

## **Как развить мелкую моторику у детей от 3 до 5 лет.**

Мелкая моторика — комплекс скоординированных действий, направленных на точное выполнение мелких движений пальцами и кистями рук и ног. В этом принимают участие нервная, мышечная, костная и даже зрительная системы. К ней относятся разнообразные движения: от всем привычных жестов до самых мелких манипуляций. В дошкольном возрасте в норме моторные навыки по сравнению с 2-3 годами становятся разнообразнее и сложнее. Доля манипуляций, требующих согласованных действий рук, увеличивается.

**Нужно знать, какими возрастными особенностями характеризуется развитие мелкой моторики у детей 4-5 лет, чтобы направить его в нужное русло:**

- 1) К 3 годам, движения пальцев детей становятся, хоть как-то похожи на движения взрослого человека.
- 2) Навыки мелкой моторики, приобретённые ранее, совершенствуются.
- 3) Дети учатся класть вещи в определённое место.
- 4) До 3 лет малыш захватывал и держал преимущественно ладонью, а теперь он активнее использует пальцы.
- 5) Дошкольники от 3 до 5 лет пытаются рисовать круги и линии, резать ножницами бумагу, снимать и надевать свободную, просторную одежду.

Мелкая моторика теперь формируется в совокупности с кинестетическим чувством. Ребёнок начинает осознавать положение и перемещение собственного тела в пространстве. Запускается процесс развития зрительно-тактильно-кинестетических связей. Благодаря этому, движения рук выполняются под контролем зрения.

Таким образом, развитие мелкой моторики рук у детей 3-4 лет происходит последовательно, постепенно. Сначала надо научиться дотягиваться до предмета, чтобы схватить его, а после этого манипулировать им. Важное значение в этом процессе имеет координация движений обеих рук и глаз.

**По мнению специалистов, развитие моторики у детей 4 лет и даже 5 должно соответствовать следующим нормативным требованиям:**

- 1) Стучит предметом о предмет.

- 2) Берёт бусинку или крошку хлеба (любую круглую мелкую деталь) двумя пальцами, причём это должны быть большой и указательный.
- 3) Рисует на листе бумаги, а потом перечёркивает рисунок.
- 4) Вытаскивает маленькие предметы из прозрачной банки.
- 5) По аналогии строит мостик из 3 кубиков.
- 6) Самостоятельно строит башню не менее, чем из 3 кубиков.
- 7) Старается нарисовать вертикальную линию: погрешность не должна превышать 30°.
- 8) Перерисовывает крестик, круг, квадрат.
- 9) Рисует человечка с не менее, чем 3 элементами.

**Если развитие мелкой моторики у детей 3-4 лет недостаточное для этого возраста, у ребёнка будут наблюдаться характерные отклонения от нормы:**

- 1) нарушена техника движений;
- 2) страдают двигательные качества: ловкость, быстрота, сила, координация, точность;
- 3) диагностируются недостатки психомоторики;
- 4) плохо сформированы элементарные навыки самообслуживания;
- 5) слабые технические навыки в рисовании, лепке, конструировании, аппликации;
- 6) неумение правильно держать кисточку или карандаш, регулировать силу нажима на них;
- 7) затруднения при использовании ножниц.

Чтобы выявить, что развитие мелкой моторики у детей 3 лет и старше нарушено, нужна диагностика. Точные результаты скажет специалист, но в домашних условиях её тоже можно провести.

**Попросите малыша выполнить следующие несложные упражнения:**

- 1) Прочтите ему потешку, выполняя при этом несложные движениями пальцами и кистями рук, а потом попросите его повторить их вслед за вами.
- 2) Вытянуть перед собой руки. Одна рука сжата в кулак, другая выпрямлена. Нужно медленно, но одновременно изменить положение кистей.
- 3) У него должно получаться «шагать» по плоской поверхности пальцами (указательным и средним поочередно).
- 4) Он должен уметь «загибать пальчики» поочередно, начиная с мизинца.
- 5) Попросите его выполнить упражнение «щепоть-ладонь». Предлагается соединить пальчики левой руки в щепотку так, будто он изображает клюв дятла, и постучать по правой ладони, которая должна быть вертикально раскрыта. То же самое выполнить, поменяв руки.
- 6) Попросить развернуть одновременно обе руки в строгой последовательности: кулак — ребро руки — ладонь.
- 7) На глазах у ребёнка разберите пирамидку и дайте ему задание собрать её заново.
- 8) Похожее упражнение с матрёшкой: сначала её разбирают у него на глазах, а потом просят собрать.
- 9) Попросите срисовать домик, состоящий из обычных элементов, простых для воспроизведения даже при отсутствии таланта художника. Проверьте, насколько точна получившаяся копия. Особое внимание уделите таким мелким элементам, как крыльцо, труба, дверь, — именно они будут указывать на динамику развития в руках мелкой моторики.
- 10) Предложите обвести рисунок по точкам, но при этом заранее обговорите, что отрывать карандаш (ручку, фломастер) от бумаги нельзя.
- 11) Нужно заштриховать фигуру прямыми линиями, при этом стараясь не выходить за её контуры. Просите ребёнка использовать штриховку разного вида: горизонтальную, вертикальную, по диагонали, волнистую.

Теперь подведите итоги. Если в 3 года ему позволительно выполнять хотя бы 30% от всех этих упражнений, то к 5 годам мелкая моторика должна быть так развита, что нормой считается 80-90% этих заданий. Если у вас эти показатели ниже, с малышом нужно больше заниматься. Иначе это потом плачевно скажется на его дальнейшем речевом и даже интеллектуальном развитии.