает по эти контурам пуговицы или мозаику.

Бисерография.

Бисерография – это выкладывание картинки с помощью бисера, бусинок, мелких пластмассовых шариков. Данный прием развивает щепоть руки, воспитывает у ребенка усидчивость, внимание. Сначала предложите ребенку выложить контур предмета с помощью нитки бисера (бисер нанизывает взрослый). Детям раздаются пластилиновые основы с изображениями различных несложных предметов и по одной нитке биссера, а взрослый предлагает детям аккуратно разложить нитку по контуру изображения, слегка придавливая её пальчиками. Если ребёнок вышел а контур, то его промах легко устранить: достаточно потянуть за нитку, и она легко отойдёт от пластелина.

Постепенно можно усложнять задание – попросить ребёнка выложить небольшое панно из отдельных бисеринок. Для этого понадобится пинцет. Работа с пинцетом в точности повторяет акт письма. Кисть находится в напряжении, когда ребёнок сжимает концы пинцета, и расслабляются, когда концы пинцета разжимаются. Эти упражнения развивают большой и указательный пальцы (самые активные при письме).

Бумажные комки.

Работу с бумажными комками начинают с детьми 3 лет. Размер комка зависит от количества салфеток: чем больше салфеток скатываются в комок, тем большего диаметра он получается. Для получения комка берётся одна салфетка (или часть её), мнется, а затем катается двумя ладонями (как катается шарик из пластилина). Чтобы сделать комок большего диаметра, в середину которой вкладывается поучившийся комок, и снова катается двумя ладонями.

Из таких поделок клеят объёмные поделки, например, мишку или матрёшку. Поделку можно на подставке, вырезанной из картона.

Бумажные шарики.

Бумажные шарики более мелкие, чем комки. Из них составляют картинки.

Для работы понадобится раскраска с изображением какого-либо предмета или животного. Эту картинку желательно частично раскрасит, что бы сузить поле деятельности ребёнка, поскольку малыш ещё не умеет долго сосредотачиваться на чём-либо одном и ему нужно быстрее получить результат. Сперва ребёнка учат отрывать от салфетки полоски: левой рукой он должен держаться салфетку, а правой – отрывать полоску от верхнего края. Это достаточно сложные действия для ребёнка 3 лет. Если ребёнку поначалу даётся это с трудом, то можно разрешить ему отрывать от салфетки кусочки (среднего размера, не мелкие).

Готовые полоски ребёнок скатывает в бумажные шарики. Лучше всего, чтобы он делал это тремя пальцами (большим, указательным, средним), совершая круговые движения. Но на начальном этапе можно разрешить раскатывать бумажную полоску ладонями.

Затем ребёнок должен наклеить бумажные шарики на приготовленную картинку, стараясь плотно прижимать их друг к другу. Нужно закрыть шариками площадь внутри контура изображения.

Скань.

В данном контексте скань – это ажурные фигурки, свитые из тонкой металлической проволоки. Сканью могут заниматься даже маленькие дети. Однако проволоку, с которой они будут работать, нужно предварительно продеть внутрь шнурка, обработав концы, чтобы ребёнок не поранился. Ребятам постарше подойдёт и обычная проволока. Сперва предложите изготовить из неё простые фигуры: круг, квадрат, треугольник, змейку, спиральку. В дальнейшем из этих базовых фигур составляют более сложные.

Разновидностью скани является выкладывание узоров бумажным жгутом. Заранее составьте с ребёнком эскиз будущей декоративной композиции. Выберите фон для неё – лист цветного картона. Изготовьте детали и предварительно разложите их на картонном листе, а затем по очереди приклейте.

Опыт показывает, что ребенку трудно дается изготовление и применение деталей овальных, круглых, спиралевидных форм. Чтобы изготовить эти формы намочите бумажный шпагат намотайте его на карандаш, бутылочку, трубку или другую цилиндрическую форму и высушите. Затем разрежьте шпагат на кольца или полукольца.

Хорошей тренировкой руки служит также обматывание проволокой, жгутом, тонкой бельевой веревкой, толстыми нитками каких-либо предметов: ручек, карандашей, бутылок, - либо простое сматывание нитей или проволоки в клубок.

«Вышивка».

Для «вышивки» понадобится кусок оконной сетки с ячейками покрупнее, пяльцы и цветные шнурки. Закрепите оконную сетку при помощи пяльцев и предложите ребенку продевать шнурки сквозь ячейки. Шнурки лучше взять обувные: их края не будут лохматиться, потому что на них есть специальные наконечники.

Загадочные рисунки.

Берется картон размером примерно 20\*20 см и складывается пополам. Затем выбирается полушерстяная или шерстяная нитка длиной около 30 см, ее конец на 8-10 см обмакивается в густую краску и зажимается внутри картона. Нужно немного поводить ниткой между половинками картона, а затем вынуть ее и раскрыть картон. Получается непонятное пятно, которое дите вместе со взрослыми рассматривают, обводят и дорисовывают.

Кляксография.

На примере этой техники детям дается понятие о симметричном изображении. Для работы понадобится лист бумаги. Его складывают пополам, линию сгиба тщательно проглаживают, а затем лист раскладывают. С Помощью кисточки капают краску на одну половину листа, а затем его вновь раскладывают. Необходимо обратить внимание детей на то, что второе получившееся пятно – копия первого. Пусть дети попробуют разглядеть в пятне какой-нибудь рисунок: цветы, водоросли, деревья и т.п.

Монотипия.

