

«Упражнения для развития мелкой моторики у детей 5 – 7 лет»

На этапе подготовки детей к школе серьезное внимание нужно уделять развитию мелкой моторики рук. Это поможет им улучшить двигательную координацию и быстро овладеть навыками письма, а также поспособствует развитию их речи и мышления.

Мелкой моторикой называют умение воспроизводить кистью руки и пальцами точные движения. Это важно не только для выработки красивого почерка, надо также помнить, что фаланги пальцев являются основными инструментами в работе для представителей многих профессий. Развитию мелкой моторики рук у детей 5 - 7 лет способствует рисование, игра на музыкальных инструментах, работа с пластилином и мелким конструктором. Но наибольший эффект получается в результате проведения специальных занятий.

Упражнения, которые предлагаются детям, способствуют развитию точности и быстроты движения. В результате их выполнения кисти рук и пальцы станут более сильными гибкими и подвижными.

Различают три вида таких заданий:

- упражнения с мелкими предметами;
- графические задания;
- пальчиковые игры.

В подготовке к школе наибольшее внимание нужно уделять выполнению графических заданий. Дети должны научиться штриховать, проводить линии разной толщины и формы. При этом надо следить, чтобы они наносили линии без отрыва ручки от бумаги, не выходили за обозначенные контуры, не оставляли пробелы, правильно выполняли движения (сверху вниз, слева направо, не поворачивали тетрадь, правильно сидели за столом).

Занятия по развитию мелкой моторики рук нужно проводить регулярно, занимаясь по 10 – 20 минут в день. Нельзя допускать монотонности и однообразия, в ходе занятия следует предлагать детям несколько разных упражнений с увлекательным игровым содержанием.

Графические задания

Большинство таких заданий выполняются на подготовленных карточках. Можно приобрести специальные тетради, прописи, раскраски.

Контур

На карточке нанесены контуры предметов и образец штриховки (*вертикальная, горизонтальная, наклонная*). Указано направление линий. Детям нужно заштриховать рисунки, стараясь не выходить за их контуры и делать равномерные отступы между линиями.

Дождик

На картинке нарисованы тучки, а внизу цветы. Чтобы напоить цветочки, надо к ним провести линии. Такое задание можно выполнять несколько раз, предлагая каждый раз картинку с другими видами линий.

Волны

Нужно обвести кораблик и нарисовать волны на воде. Следует обратить внимание, что линии разного вида (*прямые и изогнутые*).

Рыбка

Следует дорисовать линии плавники, навести чешуйки.

Узорная штриховка

На карточке расположены примеры фигурных линий. Дети должны поставить карандаш на точку и провести линию, закончив узоры. Главное, стараться не отрывать ручку от бумаги, пока линия не будет дописана до конца.

Дорисуй рисунок - выполнять задания на дорисовку картинок:

- дорисуй клетку тигренку;
- дорисуй пирамидку, каждое второе кольцо заштрихуй;
- дорисуй бабочку и т. д.

Соедини точки

Необходимо не просто проводить линии в нужном направлении, а нарисовать траву у дома соединяя точки парами. В более сложном варианте предлагается соединить все точки одной линией.

Развивай глазомер

В таких заданиях нужно постараться самостоятельно провести линии между предметами. Сначала детям дается более легкие задания, когда нужно проводить дугообразные кривые линии. Намного сложнее детям проводить прямые линии таким образом, чтобы они как можно точнее попали в цель.

- помоги зайчику попрыгать по кочкам;
- попади мячом в корзину;
- помоги восстановить волейбольную сетку;
- порази цель в тире.
- Рисуй с нажимом
- В этом задании нужно выполнить штриховку, делая правильный нажим:
- заштрихуй облака так, чтобы одно было темнее, а другое светлее;
- заштрихуй стаканы — один с водой (она почти прозрачная, другой с соком (*намного темнее*));
- заштрихуй листочки, делая их разными по интенсивности цвета.

Повторение рисунка по клеточкам

Для такого задания подготавливаются карточки, разлинованные в клетку. В начале строки задан «*ритм*» рисунка, который нужно самостоятельно повторить до конца строчки.

Графические диктанты

На карточках в клетку. В таких заданиях указывается количество клеток и направление движения линии. В случае правильного выполнения диктанта на карточке появляется изображение какого-то предмета.

Игры с мелкими предметами.

