



Тонкая моторика - это разновидность движений, в которых участвуют мелкие мышцы. Эти движения не являются безусловным рефлексом, как ходьба, бег, прыжки, и требуют специального развития. В процессе консультирования по вопросу, готов ли ребёнок к обучению в школе, мы часто имеем дело с детьми, у которых очень слабо развиты пальцы рук.

Родителей это беспокоит, так как очевидно, что у таких детей будут трудности с письмом, и они озадачены, как же упражнять пальцы рук, развивать силу и выносливость мышц кисти.

В первую очередь развитие тонкой моторики ребёнка связано с его общим физическим развитием. Поэтому ребёнку необходимо делать разнообразные физические упражнения, занятия физкультурой.

Далее постарайтесь ограничить в использовании в рисовании фломастеров: они не требуют никаких усилий от ребёнка и не развивают мышцы пальцев рук. Предпочтительными должны быть простые и цветные карандаши. Очень полезны для развития пальцев ребёнка такие виды деятельности как лепка из пластилина и глины, рисование и раскраска (покупайте детям книжки-раскраски), составление аппликаций, работа с ножницами (желательно небольшого размера), пришивание пуговиц, вышивание, выжигание, выпиливание, нанизывание бус, конструирование из мелких деталей.

А когда наступит лето, используйте для тренировки сбор ягод, прополка сорняков и другие виды работ, в которых участвуют мелкие мышцы рук.

Дополнительные, специальные занятия особенно нужны детям с плохим развитием речи, так как существует тесная связь между уровнем развития речи и степенью развития тонкой моторики. Если ребёнку двух-трёх лет удаются изолированные движения пальцев (может показать отдельно один палец, два и т.д.), то обычно у такого ребёнка хорошо развита и речь. Поэтому тренировка пальцев рук у ребёнка является средством повышения его интеллекта, развития речи и подготовки его к письму.

Способы развития тонкой моторики

1. Выпрямить кисть, плотно сомкнуть пальцы и медленно сжимать их в кулак. Поочередно выполнить каждой рукой.
2. Руку плотно положить на стол ладонью вниз и поочередно сгибать пальцы: средний, указательный, большой, мизинец, безымянный. Выполнять поочередно каждой рукой.
3. Выпрямить кисть и поочередно присоединить безымянный палец к мизинцу, средний - к указательному.