

Развитие мелкой моторики детей старшего дошкольного возраста

«Истоки способностей и дарований детей
находятся на кончиках пальцев...» ...

Н. А. Бернштейн.

Мелкая моторика – это способность ребенка выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной.

У мелкой моторики есть очень важная особенность. Она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что **развитие мелкой моторики и развитие речи очень взаимосвязаны**. Именно поэтому для своевременного развития речи ребенка необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики.

Как же развивать мелкую моторику у детей старшего дошкольного возраста?

Конечно же, в игре. Есть традиционные, это такие как:

- «Мозаика», «Пазлы»;
- «Конструктор»;
- Лепка из теста и пластилина;
- Рисование или раскрашивание картинок.
- Изготовление поделок из бумаги.
- Изготовление поделок из природного материала.

К нетрадиционным методам развития мелкой моторики рук относятся:

массаж с помощью мячика Су-джок,

Нетрадиционный материал предоставляет широкие возможности для тренировки мелких мышц кисти в различных видах деятельности, носящих игровой характер.

Между непрерывной образовательной деятельностью я провожу динамические паузы с массажером «Су-Джок».

Массажер “Су-Джок” – это уникальная тактильная гимнастика, которая оказывает тотальное воздействие на кору головного мозга, что предохраняет отдельные ее зоны от переутомления, равномерно распределяя нагрузку на мозг. Игровой самомассаж с массажером проводится в виде 5-ти минутных упражнений между основными частями занятия (*динамических пауз*).

Упражнения на расслабление пальцев и кистей рук:

• “Погладим котёнка” – плавные движения, иллюстрирующие соответствующее действие, выполняется сначала одной рукой, потом другой. (3-5 раз).

• “Зайчик” – и. п.: рука опирается на локоть; выпрямляются и **разводятся** в стороны указательный и средний пальцы, остальные пальцы зажаты в кулак.

• “Кольцо” – и. п. то же; большой и указательный пальцы соединяются в кольцо, остальные пальцы выпрямляются и **разводятся в стороны**.

Примерные упражнения с применением массажера “Су-Джок”:

Прямолинейные движения колючего шарика:

– По тыльной и ладонной стороне кисти рук (предварительно попросить ребенка изобразить солнышко, расправив пальцы массирующей руки). Направление движения – от кончиков пальцев к лучезапястному суставу.

Круговые движения по ладони:

– Сначала одной руки;

– Потом другой руки.

Спиралевидные движения:

– По тыльным и ладонным поверхностям кисти руки подушечками двух-пяти пальцев (*от кончиков пальцев до лучезапястного сустава*).

Зигзагообразные движения:

– По ладоням обеих рук (можно использовать игровой образ в общении с детьми: обратить внимание ребенка на то, что рука напоминает дерево: предплечье – это ствол, а кисть с растопыренными пальцами – крона).

Слабое покалывание всех пальцев:

– Подушечек одной руки;

– Подушечек другой руки

Так же можно разнообразить эту деятельность:

-предлагать прошагать по дорожке;

-искать отдельные модули в сухом бассейне, в песке, емкости с водой,

-использовать как фишки в настольно-печатных играх, жетоны в соревнованиях;

-закреплять знание цвета, счета, предложно-падежных конструкций, делить слова на слоги и звуки, выкладывая схемы на столе из модулей массажера, играть в шашки.

Пуговичная терапия.

Любой педагог знает: чтобы завоевать доверие ребенка, надо обладать чем-то сокровенным и недоступным для него в обычной жизни. И таким **предметом** в нашей группе стала обыкновенная пуговица.

Большое разнообразие пуговиц позволяет нам использовать их для коррекционных и **развивающих** игр по ознакомлению и закреплению таких понятий, как цвет, форма, величина. Упражняясь с пуговицами, ребенок **развивает** координацию движений, добиваясь точного выполнения; **развивает** усидчивость и произвольность психических процессов, **развивает аудиальный, визуальный и кинестетический каналы** восприятия, так как упражнения выполняются в режиме: услышал, увидел, сделай.

Пуговичная терапия проста в применении, манипуляции с пуговицами не образуют пыль, не вызывают аллергии, не пачкаются, ими нельзя порезаться или уколотся. Пуговицы легко моются, обрабатываются как все пластмассовые игрушки в детском учреждении, а помощников по мытью пуговиц долго ни искать, не упрашивать не придется.

