[«Развитие мелкой моторики у детей»](http://pedrazvitie.ru/servisy/tvorcheskie_gruppy/forma_oplaty?id=59&tip=sertifikat)

  Термин «мелкая моторика» включает использование мелких мышц рук, запястий, пальцев рук, стоп и пальцев ног. Для детей младшего школьного возраста развитие мелкой моторики чрезвычайно важно.

 Моторика бывает 3-х видов:

— крупная;

— мелкая;

— определённых органов.

Крупная моторика — это переворачивание, ходьба, наклоны, ползание, прыжки, бег и т.д.. Развитие крупной моторики обычно происходит сверху вниз. Сначала ребенок учится контролировать движения глаз, затем – рук, ног. Крупная моторика – своеобразная основа, на которую с возрастом накладываются движения мелкой моторики. Мелкая моторика очень важна для развития ребёнка. Моторные центры речи в коре головного мозга находятся рядом с моторными центрами пальцев, поэтому, развивая речь и стимулируя моторику пальцев, мы передаем импульсы в речевые центры, что и активизирует речь, общее развитие ребёнка и влияет на его интеллектуальные способности. Наукой доказано, что одним из показателей нормального физического и нервнопсихического развития ребенка является развитие руки, ручных умений, или, как принято говорить, мелкой моторики. Мелкая моторика - это разновидность движений, в которых участвуют мелкие мышцы. Занятия по развитию мелкой моторики руки являются развивающими, здоровьесберегающими и оздоравливающими.

Мелкая моторика представляет собой выполнение точных мелких движений при помощи пальцев рук, кистей. Обычно ребенок, который обладает высоким уровнем развития мелкой моторики, интеллектуально готов к школьному обучению. Он достаточно хорошо рассуждает логически, у него развиты внимание и память, связная речь. Но, к сожалению, у 70-80% первоклассников неудовлетворительный уровень мелкой моторики рук.

Это приводит к тому, что ученику сложно в процессе письма выдерживать длительное напряжение руки, мешает ребёнку выработать хороший почерк. Ученик не может провести достаточно прямые и четкие линии, вызывает сложность написание цифр, букв, ребёнку не просто вырезать из бумаги фигуры по контуру и т. д. Развитие мелкой моторики тесно взаимосвязано и с развитием речи. Ребёнок не может ясно высказать свою мысль, объяснить точку зрения. Все эти факторы говорят о том, как важна мелкая моторика для учеников . Встает проблема: как развить моторику руки? Чтобы развитие мелкой моторики у школьников происходило более эффективно, можно порекомендовать пальчиковые игры и упражнения ,которые способствуют повышению функциональной активности головного мозга, стимулируют речь, благоприятно воздействуют на психическое развитие детей, снимают умственное напряжение. В результате выполнения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма ,навыков ручного труда и рисования.

**Существуют самые разнообразные формы занятий по развитию движения пальцев.**
1. Статические изображения пальцами предметов, образов окружающего мира: фигуры из пальчиков «флажок», «цветок»;
2. Активные движения пальцев в ритме сопровождающего игру текста в стихотворной форме: «кулак-кулачок», «ладушки –ладошки»;
3. Движение пальцев с предметами: карандашом, орехами, палочками, маленьким мячиком, шнурами, резиновыми кольцами, прищепками и другими предметами;
4. Ира с мозаикой;
5. Лепка пластилином, солёным тестом, глиной;
6. Работа с бумагой: рваная аппликация, складывание, вырезание и наклеивание бумаги, оригами;
7. Игры с крупой, семенами: пересыпание круп из одной ёмкости в другую, разбор разных видов круп, выкладывание из крупы изображений;
8. Действия с водой: переливание воды из одной ёмкости в другую;
9. Действия с песком: пересыпание песка, лепка из сырого песка;
10. Действия с мелкими игрушками;
11. Действия с пуговицами: застёгивание, расстёгивание;
12. Действие с верёвочками: завязывание и развязывание узлов, бантиком;
13. Рисование на бумаге в разных техниках: традиционными способами и нетрадиционными способами;
14. Показ пальчикового театра;
15. Конструирование из лего.

