

# Развитие мелкой моторики как один из способов развития речи и мышления детей

## Рекомендации для родителей

(подготовила логопед-дефектолог  
Лукьянчикова Лариса Николаевна)



# Что такое мелкая моторика?

**Это самый сложный механизм скоординированных действий нервной, костной, мышечной и зрительной систем.**

**Только при взаимодействии всех этих систем получится совершить нужное действие или систему действий.**

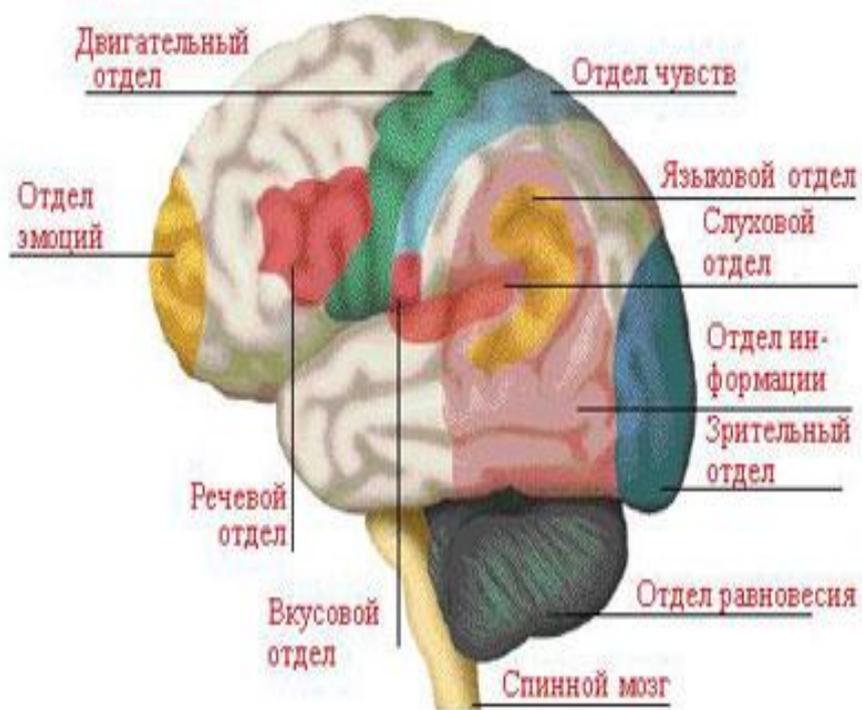
**Тонкая моторика - это разновидность движений, в которых участвуют мелкие мышцы пальцев рук**



**В последние годы наблюдается тенденция увеличения числа детей с расстройствами речи, имеющих в разной степени выраженную общую моторную недостаточность, а также отклонения в развитии тонких движений пальцев рук.**



**На кистях рук имеются точки и зоны, которые связаны с различными зонами головного мозга. Идущие в кору головного мозга нервные импульсы от пальцев рук «тревожат» расположенные по соседству речевые зоны, стимулируя их активную деятельность.**



**Это объясняется тем, что в двигательной области коры головного мозга находится самое большое скопление клеток управляющих рукой, пальцами (особенно большими и указательными) и органами речи: языком, губами, гортанью. Эта область коры головного мозга расположена рядом с речевой областью. Такое близкое соседство двигательной проекции руки и речевой зоны дает возможность оказывать большое влияние на развитие активной речи ребенка через тренировку тонких движений пальцев рук.**



## **Почему так важно развивать мелкую моторику рук ребенка?**

**Сотрудниками института физиологии детей и подростков АПН было установлено, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Также доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука.**

**Детские психологи утверждают: систематические упражнения по тренировке движений пальцев в совокупности со стимуляцией речевой активности, являются мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга**

**Весь комплекс упражнений по развитию и совершенствованию тонкой моторики кистей и пальцев рук можно разделить на **пять** составляющих:**

**1. Пальчиковая гимнастика.**

**2. Отработка элементарных графических навыков**

**3. Упражнения для пальцев и кистей рук**

**С использованием различных предметов.**

**4. Физические упражнения (физкультурные занятия)**

**5. Занятия дома, на даче, на отдыхе**

# 1. Пальчиковая гимнастика

(О. В. Узорова и Е.А. Нефёдова и др.)

