



Родительская
психология

Чтобы четко говорить, надо с пальцами дружить!

Мелкая моторика и речь развиваются параллельно: сперва человек осваивает тонкие движения пальцами рук, затем учится произносить слова. В дальнейшем чем более ловкими становятся пальцы, тем больше совершенствуются речевые реакции.

Для развития мелкой моторики и речи можно выполнять следующие упражнения:

- Пальчиковая гимнастика. Например, ребёнок укладывает кисти на стол, ладошки смотрят вниз, затем двигает пальчиками, попеременно соединяя и раздвигая их;
- Игры с мелкими предметами. Можно по одному складывать в коробку и вытаскивать из неё бусы, пуговицы, мелкие игрушки, камешки, счётные палочки. Также можно пытаться нащупать предмет в ёмкости, заполненной крупой, или опознавать различные предметы на ощупь с закрытыми глазами;
- Игры с песком. Ребёнку можно предложить рисовать на песке пальчиками, пересыпать из одной ладошки или ёмкости в другую, рыть ямки, закапывать в них различные предметы, а потом стараться найти их пальчиками;
- Массаж пальчиков рук. Это может быть пассивный массаж, который выполняется взрослым и комментируется потешками, или активный, когда ребёнок по очереди разминает подушечки и фаланги пальцев, проговаривая стишки;





Рядом с
на заметку

- Составление контуров предметов (например, стола, дома) сначала из крупных, а затем из более мелких палочек;
- Составление цепочки из 6 - 10 канцелярских скрепок разного цвета;
- Вырезание из бумаги какой-либо фигуры (например, елки) правой и левой рукой;
- Нанизывание пуговиц, крупных бусинок на шнурок, а мелких бусин, бисера – на нитку с иголкой;
- Сортировка бобов, фасоли, гороха, а также крупы (пшена, гречки, риса);
- Застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, крючков;
- Завинчивание и отвинчивание шайбы, крышек у пузырьков, баночек;
- Доставание бусинок ложкой из стакана;
- Складывание мелких предметов (например, пуговиц, бусин) в узкий цилиндр;
- Наматывание нитки на катушку и сматывание ее в клубок;
- Продевание нитки в иголку;
- Пришивание пуговиц и сшивание материалов различными видами швов;
- Стирание ластиком нарисованных предметов;
- Капание из пипетки в узкое горлышко бутылочки;
- Надевание и снятие колечка (массаж пальцев);
- Втыкание канцелярских кнопок в деревянный брусок и т.д.

Помните! Занятия, в которых задействованы мелкие группы мышц, утомительны, и важно предусмотреть их смену, ограничивать длительность и нагрузку. Чтобы тренировки моторики принесли результат, их важно выполнять, когда ребёнок в хорошем настроении и его ничто не беспокоит. Если что-то не получается, нужно подбадривать его и не забывать о важности регулярных занятий.

