

# Развитие мелкой моторики рук, графического навыка и зрительно-

## моторной координации



Каждый современный родитель знает о необходимости развития мелкой моторики. Но далеко не все находят время и желания серьёзно заняться этим забавным и полезным процессом. А ведь каждую группу навыков нужно развивать в нужный момент. Дети, идя в школу, часто не умеют держать ручку и завязывать шнурки. Что такое мелкая моторика? Это система разнообразных движений, в которых участвуют мелкие

мышцы кисти руки. Сами собой эти движения не развиваются, требуется специальная тренировка. Если кисть ребёнка развита хорошо, писать он будет красиво, чётко, легко. Но к сожалению, очень часто пальцы рук ребёнка оказываются слабыми. Мелкая моторика влияет на многие важные процессы в развитии ребёнка: речевые способности, внимание мышление, координацию в пространстве, наблюдательность, память (зрительную и двигательную), концентрацию и

воображение.

Центры головного

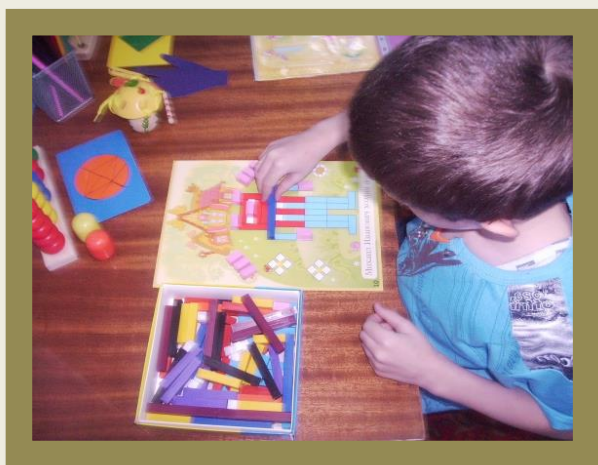
мозга, отвечающие за эти способности, непосредственно связаны с пальцами и их нервными окончаниями. Вот почему так важно работать с пальчиками. Для родителей особенно важно знать, как развивать точные и достаточно сильные движения пальцев рук, активизировать



работу мышц кисти.

Существует ряд простых занятий, которые способствуют развитию мелкой моторики

1. Лепка из глины и пластилина.
2. Рисование или раскрашивание картинок
3. Изготовление поделок из бумаги.
4. Конструирование
5. Застёгивание и расстёгивание кнопок, пуговиц, крючков.
6. Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке.
7. Закручивание и раскручивание крышек банок, пузырьков и т. д.
8. Всасывание пипеткой воды.
9. Нанизывание бус и пуговиц.
10. Плетение косичек из ниток, венков из цветов.
11. Переборка круп.
12. Игры в мяч, с кубиками, мозаикой.



Все эти упражнения приносят тройную пользу ребёнку: - во-первых, развивают мелкую моторику его руки, подготавливая к овладению письмом, - во-вторых, формируют у него художественный вкус, что полезно в любом возрасте, - в-третьих, детские физиологи утверждают, что хорошо развитая кисть руки «потянет» за собой развитие интеллекта.

Письмо – это сложный навык, включающий выполнение тонких координированных движений руки. Техника письма требует слаженной работы мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного внимания. Неподготовленность к письму, недостаточное развитие мелкой моторики, зрительного восприятия, внимания может привести к возникновению негативного отношения к учебе, тревожного состояния ребенка в школе.

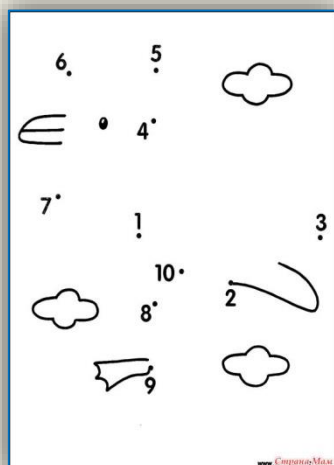
В старшем дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью подготовки к школе.

## Графомоторные навыки включают в себя:

### 1. Мелкая мускулатура пальцев

- упражнения на развитие силы пальцев и

быстроты их движений.



