

Методики развития мелкой моторики у малышек до года: игры и упражнения.

Савран Ю.В.



Мелкой моторикой называют способность человека качественно и согласованно выполнять мелкие движения ладонями и пальцами рук. Этот навык начинает вырабатываться практически с момента появления ребёнка на свет. Сначала кроха неловко двигает руками, позже начинает их разглядывать, пытается ими управлять. Взрослея, малыш расширяет свои возможности: он захватывает близлежащие предметы сначала целой ладонью, а позже одними пальчиками. Самыми сложными мелкими движениями пальцев воспроизводится письмо и рисование — их ребёнок будет осваивать намного позже.



Развлечения для малыша в ванной

Дети любят купаться. Вода – это идеальная среда для здоровья и развития крохи. Родители должны только помочь малышу освоиться в ней.

Мелкая моторика: значение навыка для малышей до года

Поскольку на подушечках пальцев расположено множество нервных окончаний, мелкая моторика напрямую связана с работой мозга, возможностью хорошо запоминать информацию и концентрировать свое внимание на определенном занятии. Доказано, что чем более развита эта способность у младенца, тем раньше он начинает говорить, а его речь быстрее становится связной, развернутой и логичной.

Этому есть простое физиологическое объяснение. Поскольку центры речи и движения в мозгу расположены рядом, стимуляция рабочих функций пальцев активизирует и речевой центр. Поэтому, чтобы малыши до года заговорили в положенный временной промежуток, следует активно заниматься развитием их мелкой моторики.

Позже высокая способность ребёнка к мелким движениям пальцами станет свидетельством его готовности к обучению в школе. Отточенная мелкая моторика — это умение концентрироваться, логически рассуждать, хорошо запоминать материал и полнее задействовать свою фантазию.

Темп развития мелкой моторики зависит от индивидуальных особенностей малыша. Одному ребёнку освоение движений ладонями и пальцами дается легко, другому же приходится постараться чуть больше. Чтобы помочь крохе улучшить мелкую моторику, следует заниматься с ним специальными упражнениями и развивающими играми.

Начать формирование важного навыка стоит со снятия тонуса мышц. Наверняка многие отмечали, что младенцы часто держат сжатые кулачки у своего подбородка. Это и является проявлением естественного повышенного тонуса, который обычно снижается к трем месяцам малыша. Ускорить процесс расслабления поможет ежедневный массаж ладошек и пальчиков ребёнка путем поглаживания их своим пальцем. Также во время массажа можно отрабатывать хватательный рефлекс — вкладывая свои пальцы в ладошки крохи и, после того, как он их схватит, слегка потягивая руки на себя.

Способы развития мелкой моторики у детей



Малыши до года активно задействуют тактильные ощущения, предпочитая знакомиться с предметами на ощупь. Поэтому необходимо предоставить младенцу как можно больше различных фактур, которые позволят ему познавать новые материалы. Для этого можно использовать мешочки из различных тканей (махровой, хлопчатобумажной, шерстяной, холщевой), чтобы набивать их разными природными наполнителями — фасолью, крупами, солью, небольшими камешками. Мешочки нужно повесить над манежем так, чтобы кроха мог с комфортом изучать незнакомые ему текстуры.

Начиная примерно с 4 месяцев, малыш уже осмысленно тянется к новым игрушкам — таким образом у него формируется координация между зрительной функцией и моторикой. Со временем он научится сравнивать различные предметы, оценивать расстояние до них и выбирать наиболее удобный способ их схватить.

После полугода младенец становится более сильным и ловким и способен намного легче удерживать предметы, стараясь задействовать в работе не только ладони, но и пальцы. В этот период дети осваивают новую важную двигательную функцию — умение противопоставлять большой палец остальным.

При покупке игрушек для ребёнка от 6 месяцев лучше выбирать конструкторы с большим количеством различных деталей — кубиков, шариков и т. п. Они прекрасно подойдут для улучшения мелкой моторики детей, тренируя их способность брать в руки предметы разных форм и размеров. Также отлично развивают эту функцию игры с детскими наборами игрушечной посуды.

Позже очередным этапом развития мелкой моторики станет умение пользоваться ложкой и кушать самостоятельно. Некоторые дети осваивают этот навык уже к 10 месяцам.

Развивающие игры для малышей



Существует множество игровых занятий для развития данного навыка малышами до года, при этом самые простые и результативные из них представлены ниже.

- Ладушки.

Игра учит младенцев полностью распрямлять пальцы и хлопать в ладоши, а также мягко массировать поверхность рук.

- Разрывание бумаги.

Детям примерно с 7 месяцев можно давать листы цветной бумаги, которые они будут с удовольствием мять, щупать и рвать на кусочки.

- Бусы.

Младенцы любят перебирать маленькие предметы, поэтому им непременно понравится играть с бусами, особенно ярких цветов и разных размеров.

- Крупы.

Следует насыпать в удобную емкость любую крупу и позволить малышу перебирать ее ручками и просыпать сквозь пальчики. Это отличное занятие для развития мелкой моторики и тактильных ощущений.

- Рисование на песке.

Необходимо насыпать на поднос чистый песок, взять своей рукой пальчик ребёнка и рисовать им простейшие фигуры — отрезки, овалы, квадраты и т. п.

- Завинчивание крышек.

Многие малыши обожают раскручивать и закручивать крышечки разных банок, бутылок и пузырьков. Следует лишь внимательно следить, чтобы емкости были чистые и ранее в них не содержались ядовитые вещества.

- Лепка.

Отличное занятие для малышей любого возраста. Лепить можно из пластилина, глины и даже обычного теста. Если в доме планируется что-то печь, обязательно стоит позволить крохе поучаствовать в процессе — вымесить маленький кусочек теста и слепить свое собственное кулинарное изделие.

- Рисование и раскрашивание.

Одно из самых любимых занятий многих малышей до года — это рисование пальчиками. В процессе такого досуга отлично массируются ладошки детей и улучшается мелкая моторика.

Игры и упражнения, развивающие мелкую моторику малышей до года, должны проводиться с обязательным участием взрослых и под их неусыпным контролем. Особенно, если используются мелкие предметы, которые ребёнок способен проглотить, засунуть в нос или ухо. Также важно соблюдать регулярность и систематичность занятий. Ежедневные развивающие упражнения помогут ребёнку улучшить свои способности и выполнять мелкие движения более точно и скоординировано.

