# Консультация для родителей на тему: «так играют наши ручки».

Тонкая (мелкая) моторика - это двигательная деятельность, которая обуславливается скоординированной работой мелких мышц руки и глаза.

Научно доказано: чем больше мастерства в детской руке, чем разнообразнее движения рук, тем совершеннее функции нервной системы.

Навыки тонкой моторики:

* способствуют развитию речи и мышления ребенка;
* помогают ребенку обследовать окружающие его предметы и тем самым позволяют ему лучше понять мир, в котором он живет;
* позволяют ребенку выразить себя через игру и другие виды деятельности, так как движения становятся совершеннее;
* способствуют повышению самооценки ребенка, потому что у него получается
* выполнение задуманного.

Слабое развитие моторики остается одной из основных проблем наших детей. Поэтому важно развитие мелкой моторики пальцев рук.

Систематические упражнения по развитию мелкой моторики пальцев рук помогают выработать навыки самоконтроля движений рук не только под контролем зрения, но и при участии осязания, тактильно- двигательных ощущений (на ощупь).

Повторение одного и того же движения способствует автоматизации двигательных навыков, является основой подготовки руки к обучению письму.

Желательно развивать равным образом движения пальцев обеих рук, как в

играх, так и в быту.

Стараться ориентироваться на те упражнения, которые способствуют развитию

всех пальцев рук.

Для укрепления и развития детской руки, координации движений рук существуют разнообразные упражнения и игры, которые мы используем при работе с детьми в детском саду.

О некоторых упражнениях и играх хочется рассказать вам более подробно.

# **«ЗАСТЕЖКИ».**

В быту упражняйте детей в застегивании и расстегивании пуговиц на одежде, пряжки на сандалиях, ремнях.

Так же можно «застежки» сделать самим:

«Длинная дорожка». Нарезать небольшие полоски плотной ткани, на одном конце сделать петельку; а на другом пришить пуговицу - пристегивать полоски

друг к другу.

«Полянка». Взять кусок ткани, пришить к нему в разных местах пуговицы разных размеров, вырезать из клеенки или ткани фигурки (цветы, животные, геометрические фигуры и др.) и сделать (вырезать) петельки (по размеру пуговиц) - пристегивать фигурки к «полянке», подбирая петельки по размеру

пуговиц.

«Сделай игрушку». Вырезать из ткани части предмета. Например, зайка - ушки, лапки, голова, туловище - все отдельно. На одном конце детали пришить пуговицу, а на другом сделать петельку. Пристегивать части игрушки друг к другу, чтобы получилось целое изображение. Можно сделать животных, домик, веточку с листьями, цветок и др.

# «ШНУРОВКИ».

В быту - это шнурование ботинка и других предметов, где возможно плетение.

Продается множество готовых шнуровок. Лучше начинать с самых простых - несколько дырочек и один шнурок. Затем использовать плетение из нескольких шнурков разных цветов. И только после этого приступать к шнуровкам из частей - шнурование маленьких фигурок к заготовке с дырочками. Все задания сначала выполнять по показу и приступать к более сложным работам только после того, когда ребенок научится справляться самостоятельно с простыми работами. Запаситесь терпением, так как шнуровки даются детям не легко и требуется ваша помощь.

Шнуровки можно сделать и самим из кусков старых ремней или вырезать из мягкой пластмассы (из бутылок от шампуня) или кусочков линолеума, проделав в них дырочки. Сначала поочередно вдевать шнурок в дырочки по порядку в один ряд - получаются прерывистые полоски, аналогично шнуровать по краю заготовки. Затем использовать два ряда дырочек и выполнять по показу разнообразные плетения - вертикальные и горизонтальные полоски, наискосок, перекрещивание. Можно использовать шнурки двух цветов. Шнуровки могут быть разнообразными - все зависит от вашей фантазии

# «ЗАВЯЗКИ»

Это завязывание и развязывание ленточек, завязок у шапки, шнурков,

платочков, узелков, бантиков и т. д.