### 2. Зрительный анализ и синтез

- упражнения на определение правых и левых частей тела;

- задания на ориентировку в пространстве по отношению к предметам;

- задания с условиями по

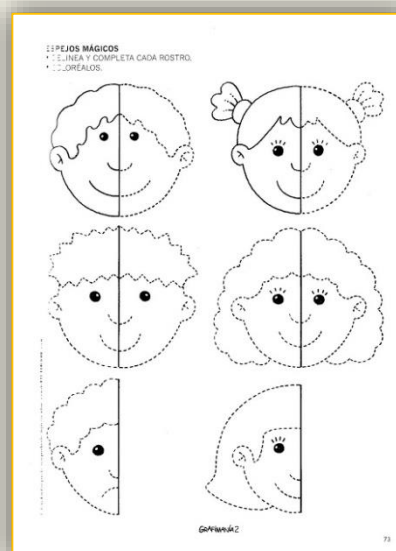
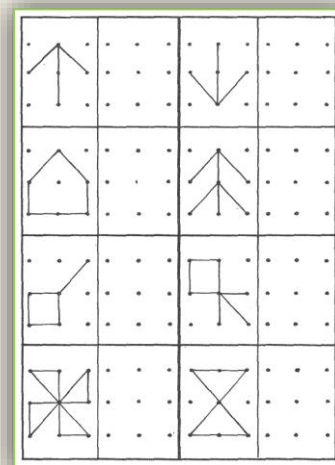
выбору нужных направлений.

### 3. Рисование

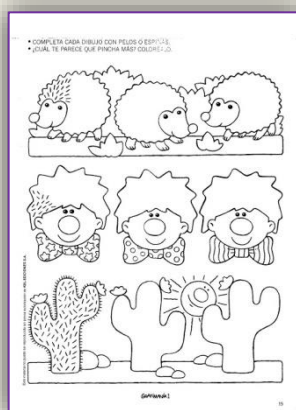
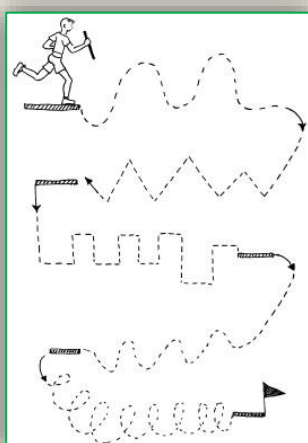
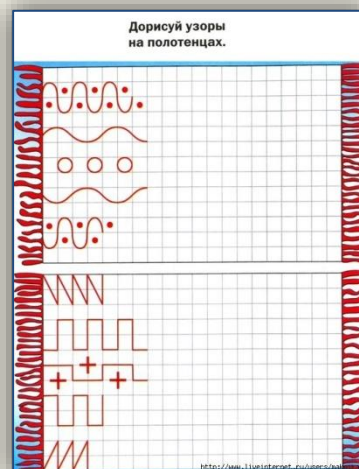
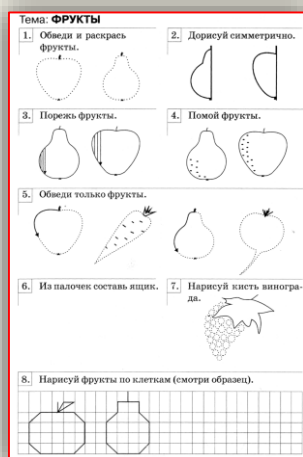
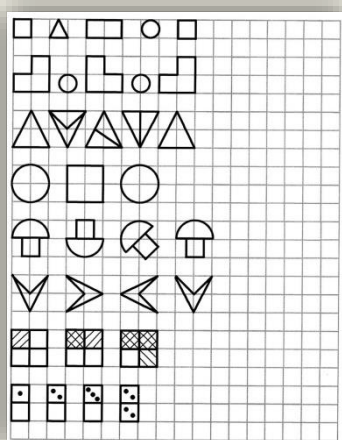
- занятия по штриховке, по контуру, обводка;

- срисовывание геометрических фигур;

- задания на зарисовку деталей, предметов, с натуры;



- дорисовывание незаконченных рисунков;
- дорисовывание рисунков с недостающими деталями (даются законченные изображения, но с недостающими деталями) ;



- упражнения в дорисовывании, создании собственной картины при условии реальности сюжета и деталей;
- задания на воспроизведение фигур и их сочетаний по памяти.

Помните! Занятия, в которых задействованы мелкие группы мышц, утомительны, и важно предусмотреть их смену, ограничивать длительность и нагрузку.

В процессе формирования графических навыков у дошкольников следует соблюдать определенные **гигиенические правила**.

**Посадка** - дети должны сидеть прямо, не касаясь грудью стола. Ноги всей ступней стоят на полу или подставке, голова немного наклонена влево (вправо у тех кто леворукий).

**Положение карандаша** - карандаш держат тремя пальцами: большим, указательным и средним, а безымянный и мизинец подогнуты к ладони. Пальцы от стержня держат на расстоянии 1- 1.5 см.

**Положение тетради** - тетрадь положить так, чтобы начало строки на странице, где идет работа, приходилось на середину груди.

**Положение рук при письме** - руки пишущего должны лежать на столе так, чтобы локоть правой руки немного выступал за край стола и правая рука свободно двигалась по строке, а левая рука лежала на столе и снизу придерживала рабочий лист.



Таким образом, регулярные занятия родителей с ребёнком дома по развитию графомоторных навыков обеспечат правильное и красивое письмо в будущем.



**Успехов Вам в воспитании ваших детей!**