Данная техника похожа по исполнению на кляксографию и используется для того, чтобы изобразить зеркальное отражение объектов на водной глади. Лист бумаги складывается вертикально пополам. На одной половинке рисуются объекты будущего пейзажа, затем лист складывается по линии сгиба и проглаживается, что бы получился отпечаток на другой половинке. Исходный рисунок обводится красками, чтобы он имел более четкие контуры, чем его отпечаток.

Точечный рисунок.

Ребенок должен держать карандаш или фломастер перпендикулярно листу бумаги и заполнять точками пространство внутри контура рисунка. Точки можно наносить красками. Для этого используется спичка. Ее очищают от серы, заматывают ватой и окунают в краску.

Рисование с секретом в три пары рук.

Это игра для детей от 4 лет. Заключается она в следующем: берется прямоугольный лист бумаги и карандаши. Играют три человека. Они договариваются между собой, кто будет рисовать первым, кто вторым, что третьим. Первый начинает рисовать в верхней части листа, например, голову собаки, но так, чтобы остальные ничего не видели. Окончив свою часть рисунка, он загибает лист бумаги сверху, оставив видной совсем небольшой фрагмент, например, край шеи, для того, чтобы второй участник мог продолжить рисовать. Таким образом, все три участника рисуют разные части тела, не зная, что получится в целом. По завершении работы лист разворачивается, чтобы все могли увидеть результат. Выходит очень смешно.

Рисование вдвоем на длинной полоске бумаги.

Рисуя на длинной полоске, вы не будите мешать друг другу, хотя делаете совместную работу. Полезно менять размер бумаги. Можно рисовать изолированные предметы, или сюжеты, или одну общую картинку.

Рисование мыльными пузырями.

На листе выполняется рисунок восковыми мелками. В стакан с мыльными пузырями добавляется гуашь нужного цвета, ставится трубочка (от сока). Ребенок через трубочку выдувает воздух, чтобы над стаканом получилась цветная «шапка» из пузырей. Затем малыш берет рисунок изображением вниз и водит сверху по мыльным пузырям. Когда цвет станет насыщенным, нужно высушить рисунок.

Рисование штрихом.

Ребенок прижимает карандаш к бумаге, по мере движения нажим ослабляется, и кончик карандаша отрывается от листа, оставляя на нем видимый след, так называемый штрих. Штрих – это линия, черта, проведенная одним движением руки, короткая или длинная, тонкая или толстая и т.д. Рисунок, выполняемый штрихом, может быть цветным, а может быть черным или серым. Отвлечение от цвета позволяет сосредоточить внимание на более точной передаче формы, строения изображаемых предметов, композиции рисунка. При помощи штриха можно рассказать о характере изображенного персонажа (добрый или агрессивный), выразить свое отношение к герою.

Граттаж.

Это способ получения рисунка путем процарапывания слоя туши и воска, нанесенного на бумагу. Основу под граттаж выполняет взрослый. Плотный лист бумаги покрывают гуашью одного цвета или наносят пятна красок разных цветов между ними. После высыхания краски лист натирают свечкой, затем по восковому слою наносится тушь, в которую добавлено несколько капель жидкого мыла. Когда тушь высохнет, лист бумаги передают ребенку, который заостренной палочкой процарапывает на нем свой рисунок для слоя краски.

Рисование солью.

Нарисованный краской рисунок посыпается солью, соль пропитывается краской, и после высыхания получается эффектное объемное изображение.

Рисование мылом.

Кусочком мыла ребенок делает контур рисунка. Сверху широкой кисточкой, губкой или куском поролона наносится краска. При этом взрослый следит, чтобы ребенок сельно не прижимал кисточку к изображению, иначе след от мыла исчезнет.

Можно создавать рисунки, выложив пену из мыльных пузырей на бумагу и аккуратно окрашивая кисточкой отдельные пузыри в разные цвета. Когда пузыри лопнут, то на бумаге останутся необычные узоры.

Разрисовка камешков.

В основном для этого используются маленькие гладкие морские камешки. Сама их форма подскажет ребенку, какой образ создать: лягушку, жучка или грибок и т.д. Краску берут акриловую. После высыхания краски камешек покрывают лаком.

Аппликация из ткани.

Сначала покажите ребенку, как рисунок на ткани можно использовать для аппликации. Например, на одном куске ткани изображены цветы. Вырежьте их по контуру, наклейте на лист бумаги и предложите ребенку дорисовать вазу и стол. Затем ребенок сам должен выбрать кусочки ткани с рисунками, которые вдохновляют его на создание своего собственного сюжета для аппликации.

Рисование поролоном.

Кусочками поролоновой губки можно как размазывать круску по бумаге, так и примакивать её по поверхности листа. Этот вид техники позволяет изобразить разные фактуры: пушистый мех медвежонка, снежный покров, водную гладь, сухие осенние листья.

Отпечатки листьев.

Осенью во время прогулки с детьми соберите опавшие листья. Дома предложите детям покрыть листья гуашью, не оставляя пустых мест, а затем приложить их к листу бумаги окрашенной стороной вниз и прижать, не сдвигая с места, иначе отпечаток будет нечетким. Когда лист бумаги заполнится отпечатками, можно кистью дорисовывать стволы деревьев.

«Расчесывание» краски.

Гребешком, стекой с зубчиками или обыкновенной вилкой водят по мокрой краске и процарапывают на ней линии – прямые или волнистые, длинные или короткие. Таким способом можно рисовать небо, песок в пустыне или пляж, речку, море, шерсть животных и др.