**«Развитие мелкой моторики рук детей раннего возраста»**

Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». Что же оно означает? Почему так важно развивать мелкую моторику рук ребенка? Физиологи под выражением «мелкая моторика» подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. В головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко, поэтому стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д. Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики (пальчиковая гимнастика), воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д. Чтобы мелкие движения были более точными и экономными, чтобы они не требовали от ребенка чрезмерных затрат энергии, ему необходимо постепенно овладевать разными движениями запястья. Какие же упражнения помогут ребенку усовершенствовать свои навыки?

Пальчиковая гимнастика. «Пальчиковые игры» - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Рекомендуется использовать упражнения, в которых тренируется каждый палец отдельно (ведь в коре головного мозга имеется отдельная область проекции для каждого пальца), Движения пальцами нужно выполнять с оптимальной нагрузкой и амплитудой. Вялая, небрежная тренировка не дает эффекта. Для получения максимального эффекта пальчиковые упражнения должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев. Продолжительность пальчикового тренинга зависит от возраста детей (младший возраст до трех-четырех лет), рекомендуемое время - от 3 до 5 минут, в среднем и старшем дошкольном возрасте - 10-15 минут в день). Часть упражнений, в которых использовалась поверхность стола, выполняются сидя за столом. Таким образом, пальчиковые упражнения, при умелом их включении в контекст различных занятий и домашних дел, могут способствовать развитию у детей элементов их двигательного поведения, обусловленного игровой, бытовой или учебной ситуацией. Приведём примеры пальчиковых игр.

Ниже приведены 15 игр, упражнений, заданий на развитие мелкой моторики руки, которые вы можете использовать, занимаясь с детьми:

1. Упражнения для развития тактильной чувствительности и сложно координированных движений пальцев и кистей рук. Например, в банку с крупой опускают мелкую игрушку, и ребенок старается на ощупь ее отыскать и определить «что это?». Например, опознание предметов, буквы, цифры на ощупь поочередно правой и левой рукой («Чудесный мешочек»).

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Например, игры с грецким орехом: ребенок катает грецкий орех между ладонями и приговаривает: «Я катаю мой орех, чтобы стал круглее всех». Всевозможные другие пальчиковые игры со стихами.

 3. Игры со шнурами, веревочками, нитями (плетение пальчиками косичек, узлов, «узоров-путаниц» и др.).

4. Игры с резиновыми игрушками «Сильные ладошки»: ребенок сжимает резиновую игрушку – она издает звуки (например, резиновый ежик), использование мягкого эспандера для рук.

5. Работа с бумагой: складывание, вырезание, выполнение аппликации и др.

6. Лепка из пластилина, глины, соленого теста предметов и др.

7. Игры с мозаикой, забавы с бусинками, пуговицами (выкладывание из них дорожки, выкладывание фигур, предметов, цифр, букв).

 8. Игры с сюрпризными моментами: игры-шнуровки, закручивание/откручивание крышек и пробок, закрывание /открывание замков.

9. Нанизывание на веревочку - бусин, пуговиц, даже макаронин.

10. Рисование (индивидуальный, совместный рисунок): • закрашивание и раскрашивание(при этом штрихи должны плотно прилегать друг к другу и не выходить за границы рисунка, а сам рисунок должен содержать множество мелких деталей); • штриховка фигур, обведение по контуру; • рисование нетрадиционными способами: ладошками, пальчиками; • рисование с помощью трафаретов, • рисование пальчиками на подносе по крупе, по стеклу; ватой или воском с использованием разного вида красок (в том числе самодельных (состав: гуашь, вода, чуть клея, чуть муки ).

11. Пальчиковые игры с палочками и цветными спичками (ребенок собирает спички или счетные палочки одними и теми же пальцами обеих рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д., либо выкладывает из них различные узоры).

12. Работа с природным материалом (используются шишки, желуди, листья и т.п.); украшение поделок с помощью круп и природного материала.

13. Пальчиковый театр и игры с мелкими предметами (пальчиковые игрушки бибабо, киндер-игрушками, бусинками, бисером, пробками).

14. Игры с различного вида конструкторами.

15. Задания и упражнения на развитие графической моторики на бумаге: • «Фигурные линии» (ребенка просят провести с использованием карандаша (фломастера) фигурную дорожку, соединив линию штриховки или провести линию посередине фигурной дорожки, если она двойная).