Пальчиковые игры относятся к здоровьесберегающим технологиям, входящим в список современных образовательных технологий.

**Инструкция по выполнению упражнения по развитию моторики руки.**
• Сначала все упражнения выполняются медленно. Нужно следить, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое.
• При необходимости нужно помочь ребёнку или научить его помогать себе второй рукой.
• Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем другой рукой, после этого - двумя одновременно.
• Если упражнения показано на картинке, то для создания зрительного образа надо показать ребенку рисунок и объяснить, как выполняется упражнения. Постепенно надобность в объяснениях отпадает.
• Развивая моторику рук, нужно не забывать о том, что у ребенка две руки. Упражнения надо дублировать: выполнять и правой рукой и левой. Развивая правую руку, мы стимулируем развитие левого полушария мозга. И наоборот, развивая левую руку, мы стимулируем развитие правого полушария.
• Тренировку пальцев следует начинать с самого раннего детства. Дети, у которых лучше развиты мелкие, тонкие движения рук, имеют более развитый мозг, особенно те его отделы, которые отвечают за речь. Иначе говоря, чем лучше будут развиты пальчики ребёнка, тем проще ему будет осваивать речь.

**Виды игр и упражнений по развитию моторики руки:
Физические упражнения**
Мелкую моторику рук развивают также физические упражнения. Это разнообразные висы и лазания (по лесенке, на спортивном комплексе). Такие упражнения укрепляют ладони и пальцы, развивают мышцы.
**Упражнения с грецкими орехами**
Широко можно использовать упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами.
**Перекатывание между ладонями шестигранного карандаша**
Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша.
**Игры с мячиком**
В коррекционной практике можно использовать мяч - что является прекрасным инструментом. Их выбор достаточно широк: в продаже имеются мячи различного цвета, размера, качества, на любой вкус. Игры с мячом развивают мелкую и общую моторику, ориентировку в пространстве, отвлекают внимание ребенка от речевого дефекта, побуждают к общению, регулируют силу и точность движения. Помогают нормализовать эмоционально-волевую сферу, что особенно важно для гипервозбудимых детей. Развивая мышечную силу, усиливают работу важнейших органов легких, сердца, улучшают обмен веществ.

**Занятия с бумагой**
Занятия аппликацией, оригами, конструированием развивают мелкую моторику пальцев рук.Оригами – это такой вид деятельности, в котором задействованы обе руки. Именно поэтому складывание – это полезное занятие, способствующее активности, как левого, так и правого полушария головного мозга, поскольку в работу включены две руки сразу. Медики утверждают, что занятия оригами глубоко влияют на психическое состояние ребёнка и приводят его в равновесие. У детей, занимающихся этим искусством, снижается тревожность, что позволяет им адаптироваться к различным сложным ситуациям.
**Занятия с пластилином, глиной, солёным тестом.**
Занятия по лепки развивают у детей моторику руки. Учащиеся осваивают разные приёмы и способы лепки из глины, солёного теста, пластилина дымковской игрушки, посуды, животных, птиц . В результате изготовления игрушек кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма . Лепка, рисование, конструирование, аппликация — занятия этими видами деятельности помогут не только совершенствованию мелкой моторики, но и развитию внимания, восприятия, фантазии, формированию чувства цвета.

**Пальчиковые игры.**
Пальчиковые игры – это упражнения для пальчиков и рук, инсценировка с их помощью каких-либо стихотворений, историй, сказок. Пальчиковые игры являются важной частью работы по развитию мелкой моторики рук. Игры эти очень эмоциональны, увлекательны для детей, а также исключительно полезны для их общего развития. Рекомендуется использовать для детей младшего школьного возраста пальчиковые игры со стихами:

**Дни недели**
В понедельник я стирала, (кулачки трём друг о друга)
Пол во вторник подметала. (кисти расслабленных рук вниз и делаем имитирующие движения по столу)
В среду я пекла калач, (печём "пирожки")
Весь четверг искала мяч, (правую руку подносим ко лбу и делаем "козырёк")
Чашки в пятницу помыла, (пальцы левой руки полусогнуты, ладонь стоит на ребре, а указательным пальцем правой руки водим по кругу внутри левой руки)
А в субботу торт купила. (ладошки раскрыты и соединены вместе по стороне мизинцев)
Всех подружек в воскресенье
Позвала на день рождения. (машем ладошками к себе)