Игры с песком и сыпучими веществами

- пересыпать песок из одной емкости в другую;

- просеивать песок через сито;
- рисование пальцами по песку;
- лепка из мокрого песка;
- поиск в песке **зарытых мелких предметов**.

Самое захватывающее занятие из этой серии — создание поделки из цветной соли.

Игры с крупами и семенами

Крупы имеют более крупную фактуру, чем песок. Поэтому их можно использовать для сортировки. Для этого берут по горстке круп или семян трех разных видов и сыпают в одну кучку. Ребенку дают три мелких емкости, куда он должен разложить крупинки. Это можно делать пальцами или же использовать пинцет.

В еще одной игре детям предлагается определить, где какая крупа на ощупь. Для этого их рассыпают в небольшие тканевые мешочки, которые плотно завязывают. Надо взять мешочек и, помяв его в руках, назвать крупу.

Из круп и семян можно выкладывать картинки, создавать аппликации на пластилине.

Игры с пуговицами

Пуговицы более крупные. Они также подходят для сортировки (*по размеру, форме, цвету*). Кроме этого из пуговиц можно выкладывать орнамент, дорожки, линии по заданному рисунку, картинки.

взять на векторе

Очень интересное задание — заполнить пуговицами кружочки на рисунке, подбирая их по цвету.

Игры с веревочками

Отлично подходят для развития мелкой моторики у детей игры с веревочками и шнурками. Их можно использовать для завязывания и развязывания узелков, плетения косичек или макраме.

Очень полезно задание, связанное с нанизыванием бусинок. Лучше такие «бусинки» сделать самостоятельно, порезав трубочки для коктейля. Можно указывать точное число бусинок, которые нужно нанизать или попросить создать из них красивый узор, чередуя их по цвету.

Много игр связано со шнуровкой. Такие задания часто можно встретить на страничках развивающих книг из фетра.

Игры с бумагой, предлагайте детям такие задания:

- сминание и разглаживание листа бумаги;
- складывание оригами.

Очень увлекательная игра по созданию запланированного беспорядка. Сначала детям предлагается порвать цветную бумагу на мелкие кусочки, а затем устроить из них разноцветный дождь, подбрасывая их в воздух. После активной фазы игры нужно попросить малышек помочь собрать все обрывки, что тоже очень полезно для развития мелкой моторики. Эти кусочки можно использовать для рваной аппликации. В ходе такой игры предлагайте детям рвать бумагу разной толщины (от газет до картона).

Игры с прищепками

В наборе должны быть прищепки разных цветов. Также для таких игр надо

- приделать ежу иголки;
- добавить лучики солнышку;
- сделать прическу мальчику.

Игры с прищепками очень популярны на занятиях по математике и обучению чтению, так что можно объединить такие виды упражнений и попросить детей с помощью прищепок:

- посчитать примеры;
- прикрепить на шаблон цифры соответствующее количество прищепок;
- указать нужную букву.

Игры со спичками (счетными палочками)

Хоть спички детям не игрушка, но для занятий по развитию мелкой моторики их вполне можно применять, давая такие задания:

- перекладывание со стопки в стопку;
- выкладывание из спичек фигурки, которая нарисована на картинке;
- складывание в коробочку.

Детям нравится собирать спички в кубик с проделанным небольшим отверстием в центре одной из граней. Можно вместо спичек использовать ватные палочки.

Упражнения с массажным мячом

Очень полезно делать самомассаж ладоней. Для этого нужно зажать между ладонями массажный мячик (*грецкий орех, мячик для тенниса*)

- поступательные движения ладонями вперед – назад;
- круговые движения ладонями;
- сжимание – разжимание мяча в ладони;
- перекладывание из одной руки в другую;
- зажимание мячика двумя пальцами (*поочередно менять пальцы*);
- катание мячика по столу, придерживая его одним пальцем;
- прохождение мячиком по лабиринту, подталкивая его пальцем;
- продвижение мячика по нарисованной на столе спирали.

Похожие упражнения можно выполнять, перекатывая между ладонями шестигранный карандаш.

Кроме перечисленных игр организуйте с детьми:

- театр теней с показом фигурок героев руками;
- пальчиковый театр;
- игры с мозаикой;
- игры с мелким конструктором;
- собирание паззлов;
- закручивание крышечек;
- игры со скрепками;
- выкладывание дорожек или узоров из камушков;
- задания с резиночками.

Предлагайте чистить пальцами яйца, сваренные в кожуре овощи, мандарины. Будет полезным даже обычное перелистывание страниц в книге.