РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ и

КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ ПАЛЬЦЕВ РУК

Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Письмо - это сложный навык, включающий выполнение тонких координированных движений руки. Техника письма требует слаженной работы мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного внимания.

Для овладения навыком письма необходима определенная функциональная зрелость коры головного мозга. Неподготовленность к письму, недостаточное развитие мелкой моторики, зрительного восприятия, внимания может привести к возникновению негативного отношения к учебе, тревожного состояния ребенка в школе. Поэтому в дошкольном возрасте важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создания условий для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыка ручной умелости.

Но в дошкольном возрасте важна именно подготовка к письму, а не обучение ему, что часто приводит к формированию неправильной техники письма.

Созревание соответствующих зон головного мозга, развитие мелких мышц кисти в основном заканчивается к 6-7 годам. Поэтому работа по развитию мелкой моторики должна начаться задолго до поступления в школу.

Начинать работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего возраста. Уже в младенческом возрасте можно выполнять массаж пальчиков, в раннем и дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом (например, "Сорока"), не забывать о развитии элементарных навыках самообслуживания: застегивание и расстегивание пуговиц, завязывание шнурков и т.д. И, конечно, в старшем дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью подготовки к школе.

Работа по развитию движений рук должна проводиться регулярно, только тогда будет достигнут наибольший эффект от упражнений. Задания должны приносить ребенку радость, не допускайте скуки и переутомления.

Чем же можно позаниматься с детьми,

чтобы развить ручную умелость?

- Запускать пальцами мелкие волчки.

- Разминать пальцами пластилин, глину.

- Катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусинки, шарики.

- Сжимать и разжимать кулачки, при этом можно играть, как будто кулачок - бутончик цветка (утром он проснулся и открылся, а вечером заснул - закрылся, спрятался).

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

- Двумя пальцами руки (указательным и средним) "ходить" по столу, сначала медленно, как будто кто-то крадется, а потом быстро, как будто бежит. Упражнение производится сначала правой, а потом левой рукой.

- Показать отдельно только один палец - указательный, затем два (указательный и средний), далее три, четыре, пять.

- Барабанить всеми пальцами обеих рук по столу.

- Хлопать в ладоши тихо и громко, в разном темпе.

- Собирать все пальцы в щепотку (пальчики собрались вместе - разбежались).

- Нанизывать крупные шарики, пуговицы, бусинки на нитку.

- Наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, карандаш (получается колечко или спираль).

- Завязывать, развязывать узлы на толстой веревке, на шнуре.

- Застегивать, расстегивать пуговицы, крючки, молнии, замочки.

- Закручивать, раскручивать крышки.

- Заводить механические игрушки ключиками.

- Закручивать шурупы, гайки.

- Игры с конструктором, мозаикой, кубиками.

- Складывание матрешек, пирамидок.

- Рисование в воздухе.

- Игры с песком, водой.

- Перебирать, перекладывать различные виды круп.

- Мять руками поролоновые шарики, губку.

- Шить, вязать на спицах.

- Рисовать, раскрашивать, штриховать.

- Резать ножницами.

- Рисование различными материалами (ручкой, карандашом, мелом, восковыми мелками, акварелью, гуашью, углем и т.п.).