**Зима**
Раз, два, три, четыре, пять, (загибаем пальчики по одному)
Мы во двор пошли гулять.
Бабу снежную лепили, (имитируем лепку комков),
Птичек крошками кормили, ("крошим хлебушек" всеми пальчиками)
С горки мы потом катались, (ведем ладошкой правой руки по ладони левой руки)
А еще в снегу валялись. (кладем ладошки на стол то одной, то другой стороной)
Все в снегу домой пришли, (отряхиваем ладошки)
Съели суп и спать легли. (производим движения воображаемой ложкой, кладем руки под щеку)

**Апельсин**
Мы делили апельсин! (руки сцеплены в замок, покачиваем)
Много нас, (пальцы растопыриваем)
А он один. (показываем только один палец)
Эта долька для ежа, (пальцы сложены в кулачок, отгибаем по одному пальчику)
Эта долька для стрижа, (отгибаем следующий пальчик)
Это долька для утят, (отгибаем следующий пальчик)
Это долька для котят, (отгибаем следующий пальчик)
Эта долька для бобра, (отгибаем следующий пальчик)
А для волка кожура! (ладони вниз, пальчики растопырены)
Он сердит на нас, беда! (погрозить пальцем)
Разбегайтесь кто куда! (сымитировать бег пальцами по столу)

**Торт**
Тесто ручками помнем, (сжимаем-разжимаем пальчики)
Сладкий тортик испечем. (как будто мнем тесто)
Сеpединку смажем джемом, (кpуговые движения ладошками по столу)
А верхушку — сладким кpемом (круговые движения ладошками друг об друга)
И кокосовою кpошкой
Мы присыплем торт немножко (сыплем "крошку" пальчиками обеих рук)
А потом заваpим чай —
В гости друга пpиглашай! (одна рука пожимает другую)

**Клён**
Ветер тихо клён качает, (пальчики растопырены и тянутся вверх)
Вправо, влево наклоняет: (качаем ладошками вправо-влево)
Раз — наклон и два — наклон, (наклоняем влево — вправо ладошки низко-низко)
Зашумел листвою клён. (пошевелить пальчиками)
Кораблик
По реке плывёт кораблик,
Он плывёт издалека, (сложить руки лодочкой и делать волнообразные движения)
На кораблике четыре
Очень храбрых моряка. (показываем поднятые вверх 4 пальца)
У них ушки на макушке, (поднимаем руки к голове, показываем ушки согнутыми ладонями)
У них длинные хвосты, (приставляем руку к пояснице, изображаем движения хвостиком)
Но страшны им только кошки,
Только кошки и коты. (обе руки поднимаем к голове, изображаем кошачьи когти и шипим)

**Замок**
На двери висит замок (руки в замке)
Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая)
Потянули, (потянули)
Покрутили, (вращаем руки)
Постучали (стучим основанием ладоней)
И – открыли! (руки разжимаются)

**Капуста**
Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)
Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга)
Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)
Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем)
В баночку кладём и пробуем.

**Котёнок**
Шёл один я по дорожке, (показываем один пальчик)
Шли со мной мои две ножки, (показывает два пальчика)
Вдруг на встречу три мышонка, (показываем три пальчика)
Ой, мы видели котенка! (хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову)
У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика)
На лапках - острые царапки, (царапаем ноготками поверхность того что под рукой)
Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков)
Нужно быстро убегать ! (двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности)

**Листья**
Раз, два, три, четыре, пять –
Будем листья собирать. Сжимают и разжимают кулачки.
Листья березы, Загибают большой палец.
Листья рябины, Загибают указательный палец.
Листики тополя, Загибают средний палец.
Листья осины, Загибают безымянный палец.
Листики дуба мы соберем, Загибают мизинец.
Маме осенний букет отнесем. Сжимают и разжимают кулачки.