Проводить упражнения лучше в игровой форме: завяжи папе шарфик; маме платочек, бантик; одень мишке шапочку; помоги зайчику завязать шнурки. Задания могут быть разнообразными. Можно использовать реальные предметы

и игрушки.

# «ШТРИХОВКИ».

Проводить на контурном изображении линии в заданных направлениях простым карандашом. Сначала по контурным линиям, по показу, затем по одной линии с заданным направлением. Линии проводить близко друг к другу,

не выходя за контур.

«ОБВОДКИ».

Обводить карандашами тонкий нарисованный контур (или пунктир) точно по

линии.

Обводить карандашами плотные плоские фигурки, придерживая их левой

рукой.

# «РАСКРАСКИ».

Раскрашивание готовых контурных изображений цветными карандашами, мелками, красками. Использовать вначале крупные изображения из 1-3 частей, и только после того, как ребенок научится раскрашивать крупные детали (без просветов, желательно в одном направлении, с сильным нажимом, не выходя за контур), можно приступать к более сложным раскраскам.

# «МОЗАЙКИ».

Выкладывание узоров или рисунков по образцу или показу из кнопочек мозаики, кусочков цветного картона и т.д.

# «ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА».

В выполнении упражнений участвуют в равной степени левая и правая рука - поочередно или вместе. Упражнения выполняются по показу.

Вот некоторые из них: зайчик, пальчики здороваются, пальчики бегают, стул, стол, замок, цепочка, кнопочки и другие.

Есть специальные книги с упражнениями для пальчиков, а в группе картотека с

играми и упражнениями.

# «МАССАЖ ДЛЯ ПАЛЬЧИКОВ»

Хорошо делать массаж для пальчиков и ладошек каждый день. Используются четыре основных приема: поглаживание, разминание, растирание,

постукивание.

Затрачивая всего 5 минут в день на проведение пальчиковой гимнастики и массажа можно оказать существенную помощь ребенку.

Занимаясь с ребенком, необходимо придерживаться следующих правил:

* начинайте с массажа и разогрева кистей рук, заканчивайте поглаживанием;
* выполняйте движения и правой, и левой рукой;
* движения на сжатие должны сочетаться с расслаблением;
* упражнения должны включать изолированные движения каждого пальца;
* прежде чем переходить к новому упражнению, важно как следует отработать предыдущее пальчиками правой и левой руки;
* используйте те игры, которые нравятся ребенку и доступны ему;
* при массаже рук ребенка помогайте ему своими руками только в том случае, если у вас положительный настрой.

# «УПРАЖНЕНИЯ С КАРАНДАШАМИ».

Для выполнения упражнений использовать не заточенные карандаши (круглые или с гранями) или палочки. Упражнения выполнять двумя руками по очереди или вместе. В группе есть картотека упражнений с карандашами.

Вот несколько упражнений:

* прокатывание карандаша между ладонями;
* растирать центр ладони концом карандаша;
* упираясь концами карандаша в центр ладоней перемещать руки вверх, вниз, по кругу и т.д., стараясь не уронить карандаш;
* удерживать палочку концами пальцев двух рук на весу поочередно (сначала указательным, затем средним пальцем и т.д.);
* «собираем карандаши» - брать одной рукой и перекладывать в другое место (например, со стула на стол и др.), затем поменять руки (10-15 карандашей);
* «пропеллер» - вращать карандаш между пальцами;
* слегка держать карандаш между пальцами, чтобы он медленно сполз вниз;
* прокатывание карандашей по столу: сначала одной рукой, затем другой, затем двумя вместе;
* пальчики шагают» - зажать карандаш между указательным и средним пальцем и делать пальчиками «шаги» по столу, не роняя карандаш.

# «УПРАЖНЕНИЯ С ШАРИКАМИ, ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ».

Подбрасывать шарик правой (левой) рукой поочередно, затем двумя руками

одновременно.

Зажать шарик в правой (левой) руке, затем в двух руках и поворачивать в

разных направлениях кисти рук.

