

Развиваем мелкую мускулатуру рук

Многие, наверняка, не раз слышали об особой важности развивать мелкую мускулатуру рук. Не секрет, что тренировка движений пальцев и кистей рук способствует не только развитию речи ребёнка, но и подготавливает руку к письму, развивает тактильную чувствительность, а так же оказывает благоприятное влияние на совершенствование внимания и восприятия.

Необходимость развития активных движений пальцев и кистей рук имеет научное обоснование. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН РФ установили, что проекция кисти руки в головном мозге расположена очень близко с речевой зоной. Для того, чтобы у ребенка была хорошо развита речь, следует тренировать не только органы речи, но и мелкую моторику.

Благоприятное воздействие на развитие движений кистей рук оказывают следующие **виды деятельности**:

- пальчиковая гимнастика;
- пальчиковый массаж/самомассаж;
- ручной труд (оригами, макраме, изготовление различных видов поделок, бисероплетение, вышивка, вязание, пришивание пуговиц, выжигание)
- изобразительная деятельность (лепка, аппликация, рисование) ;
- работа с ножницами;
- манипуляции с различными предметами (пирамидки, матрёшки, мозаика, пазлы, игры-шнуровки, счётные палочки, занятия с крупами и песком, конструктор, застёгивание-расстёгивание пуговиц, липучек, крючков и т. д.)

При проведении занятий следует придерживаться нескольких условий:

- место для проведения занятий должно иметь хорошее освещение;
- все предметы и игрушки должны быть достаточно крупными во избежание попадания в рот, нос, уши;
- руки ребёнка должны быть чистыми, сухими, с остриженными ногтями;
- следите за тем, чтобы руки ребёнка не были напряжены;
- в начале и середине занятия желательно 2-3 минуты проводить разминку пальцев;
- поощряйте любые успехи ребёнка, стимулируя его желания достичь более высоких результатов.

Предлагаю Вашему вниманию упражнения и игры с предметами, в которых малыш может тренировать мелкую моторику, помогая родителям и чувствуя себя нужным и почти взрослым. Я уверена, таких нужных дел можно найти много, вот некоторые из них.

- Снимать шкурку с овощей, сваренных в мундире. Очищать крутые яйца. Чистить мандарины.

- Разбирать расколотые грецкие орехи (ядра от скорлупок). Очищать фисташки. Отшелушивать пленку с жаренных орехов.
- Собирать с пола соринки. Помогать собирать рассыпавшиеся по полу предметы (пуговицы, гвоздики, фасоль, бусинки).
- Лепить из теста печенье. Лепить из марципановой массы украшения к торту.
- Помогать сматывать нитки или веревку в клубок (о том, кто их размотал лучше умолчать)
- Начищать обувь для всей семьи специальной губкой.
- Вешать белье, используя прищепки (нужно натянуть веревку для ребенка) .
- Помогать родителям отвинчивать различные пробки - у канистр с водой, пены для ванн, зубной пасты и т. п.
- Помогать перебирать крупу.
- Рвать, мять бумагу и набивать ей убираемую на хранение обувь.
- Вытирать пыль, ничего не упуская.
- Включать и выключать свет.
- Собирать на даче или в лесу ягоды.
- Искать край скотча. Отлеплять и прилеплять наклейки.
- Перелистывать страницы книги.
- Затачивать карандаши (точилкой).
- Штриховать простым карандашом различные фигурки.
- Нанизывать бусины на леску.
- Завязывать бантики куклам.

Напомню, что они способствуют развитию мелкой моторики рук, а следовательно, и развитию речи.

Интересно, не правда ли? Еще интереснее будет тогда, когда вы поиграете со своим малышом в эти игры.

Желаю Вам успехов в занятиях, радости в общении с детьми!