**В гости**
В гости к пальчику большому
Приходили прямо к дому Поочередно соединять все пальцы
Указательный и средний, с большим пальцем.
Безымянный и последний Мизинец стучит по большому пальцу.
Сам мизинчик-малышок
Постучался об порог.
Вместе пальчики-друзья, Пальцы собрать в щепотку.
Друг без друга им нельзя.

Развивать мелкую моторику ребёнок может не только в школе, посещая кружки, но и дома. Видов таких занятий очень-очень много. Родители должны привлекать ребёнка к интересной и доступной для него деятельности. Например, мама, бабушка затеяли печь пироги. Ребёнок с удовольствием поможет заместить тесто и будет тщательно лепить пирожки.

 Летом можно вместе детьми заниматься прополкой на огороде, собирать садовые и лесные ягоды, а затем их перебирать. Дети постарше смогут почистить и порезать варёные овощи (не острым ножом) . Благодаря всем этим интересным, систематически выполняемым упражнениям, руки ребёнка обретут точность действий, силу и слаженность движений.

**Упражнения для развития мелкой моторики у младших школьников на уроках изобразительного искусства**

Упражнение 1. «Горные дороги».

Это упражнение развивает у ребенка глазомер, мелкую моторику, самоконтроль. Особенно оно полезно для неусидчивых детей.

Необходимо провести прямую линию точно по середине дороги не отрывая карандаш от бумаги и не заезжая за края дороги.

Упражнение 2. «Штриховка».

В этом упражнении необходимо аккуратно заштриховать рисунок. Штриховать надо в различных направлениях.

Штриховка является лучшим средством развития согласованных действий зрительного и двигательного анализаторов и укрепления двигательного аппарата руки. Раскрашивание рисунков предполагает четыре вида штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движения: раскрашивание короткими частыми штрихами; раскрашивание мелкими штрихами; центрическую штриховку (круговая штриховка от центра рисунка); штриховку длинными параллельными отрезками. При их выполнении необходимо соблюдать правила штриховки: не выходить за контуры фигуры, соблюдать параллельность линий и расстояние между ними.

При первых попытках штриховки рука быстро утомляется, дети сильно нажимают на карандаш, нет координации пальцев, но работа сама по себе увлекательна и ребенок возвращается к ней сам. По рисункам можно проследить совершенствование мускульного аппарата. Для штриховки можно использовать простой и цветной карандаши, фломастеры и цветные ручки.

Такие упражнения очень эффективны для развития мелкой моторики кисти рук, т.к. при штриховке включаются движения разных звеньев руки: иногда движутся одни только пальцы (при штриховке мелких частей изображения), иногда вся кисть, а иногда и предплечье (при штриховке более крупных частей и изображений).

Упражнение 3. «Джен-кен-пон»- упражнение-игра.

Упражнение-игра направлена на развитие мелкой моторики руки, слуховое сосредоточение, скорость реакции, избирательность и переключе­ние внимания, удержание правила, развитие оперативной памяти. Это старое японское упражнение-игра, хорошо известное как на Западе, так и в России под названием «Камень, ножницы, бумага». Но оно по-прежнему остается одним из самых лучших, предназна­ченных для двух детей. Оно займет их минут на пять.

Упражнение 4. «Графические узоры».

Для развития мелкой моторики, способности ориентироваться в пространстве листа. Учитель говорит: «Сейчас мы будем рисовать разные узоры. Надо постараться, чтобы они получились красивыми и аккуратными. Для этого надо внимательно слушать меня. Я буду говорить, в какую сторону вести линию и на сколько клеток.
Когда проведете, ждите, пока я не сообщу, что рисовать дальше. Следующую линию надо начинать там, где кончилась предыдущая линия, не отрывая карандаша от бумаги.

Начнем (рисуем на бумаге в клетку). Поставьте карандаш на самую верхнюю точку. Внимание! Рисуйте линию: одна клеточка вниз, не отрывайте карандаш от бумаги. Теперь клеточка направо. Одна клеточка вверх. Одна клеточка направо. Одна – вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна – направо. Одна клетка вниз».

Дальше предлагается самостоятельно дорисовать узор до конца строчки. (Если не получится, необходимо разобрать узор, объясняя еще раз закономерности).

Упражнение 5. «Разноцветный ковер».

