**Мелкая моторика у детей дошкольного возраста и способы ее развития.**

Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». *Что же такое мелкая моторика?* Мелкая моторика — это способность выполнения мелких движений пальцами и руками по средством скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т. к. развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. *Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка?* Так как именно развитию мелкой моторики у детей, психологи придают особую важность и при этом связывают развитие мелкой моторики именно с развитием речи. Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д.

Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. А в старшем дошкольном возрасте, работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки, должна стать важной частью подготовки к школе, в частности, к письму.

*Какие же упражнения помогут ребенку усовершенствовать свои навыки?*

1. **Пальчиковая гимнастика.**Можно предложить ребенку пальчиковые игры, инсценировки рифмованных историй, сказок, упражнения при помощи пальцев. Для получения максимального эффекта пальчиковые упражнения должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.
2. **Массаж.**

Лучше, если технику массажа вам покажет опытный массажист, однако самые простые приемы Вы можете освоить сами. Массаж выполняется одной рукой, другая рука придерживает массируемую конечность. Продолжительность массажа 3-5 минут; проводится несколько раз в день. Массаж включает в себя следующие типы движений: поглаживание, растирание, вибрация, с помощью специальных мячиков, сгибание-разгибание пальцев.

1. **Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками.**

Детям предлагается сортировать, угадывать с закрытыми глазами, катать между большим и указательным пальцем, придавливать поочередно всеми пальцами обеих рук к столу, стараясь при этом делать вращательные движения, нанизывать бусы, выкладывать силуэты и т.д.

1. **Песочная терапия.**

Можно предложить ребенку создать картину из песка, найти спрятанную игрушку, создать песочную проекцию (зоопарк, лес и т.п.), постановку знакомой сказки и т.д.

1. **Вырезание ножницами.**

Особое внимание уделяется усвоению основных приемов вырезания - навыкам резания по прямой, умению вырезывать различные формы (прямоугольные, овальные, круглые).

1. **Аппликации.**

Из вырезанных фигурок дети могут составлять композиции – аппликации, коллажи.

1. **Работа с бумагой. Оригами. Плетение.**

Плетение ковриков из бумажных полос, складывание корабликов, фигурок зверей из бумаги, изготовить игрушки для игр с водой и ветром, елочные украшения, подарки и т.п.

1. **Лепка из пластилина, глины и соленого теста.**

Предложить слепить колбаски, колечки, шарики; разрезать пластилиновую колбаску пластмассовым ножом на множество мелких кусочков, а потом слеплять кусочки снова. Из каждого маленького кусочка делать лепешку или монетку. (Можно надавить на лепешку настоящей монеткой или плоской игрушкой, чтобы получить отпечаток.) Оклеивать полученными лепешками баночки, веточки, и. т. д. Выкладывать из пластилина заданного рисунка шариками, колбасками на фанере или листе картона. Оклеивать пластилином стеклянную бутылку и придание ей формы вазы, чайника и т. д. Лепка геометрических фигур, цифр, букв.

1. **Шнуровки.**

Шнуровки можно разделить на несколько видов. Во-первых, шнуровки сюжетные. Ребенку предлагается “незаконченная” картинка (изображение ежика, белочки, елки, вазы с букетом, домика), к которой нужно пришнуровать недостающие детали: грибы, фрукты и орехи, новогодние игрушки, цветы, окошки и т. п. Второй вид шнуровок: пуговицы, башмачки, цилиндры или любые другие, сделанные из дерева или мягкого безопасного материала, цельные предметы, в которых проделаны отверстия для шнурков. К ним прилагаются веревочки и инструкции по созданию художественных переплетений на игрушке-основе. Наконец, третий вид шнуровок: изготовленные из ткани детали домиков, книжек и т. п. , которые предлагается соединить с помощью шнурков, чтобы получилась цельная мягкая игрушка или сюжетная мягкая «картина».

1. **Рисование, раскрашивание.**

Для начала хорошо использовать: обводку плоских фигур. Обводить можно все: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, плоскую игрушку и т. д. Особенно подходят для этой цели формочки для приготовления печений или кексов;

рисование по опорным точкам; дорисовывание второй половины рисунка; рисунок по образцу, не отрывая руки от бумаги.
Также можно использовать различные нетрадиционные техники.

Монотипия: на лист бумаги наносят краску разных цветов. Затем на лист накладывается другой лист, и отпечаткам придают определенную форму с помощью кисти, карандаша, фломастера.

Набрызг: кисть опускают в краску, а затем разбрызгивают краску на лист бумаги с помощью пальцев или карандаша. Таким образом, можно создавать фон рисунка.

Кляксография: на лист бумаги наносятся краски в любом порядке. После нанесения рисунка карандашом или фломастером предают какое-либо очертание, создают образ.

Тампонирование: нанесение красок на бумагу с помощью ватных тампонов или губок.

Можно рисовать пальчиками.

1. **Графические упражнения.**

Можно взять задание на дорисовывание недостающих деталей у цветов и предметов, обводка лекал, заштриховка и раскрашивание контурных изображений, картинок в альбомах для раскрашивания. Предусматривается постепенный переход к работе по заданной схеме действия. Опыт графических движений ребенок приобретает, выполняя различные виды штриховки, рисуя, копируя рисунки, обводя контуры по точкам и пунктирным линиям, рисуя орнаменты по клеточкам. При этом ведется обучение правильным приемам действий: вести линию сверху вниз и слева направо; штриховать ровно, без пробелов, не выезжая за контур.

1. **Штриховка.**

Задания со штриховкой выполняются на нелинованной бумаге. Способствуют подготовке руки к письму. Ребенок должен стараться не отрывать ручку от бумаги и не прерывать линии. Раскрашивание рисунков предполагает четыре вида штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движения.

*Виды штриховки*: раскрашивание короткими частыми штрихами; раскрашивание мелкими штрихами с возвратом; центрическая штриховка (круговая штриховка от центра рисунка); штриховка длинными параллельными отрезками.

*Правила штриховки*: штриховать только в заданном направлении; не выходить за контуры фигуры; соблюдать параллельность линий; не сближать штрихи, расстояние между ними должно быть 0, 5 см.

1. **Физические упражнения.**
 Это разнообразные висы и лазание (на спортивном комплексе, по лесенке и т.д.). Такие упражнения укрепляют ладони и пальцы ребенка, развивают мышцы. Ребенок, которому позволяют лазать и висеть, лучше осваивает упражнения, направленные непосредственно на мелкую моторику.

**Значение развития мелкой моторики**

- Повышает тонус коры головного мозга.

- Развивает речевые центры коры головного мозга.

- Стимулирует развитие речи ребенка.

- Согласовывает работу понятийного и двигательного центров речи.

- Способствует улучшению артикуляционной моторики.

- Развивает чувство ритма и координацию движений.

- Подготавливает руку к письму.

- Поднимает настроение ребенка.

Развивая мелкую моторику, нужно не забывать о том, что у ребенка две руки. Старайтесь все упражнения дублировать: выполнять и правой, и левой. Развивая правую руку, мы стимулируем развитие левого полушария мозга. И наоборот, развивая левую руку, мы стимулируем развитие правого полушария.