

# «Мелкая моторика — это интересно! Игруем и развиваемся»



Часто, слыша словосочетание «мелкая моторика», мы представляем себе скучные упражнения. Но на самом деле — это увлекательный мир игр и открытий для вашего ребенка! И от того, насколько ловкими и умелыми станут его пальчики, напрямую зависит успех в речи, письме, логике и даже в умении обслуживать себя.

## Почему это так важно?

В нашем мозге центры, отвечающие за движение пальцев и за речь, расположены рядом и тесно связаны. Стимулируя один, мы активно развиваем другой. Поэтому ловкие пальчики — это фундамент для четкой, грамотной речи и быстрого освоения письма.

Наша главная заповедь: «Не заставлять, а увлекать!»

Вместо формальных тренировок — предлагайте интересную игру. Вот идеи, которые вы легко сможете использовать дома.

## Игровая копилка: развиваем моторику с удовольствием



### 1. Волшебные пальчики на кухне (идеально для занятой мамы)

Кухня — это настоящая сенсорно-моторная лаборатория!

- Крупа-поляна: В глубокий поднос насыпьте гречку, рис, пшено. Пусть ребенок рисует пальцем узоры, ищет «клад» (спрятанные пуговицы или фасоль), пересыпает крупу ложкой или руками из одной мисочки в другую.
- Лепим из теста: Приготовление печенья или лепка из соленого теста — лучший массаж для пальцев. Раскатывать, отщипывать, вдавливать изюм — прекрасные упражнения.
- Сортировщик: Разложите в разные мисочки смешанную фасоль и горох, макароны разной формы. Это тренирует пинцетный захват и внимание.

### 2. Творческая мастерская (развиваем силу и координацию)

- Волшебные ножницы: Дайте ребенку безопасные ножницы и старые журналы. Пусть режет сначала просто как хочет, потом по линиям. Вырезание — супер-тренажер!



- Не просто рисовать: Используйте толстые и тонкие фломастеры, мелки, кисти разного размера. Рисуйте не только на бумаге, но и на мольберте — это по-другому включает мышцы руки.
- Аппликации-обрывки: Не вырезайте, а обрывайте цветную бумагу. Получившиеся кусочки можно клеить, создавая картины. Это отлично для детей, которые боятся ножниц.

### 3. Игры с мелкими предметами (точность и ловкость)

- Бусинки-фантазеры: Нанизывание бусин, макарон с большими отверстиями на шнурок, соломинку или проволоку. Сначала бусины крупнее, потом мельче.
- Конструкторы-трансформеры: Подойдут любые: Лего, магнитные, деревянные брусочки. Чем мельче детали (соответственно возрасту!), тем лучше для моторики.
- Пазлы и мозаики: Начинайте с крупных деревянных пазлов с ручками, переходите к картонным. Мозаика тренирует щипковый захват.



### 4. Жизненные навыки — лучшие упражнения (бытовая моторика)

Не делайте за ребенка то, что он может сделать сам!

- Застежки-волшебники: Купите или сшейте развивающую игрушку-доску или книжку с пуговицами, молниями, кнопками, шнурками, липучками.
- Помощник в быту: Позвольте ребенку закручивать крышки на банках, пользоваться пинцетом для перекладывания мелких предметов, лепить из влажной губки шарики для мытья стола, вешать белье на прищепки.

### 5. Пальчиковые игры и массаж (разминка и речь)

- Знаменитые «Сорока-ворона», «Ладушки»: Это классика, которая работает.
- Массаж: Катайте между ладонями грецкий орех, шарики-ёжики (су-джок), рисуйте на спинке и ладошках пальцем фигуры.



*Помните: Самое ценное в этих играх — не идеальный результат, а время, проведенное вместе с вами в увлекательном деле. Играйте с удовольствием, и результаты в развитии речи, мышления и подготовки к школе не заставят себя ждать!*

*Рекомендации составила учитель-дефектолог  
Кириллюк Кристина Андреевна*