**«Пальчиковые игры»** - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, стихов, потешек, сказок при помощи пальцев, например:

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я

**Вот и вся моя семья!**

**Пальчиковый тренинг** включает упражнения:

*статические (удержание приданной пальцам определенной позы),*

*динамические (развитие подвижности пальцев, переключения с одной позиции на другую),*

**расслабляющие**

*(нормализующие мышечный тонус) и др.*

**1.2. Массаж кистей рук с использованием шестигранных карандашей или различных массажеров в виде массажных шариков, в комплекте с массажными металлическими колечками. Шариком можно стимулировать зоны на ладонях, а массажные кольца надеваются на пальчики.**



## **1.2. Ручной массаж кистей и пальцев рук**

**Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека**



## **1.3. Использование Су-Джок шаров для развития памяти и внимания**

**Дети выполняют инструкцию:**

**надень колечко на мизинец**

**правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т. д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо. Таким образом, развивается внимание, память и умение работать по инструкции, что очень важно для успешности в школе.**



# 1.4. Сжимание – разжимание пальцев, кулачков

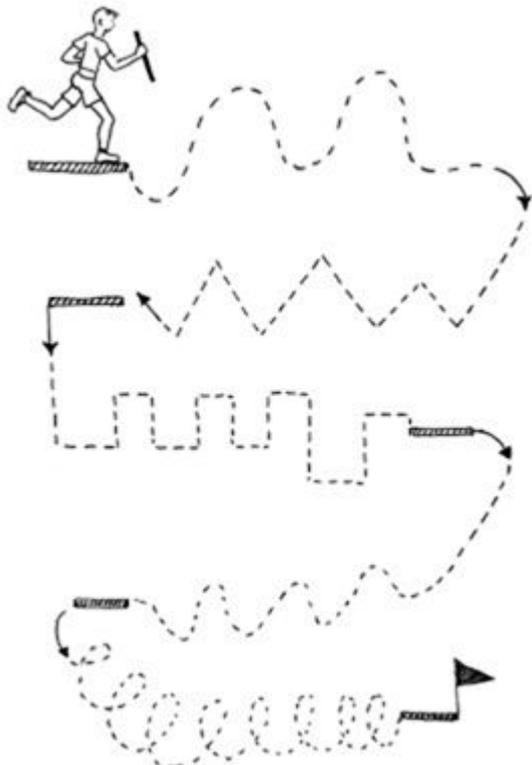


Кулак-ребро-ладонь



## 2. Отработка элементарных графических навыков

### 2.1. Рисование линий, фигурных дорожек



### 2.2. По контурам





## 2. Отработка элементарных графических навыков

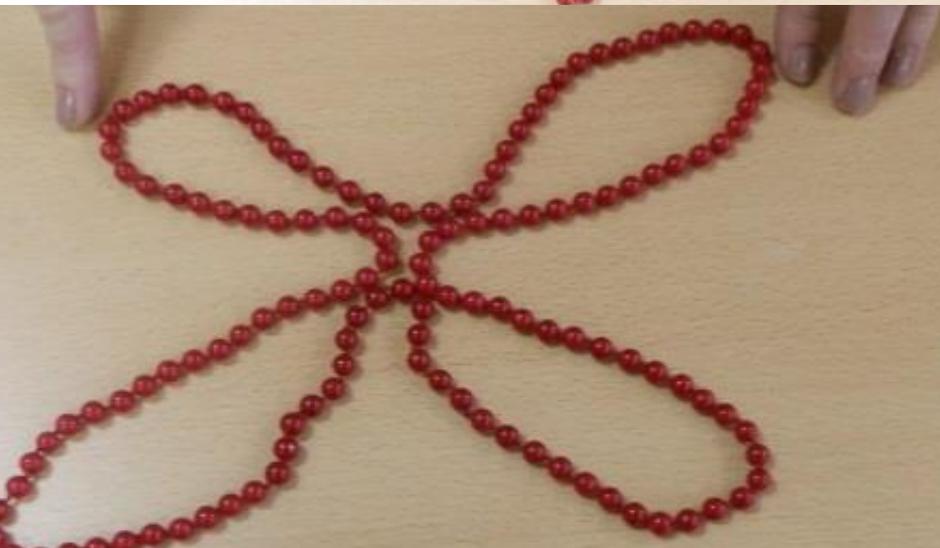
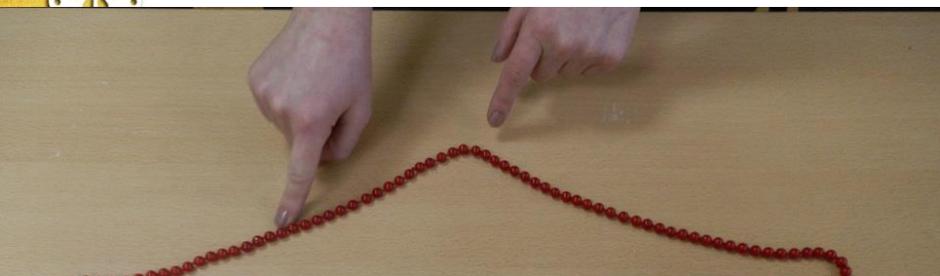
### 2.5. Раскрашивание рисунков в книжках-раскрасках и копирование понравившегося рисунка на прозрачную бумагу.