Зажать шарик между ладонями: сильно сдавливать шарик, затем расслаблять

руки, не выпуская шарика.

Взять шарик большим и указательным пальцами и сильно сжать его. Аналогично сжимать шар между другими пальцами.

С силой сжимать в руке шар, который располагается в середине ладони.

Взять шарик кончиками всех пальцев руки и надавливать на поверхность, как

бы мять ее.

# «ИГРЫ С ПУГОВИЦАМИ».

Для упражнений использовать плоские пуговицы разного цвета и размера.

Некоторые упражнения:

* разложи пуговицы по цвету - на цветные тарелочки; цветную бумагу; цветные контуры (колечки), нарисованные фломастером;
* выбери большие (маленькие) пуговицы;
* найди одинаковые пуговицы;
* цветные дорожки - чередование по цвету, размеру;
* выкладывание по контуру (линия, круг, квадрат и т.д.);
* собери пуговицы в ведерко;
* сосчитай пуговицы;
* найди самые красивые пуговицы (помогите ребенку объяснить, чем они

понравились);

* пальчики ходят - поставить средний и указательный пальчики на пуговицы, и

передвигать их по столу

# «ЛАСКОВЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ПАЛЬЧИКОВ».

Это игры с мягкими игрушками. Игрушки должны быть хорошо знакомы.

Упражнения:

* сначала обследовать игрушки, затем спрятать 3-5 игрушек в мешочек или коробку, ребенок должен с закрытыми глазами на ощупь узнать игрушку (назвать или показать на картинке);
* найти на ощупь названную игрушку;
* найти на ощупь две одинаковые игрушки;
* игра в прятки: взрослый прячет игрушки в разные места, доступные ребенку, а он их ищет (сначала надо ребенку показать игрушки, назвать их и сосчитать);
* обследование игрушек: поглаживание, сжимание и т.д.; затем рассказ об игрушке по вопросам взрослого и с его помощью (какая игрушка?).

# «ИГРЫ С ПРИРОДНЫМ МАТЕРИАЛОМ И КРУПАМИ».

«Золушка».

Два вида материалов. Нужно выбрать более крупные предметы из мелких (манка и горох, фасоль и рис, камешки и песок и др.) или разобрать по двум

чашечкам (желуди и каштаны, камни и шишки и др.).

«Найди игрушку».

Насыпать в небольшой таз крупу, горох или фасоль (можно использовать сухой песок) и спрятать (закопать) туда маленькие (около Зсм) пластмассовые игрушки (5-10 штук). Ребенок должен найти все игрушки и достать их из таза.

«Рисуем пальчиком».

Манку или сухой песок насыпать на поднос тонким слоем и по нему рисовать пальчиком картинки по показу, образцу или самостоятельно. Чтобы нарисовать

следующую картинку поднос надо слегка встряхнуть на весу.

«Наполни бутылочку».

В чашке лежит фасоль. Переложить ее в небольшую прозрачную бутылочку. Брать фасоль по одной: сначала правой рукой, затем левой, затем (если

получается) обеими поочередно.

«Бусы».

Использовать макароны с дырочками (типа коротких рожков) и нанизывать их

на ниточку или шнурок.

«Парочки».

Несколько пар предметов разного качества разложить на два подноса. С одного подноса взять предмет, потрогать его, закрыть глаза и найти такой же предмет на другом подносе (палочки, желуди, каштаны, шишки и др.).

«Найди предмет».

Сначала потрогать все предметы (5 - 7), выложенные на столе, затем закрыть или завязать платком глаза, и по названию найти нужный предмет.

«Узоры».

Сделать на картоне пластину из пластилина (размазывать маленькие кусочки пластилина по картону тонким слоем - 1-2 мм). Затем из круп и семечек выложить на пластине узор или изображение и вдавить детали в пластину.

«Массаж».

Прокатывание горошины между ладонями, прокатывание ее по столу, придавливать к столу, крутить между пальчиками и т.д.

«Хозяюшка».