Это упражнение развивает мелкую моторику рук, ориентацию в пространстве листа, глазомер.

Внизу посередине листа необходимо нарисовать два зелёных прямоугольника разного размера. В правом верхнем углу квадраты такого же цвета так, чтобы их было больше, чем прямоугольников, а от квадратов нарисовать большой красный кружок.

Упражнение 6. Упражнение-игра: «Кто быстрее – кто ровнее?».

Развивает точность и координацию движений кисти руки. Упражнение-игра может происходить как соревнование двух групп детей. У каждой команды – доска, на которой учитель рисует мелом две вертикальные линии и соединяет их вверху горизонтальной слева направо. Задача детей – сменяя друг друга, быстро проводить ниже параллельные горизонтальные линии.

Упражнение 7. «Кто лучше нарисует»!

Это упражнение надо выполнять очень быстро.

Оно направлено на развитие мелкой мо­торики, зритель­но-моторной координации, слухового сосредоточения, пространственной ориентации на ли­сте бумаги, последовательности действий, внимания.

Необходимо с закрытыми глазами нарисовать (в оп­ределенной последовательности) домик с двумя окнами, дверью, изгородью и двумя деревьями по обеим сторонам домика.

Упражнение 8. «Кисточка».

На рисунке изображено три цветка, у каждого из цветков только по одному лепестку. Необходимо дорисовать как можно больше лепестков каждому цветку.

Упражнение 9. « Ладонь-кулак-ребро».

Учитель показывает три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром (ладонь-кулак-ребро). Ученики выполняет сначала вместе с педагогом, затем по памяти 8-10 раз. Проба выполняется сначала правой, затем — левой, за­ тем двумя руками вместе.

**Тестовые задания для обнаружения уровня развития мелкой моторики**

Задание 1 «ЛАБИРИНТ»

Изучение развития точности движений кисти руки.

Материал: на листах изображены два лабиринта. Задача заключается в том, что ученикам необходимо «пройти» лабиринт, соблюдая его контуры, ни разу не оторвав карандаша и «не заезжая» за его края.

Нормативы: Уровень выполнения высокий, если выходы за пределы лабиринта отсутствуют, карандаш отрывается не более 3 раз.

Уровень выполнения низкий, если ребенок допускает более трех выходов за пределы лабиринта, рисует неровную, дрожащую, очень слабую, почти невидимую линию или линию с очень сильным нажимом, рвущим бумагу, допускает многократное проведение по одному и тому же месту.

Задание 2 «ЗМЕЙКА»

Изучение скорости движений кисти руки.

Материал: на бумаге изображена цепочка из кружочков в виде «змейки».

Ученикам предлагается в течение 30 секунд «запятнать» как можно большее количество кружков в змейке (то есть поставить в центре кружков точки).

При оценивании результатов ведется подсчет общего количества точек, нанесенных ребенком, а затем из полученного числа вычитается общее количество точек, поставленных вне кружка или на его границе. Полученное число (баллы) будет являться показателем успешности выполнения задания.

Нормативы: высокий уровень развития - 34 балла и выше;

Средний уровень – 26-34 баллов;

Низкий уровень развития - до 26 баллов

Задание 3. «КРУГИ»

Изучение координации движений (взаимодействие руки и глаз).

Материал: изображение трех окружностей на плотной бумаге тремя линиями: двумя узкими и одной широкой между ними (расстояние между линиями — 1,5 мм), не тугие ножницы.

Ученикам предлагается вырезать круг по широкой линии в течении минуты. Разрешается вторая попытка (после первой неудачи). Допускается не более двух перерезаний узкой линии. За большое количество перерезаний или превышение времени результат оценивается как отрицательный. Высокий уровень – ребенок уложился в отведенное время и не сделал ни одного перерезания узкой линии. Средний уровень - не более двух перерезаний узкой линии. Низкий уровень - большое количество перерезаний или превышение времени.

Тестирование проводится в учебное время, на занятиях изобразительного искусства. Во время проведения теста ведется наблюдение за выполнением заданий учащимися.

Проблема развития мелкой моторики у детей младшего школьного возраста существует и требует особого внимания.