

## Консультация для родителей: «Мелкая моторика рук»

Еще в 11 в. до н. э. в Китае было известно, что на кистях рук расположено множество рефлекторных точек, от которых идут импульсы в центральную нервную систему. Разминая определенные точки, можно воздействовать на внутренние органы, которые с этими точками связаны.

Если массируем большой палец – повышается активность головного мозга. Манипуляции с указательным пальцем положительно влияют на желудок, со средним – на кишечник. Массаж безымянного пальца влияет на работу печени, а манипулятивные действия с мизинцем – сказываются на работе сердца.

Развитие мелкой моторики, пальчиковая гимнастика улучшают развитие познавательных процессов дошкольника, уменьшают эмоциональное напряжение, развивают координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус, непосредственно влияют на развитие речи ребенка.

Навыки мелкой моторики начинают формироваться с первых дней с момента рождения ребенка. Сначала младенец просто рассматривает свои руки, затем прилагает усилия прикоснуться и ухватить отдельные вещи. Со временем формируются навыки правильного держания ложки и карандаша.

Таким образом, недостаточное развитие мелкой моторики может приводить к ряду проблем в познавательной сфере и речи ребенка. Именно поэтому работа по развитию мелкой моторики должна начинаться задолго до поступления в школу.

Как развивать мелкую моторику?

1. Массировать пальчики. Массаж кисти рук мягкими движениями и разминание каждого пальчика, ладошки, внешней стороны кисти, а также предплечья очень полезен. Он положительно влияет на иммунитет и общее развитие ребенка.
2. Лепка из теста, пластилина, глины. Лепить из пластилина можно начинать уже с двух лет, а также можно предложить ребенку изготовить и лепить из соленого теста. Происходит творческое самовыражение, развивается гибкость и подвижность пальцев.
3. Крупы. В возрасте 2-3 лет, можно предложить ребенку окунуть руки в ванночки из круп, перебирая фасоль и горох можно потом добавить и более мелкие крупы (гречка, рис, макаронные изделия). Главное следить за техникой безопасности ребенка!

4. Пазлы. Детские пазлы развивают мелкую моторику рук и когнитивные умения. Размер деталей пазлов прямо пропорционально зависит от возраста ребенка. Чем младше малыш, тем крупнее должны быть детали. В 4-5 лет дети могут составлять сюжетные картинки из нескольких десятков элементов.

5. С самого раннего возраста должна регулярно проводиться «пальчиковая гимнастика». Эти игры очень эмоциональны, увлекательны, способствуют развитию речи и творчества. «Пальчиковые игры» — это инсценировка рифмованных рассказов, сказок с помощью пальчиков. В начале и в конце игры необходимо включать упражнения на расслабление, чтобы снять излишнее напряжение в мышцах. Это может быть поглаживание от кончиков пальцев к ладони, помахивание руками. Например: «Пальчики здороваются», «Сожмем-разожмем», «Молоточек», «Падает снег» и др.

Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Ребенок, имеющий высокий уровень, умеет логически мыслить, у него достаточно развиты память, внимание и связная речь.