Приведу несколько примеров игр с пуговицами.

Поднимание пуговиц.

С помощью двух пальцев разных рук переложить пуговицы из коробки на стол, при этом в процессе должны участвовать все пары одноимённых пальцев обеих рук (*по очереди*).

Усложнение: сочетать в парах разные пальцы обеих рук, например пара – указательный палец правой руки и мизинец левой руки. Игра на время: кто за определенное время соберет больше пуговиц?

Расти, пальчик!

Большим пальцем двигаем пуговицу по фаланге пальца от ногтя к ладони и обратно, заставляя «*расти*» каждый пальчик.

Усложнение: выполнение упражнения двумя руками одновременно.

Кто быстрее?

Положите пуговицу на указательный палец ребенка. Задача его товарища будет в том, чтобы переложить пуговицу на свой палец без использования других. Проигрывает тот, кто уронил предмет. Если **детей достаточно много**, можно разделить их на команды и устроить соревнования.

Передай пуговицу.

Передавать пуговицу из рук в руки по кругу.

Усложнение: менять способ передачи пуговицы.

Подбери пуговицу.

Подобрать пуговицу по размеру и цвету к соответствующему ей месту на картинке – шаблоне.

Криотерапия.

Криотерапия дословно — это лечение холодом. Но в нашем случае, положительный эффект дает не столько холод, сколько контраст температур, т. е. воздействие на кисти рук холода и тепла попеременно, контрастная терапия.

От холода происходит сокращение мышц, а от тепла – расслабление. Нормализуется мышечный тонус, сократительная способность **мелких мышц кисти возрастает**. Всё это способствует совершенствованию более тонких движений кисти руки, ведёт к выполнению чётких дифференцированных движений, соответственно **развивается** двигательная зона коры головного мозга и, как следствие, улучшает процесс **развития речи**. Проведение криотерапии не требует специального оборудования. Необходимы кусочки льда, которые заранее готовят. Проведение криотерапии с детьми имеет свои противопоказания и свою **методику**.

Противопоказания.

Нельзя проводить криотерапию детям с эписиндромом;

Осторожно применять криотерапию с длительно и часто болеющими детьми.

Криотерапия проводится в три этапа.

1. Криоконтраст. Дети берут кусочки льда из миски и перебирают их 10-15 секунд. Затем разогревают руки, это делается в тазу с тёплой водой или на пластиковых бутылках с горячей водой. Снова опускают руки в лёд. Криоконтраст проводят три раза. Затем насухо вытирают руки полотенцем.

Эту работу можно разнообразить, добавив в лед аромомасло, цвет.

2. Пальчиковая гимнастика (*в основном на растягивание мышц*).

3. Развитие тактильной чувствительности:

- массаж руки с помощью шишек, Су-Джок шариков, щеток, поглаживание **предметов разных фактур**.

Методы развития мелкой моторики – криотерапия, иглотерапия и пуговичная терапия позволили достичь определенных результатов:

- дети легче усваивают и самостоятельно выполняют сложные пальчиковые упражнения и их комбинации;

- у **детей легче происходит развитие** изобразительных и графических умений;

- **развиваются внимание и память**, которые тесно связаны с речевым **развитием**;

- повышается интерес **детей** к занятиям с логопедом, психологом.

Кроме того, оба эти **методы** изначально имеют медицинскую направленность. А это значит, что положительный эффект от их использования подтвержден не только в процессе педагогического наблюдения, но и в процессе различных медицинских исследований.

В своей работе с детьми использую разработанные мною планшеты из подручных материалов(макаронные изделия, фасоль, различные крупы.)

Заключение

Таким образом, **развивая мелкую моторику** и координацию движений рук у **детей дошкольного возраста** через различные виды деятельности, совершенствуя условия для **развития мелкой моторики пальцев рук детей дошкольного возраста**, я добилась следующих результатов: улучшилась координация и точность движений руки и глаза, гибкость рук, ритмичность; **мелкая моторика пальцев**, кистей рук; улучшилось **развитие воображения**, логического мышления, произвольного внимания, зрительного и слухового восприятия, творческая активность; создана эмоционально-комфортная обстановка в общении со сверстниками и взрослыми.