Желательно ограничить использование в рисовании фломастеров, предпочтительнее – карандаши, краски, мелки

**2.6. Обводка.** Очень хорошо обводить трафареты, шаблоны, фигурные линейки, объемные и плоскостные изображения предметов. Обводить можно все, что под рукой: дно стакана, перевернутое блюдо, собственную ладонь, ложку и т. д.

**В процессе рисования у ребенка развивается координация движений обеих рук, координация действий руки и глаз**

## **3. Упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов.**



### **3.1. БУСОТЕРАПИЯ**

**(по методике М.И. Родиной)**

**Развивает мелкую моторику**

**Формирует навыки  
пространственной  
ориентировки**

**Знакомит с сенсорными эталонами  
(цвет, форма, величина)**

### 3. Упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов.

3.2. Лепка из пластилина с использованием различных круп (рис, фасоль, чечевица, горох) и макаронных изделий оказывает тонизирующее (массаж подушечек пальцев) и общеукрепляющее воздействие.

Лепка к тому же развивает фантазию и творчество детей !



## **3.3. ГОНЗИКИ** (наиболее эффективно упражняют мышцы каждого пальчика).

**Гонзики также способствуют развитию у детей:**

**Сенсорной сферы**

**Психических процессов**

**Речи**

**Выразительности пластики**

**Творческих способностей**



**3.4. Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками оказывают прекрасное тонизирующее и оздоравливающее действие.**

**3.5. Отлично развивает руку разнообразное нанизывание. Нанизывание можно пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки и т. п.**

**3.6. Также используются такие игры, как шнуровки, конструирование с бельевыми прищепками, мозаика, конструкторы, которые также благотворно влияют на развитие мелкой моторики рук.**

### **3.7. Пазлы- игра, развивающая интеллект и мелкую моторику...**

**Можно изготовить пазлы дома самим, если разрезать открытку или картинку.**

**Можно вырезать с ребенком из журналов различные фотографии и делать вместе коллажи на самые разные темы:**

**«Большие и маленькие»,**

**«Все, что летает»,**

**«Спорт»...**

#### **4. Ребенку необходимы разнообразные физические упражнения , занятия спортом!**

**В первом классе достаточно посещать одну спортивную секцию. Это не вызовет перегрузки и укрепит здоровье ребенка.**

**Физкультурные занятия игрового характера (перекладывание мелких предметов в эстафетах, бруски и ловля мяча, серсо и многие другие), непосредственно направленных на развитие мелких мышц кисти и координацию движений звеньев руки, всегда интересны, и дети никогда не жалуются на усталость рук**

