**Развиваем мелкую моторику в домашних условиях.**

**Консультация для родителей**

Сысоева С.О.

учитель-дефектолог ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики

и дифференциального обучения»

г. Тамбов

Тонкая или как еще можно называть мелкая моторика - это двигательная деятельность, которая обуславливается скоординированной работой мелких мышц руки и глаза. Учеными было доказано, что чем больше развита мелкая моторика у детей, тем разнообразнее движения рук. А следовательно становятся совершеннее функции нервной системы ребенка [1].

Навыки тонкой моторики: способствуют развитию речи и мышления ребенка. Ведь такие навыки 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, а так же способствуют повышению самооценки ребенка, ведь у него будет получаться выполнение раннее задуманного.

Слабое развитие моторики остается одной из основных проблем современных детей, поэтому важно развитие мелкой моторики пальцев рук не только в условиях детского сада, но и в домашних условиях поэтому 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). А также регулярное 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 и стараться ориентироваться именно на те упражнения, которые способствуют развитию всех пальцев рук.

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

Так какие же упражнения подходят лучше всего?

**1. «Пальчиковая гимнастика» [2].**

Для этого упражнения используются четыре основных приема: поглаживание, разминание, растирание, постукивание.

Потребуется 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.

**2. «Игры с карандашами» [2].**

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

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.

**Список использованных источников**

1. Асташина И.В. Лучшие игры для детей от 3 до 7 лет. М.: Рипол Классик, 2008.
2. Новикова О. Веселые пальчиковые игры. М.: Сова, 2005.