На поднос насыпать семечки, горох, фасоль, камешки, желуди и др. (3-5 видов, каждого предмета не более 10 шт.). Взять 5 прозрачных баночек и

разложить по ним предметы одного вида.

«Дорожки».

На листе бумаги нарисовать линии или крупные геометрические фигуры и

выкладывать на линии семечки или фасоль.

«Угадай-ка».

Угадывать на ощупь в каком мешочке что лежит.

Аппликации из круп.

Нарисовать на листе картона контур, густо промазать его клеем ПВА, посыпать крупой и слегка прижать. Когда клей высохнет стряхнуть лишнюю крупу.

# «ИГРЫ С БРОСОВЫМ МАТЕРИАЛОМ, БУМАГОЙ И ТКАНЬЮ».

«Шарики».

Отрывать кусочки бумаги, мять ее и катать из нее шарики.

С бумажными шариками можно играть: забивать пальчиком шарик в ворота; перекидывать из руки в руку, выкладывать дорожку и др.

«Фантики».

Фантики от конфет из фольги смять, а затем пальчиком разгладить.

«Внимательные ручки».

Поглаживание тканей разной фактуры и качества правой и левой рукой. Помогите ребенку определить, какая ткань для чего может подойти.

«Намотай клубочек».

Наматывать толстую нитку (как для вязания) на клубок, если не получается, то сначала наматывать ниточку на палочку.

«Наведи порядок».

На столе вразнобой лежат предметы (по 3-5 предметов одинаковых по качеству

ткань, пластмасса, вязаные вещи и т.д.). Надо разложить предметы по кучкам

подобрать одинаковые по качеству.

«Коробочка».

В крышке коробки от обуви сделать отверстия разного размера. Рядом, в ведерке или тазике лежат разные по размеру и форме предметы (шарики, бусы, палочки, маленькие игрушки и т.д.). Переложить все предметы из тазика в коробочку так, чтобы предметы соответствовали размеру отверстий в

коробочке.

«Колпачки».

Для игр и упражнений используются цветные крышки от пластиковых бутылок

в серединке проделать дырочку шилом или накаленным гвоздем.

«Бусы».

Надевать на шнурок цветные крышки в определенном порядке по показу или

схеме.

«Запомни и повтори».

Выложить на листе из цветных крышек узор или рисунок, рассмотреть его с ребенком около минуты, обращая внимание на последовательность или главные детали, и накрыть. Выложить на пустом листе такой же узор.

«Коврик».

Карточки, разделенные на квадраты (2x2см), в серединках квадратиков приклеены цветные кружочки в виде различных узоров и такие же карточки, но без кружочков. Выкладывать на пустой карточке узор из цветных крышек,

такой же как на карточке-образце.

«Шустрая муха».

Бумажный квадрат, разделенный на 9 квадратиков. Передвигать цветной колпачок по квадратикам по словесной инструкции (вправо вверх, середина вниз и т.д.)

Вот некоторые игры и упражнения, с которыми хотелось вас познакомить.

Выбирайте наиболее понравившиеся и играйте - ведь дети так любят различные игры.

Не обязательно использовать предложенные игры - их можно найти в

специальных книжках или придумать самим.

Уделяйте упражнениям по 10-15 минут в день, и вы заметите, как пальчики вашего ребенка становятся более ловкими, развиваются усидчивость и

внимание.

Находите время для игр со своим ребенком, ведь ему так необходимо ваше

внимание.

Играйте с ребенком с интересом и хорошим настроением - от этого тоже зависит результат.

Не забывайте хвалить ребенка, если даже получилась самая малость.

Усложняйте задания постепенно, лишь после того, как ребенок будет

справляться с легким заданием.

Помогайте ребенку, если не получается, но помощь должна быть минимальной и необходимой, поощряйте самостоятельное выполнение задания.

Поощряйте инициативу ребенка в выборе игр.

Доводите начатое дело до конца, не оставляйте незаконченной работу.

Старайтесь придерживаться данных советов и будьте терпеливы в играх с детьми, ведь не сразу и не всегда все получается.

Успехов вам и вашим детям!