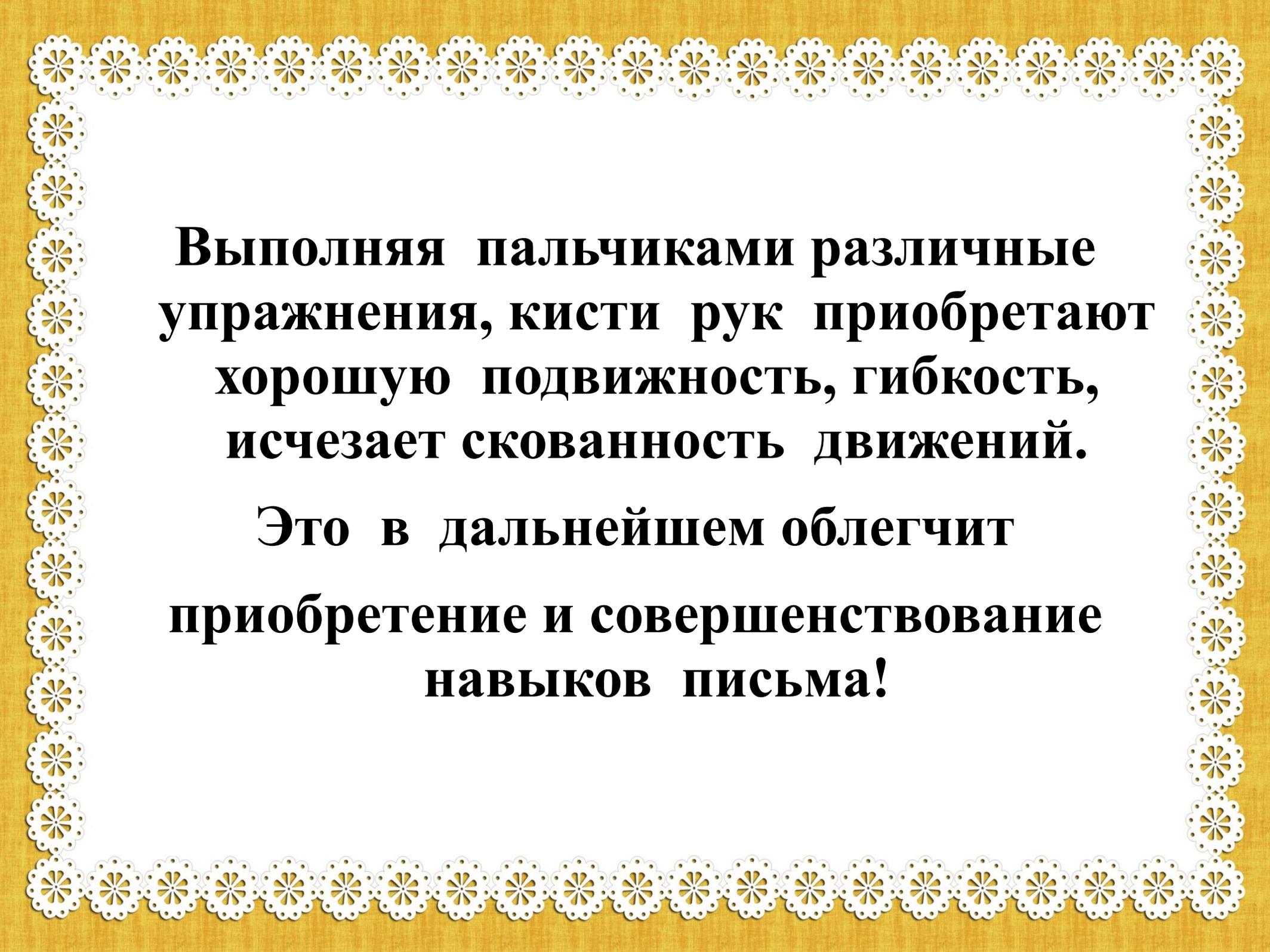
**Самое простое физкультурное занятие игрового характера «Поймай мячик», для проведения которого достаточно двух бумажных стаканов или двух воронок и одного пластмассового мяча**



## **5. Развивают мелкую моторику руки**

**следующие упражнения, которые можно выполнять дома с папой или мамой:**

- **пришивание пуговиц**
- **вышивание**
- **выжигание**
- **работа с ножницами**
- **выпиливание**
- **нанизывание бус**
- **сбор ягод**
- **прополка сорняков**
- **перебирание крупы**
- **работа с отвертками, шуруповертами**
- **вязание крючком и на спицах .....**



**Выполняя пальчиками различные упражнения, кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений.**

**Это в дальнейшем облегчит приобретение и совершенствование навыков письма!**

# Обязательными элементами деятельности на каждом занятии являются коррекционные направления работы

**1. Артикуляционная гимнастика.**

**2. Работа над дыханием:**

– развитие силы и продолжительности ротового выдоха; – развитие голоса: силы, тембра, высоты; скороговорка «33 Егорки» на выдохе

**3. Мимическая гимнастика.**

**4. Развитие общей моторики:**

– упражнения на развитие координации и для снятия излишнего напряжения (игры с мячами, стихи с движениями)

**5. Развитие мелкой моторики пальцев рук**

**6. Развитие мыслительной деятельности:** памяти, восприятия, внимания: упражнения «Корректор», «Зрительные диктанты», «Арабское письмо», «Пуговица»

**7. Развитие восприятия и понимания речи** (постепенное усложнение инструкций, бытовые и игровые ситуации, грамматические конструкции, расширение словарного запаса в соответствии с общепринятыми лексико–семантическими темами).

# Адреса, где Вам помогут:

**Консультативно-  
диагностический центр  
(КДЦ)**

**Института коррекционной  
педагогики РАО**

**г. Москва, ул. Погодинская  
д.8 корп.1**

**Регистратура:**

**8-499-245-04-52**

**8-499-245-25-30**

**8-977-797-11-09**

**Зеленоградский  
центр психолого-  
медико-  
социального  
сопровождения**

**124683, Москва,  
Зеленоград,**

**корпус 1554**

**Тел: (499)738-5020**



Спасибо за внимание