

# Развитие мелкой моторики

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной.

**Развитие мелкой моторики** играет важную роль для общего развития ребенка.



Она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что **развитие мелкой моторики и развитие речи** очень тесно связаны. Именно поэтому для своевременного развития речи ребенка необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики. Мелкая моторика непосредственно влияет на ловкость рук, на подчёрк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка.

Мелкая моторика развивается постепенно, это индивидуальный процесс и у каждого ребенка он проходит своими темпами. Чтобы помочь малышу совершенствовать мелкую моторику, нужно играть

Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики. Их можно разделить на следующие группы: пальчиковые игры, игры с мелкими предметами, лепка и рисование, массаж пальчиков.

Для того, чтобы развивать моторику малыша, не всегда нужны специальные упражнения. Можно просто поиграть с тем, что есть дома у каждой мамы.

1. Массаж ладошек.
2. Разрывание бумаги.
3. Лепка ( пластилин, глина, тесто)
4. Составление контуров предметов (например: стола, дома) сначала из крупных, затем из более мелких палочек.
5. Составление цепочки из 5-10 канцелярских скрепок разного цвета.
6. Вырезание из бумаги какой-либо фигуры (например, ёлки) правой и левой рукой.
7. Нанизывание пуговиц, крупных бусинок на шнурок, а мелких бусин, бисера – на нитку с иголкой.
8. Сортировка бобов, фасоли, гороха, а также крупы (пшеница, гречка, риса).
9. Застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, крючков.
10. Завинчивание и отвинчивание шайбы, крышек у пузырьков, баночек.
11. Доставание бусинок ложкой из стакана.
12. Складывание мелких предметов (например, пуговиц, бусин) в узкий цилиндр.



13. Наматывание нитки на катушку и сматывание её в клубок.
14. Продевание нитки в иголку.
15. Пришивание пуговиц и сшивание материалов различными видами швов.
16. Стирание ластиком нарисованных предметов.
17. Рисование на песке (начать с простых фигур, постепенно усложняя задание)
18. Капание из пипетки в узкое горлышко бутылочки
19. Втыкание канцелярских кнопок в деревянный брусок.
20. Комканье платка (носовой платок взять за уголок одной рукой и вобрать в ладонь, используя пальцы только этой руки).
21. Прикрепление бельевых прищепок к горизонтально натянутой веревке.
22. Перебирание четок или бус одновременно двумя руками навстречу друг другу и обратно.
23. Нахождение спрятанных предметов в «сухом бассейне» с горохом и фасолью (в пластиковых ведрах или тазиках).
24. Сжимание и разжимание эспандера.
25. Катание резиновых, пластмассовых, деревянных, поролоновых мячей с шипами («ёжиков»).
26. Игры с конструктором, мозаикой, пазлами и другими мелкими предметами.
27. Рисование и раскрашивание (полезно рисовать на вертикальных поверхностях)
28. Вырезание