

unicef   
Детский Фонд ООН



Министерство  
здравоохранения  
Республики Беларусь



unicef   
Детский Фонд ООН

Представительство Детского  
Фонда ООН (ЮНИСЕФ)  
в Республике Беларусь  
e-mail: [unicef@tut.by](mailto:unicef@tut.by)

# РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

Часто с проблемой недостаточного развития мелких мышц кисти и слабой их координации ребенок сталкивается в школе, испытывая трудности в овладении письмом. Однако родители могут и должны заметить раньше, что их малыш нуждается в целенаправленном развитии мелкой моторики.

Обратите внимание, если ваш дошкольник не любит рисовать и разукрашивать и отказывается это делать, потому что не получается; его пальцы неловки в завязывании шнурков, застегивании-расстегивании пуговиц, и он достаточно долго продолжает просить, чтобы за него это сделали взрослые; долго не может освоить «правильный захват» ложки, фломастера, кисточки, зубной щетки и неловко ими манипулирует.



1

В этом случае предложите своему ребенку следующие ниже **упражнения в качестве интересных игр и занятий**, когда будете играть с ним вместе. Постарайтесь пробудить заинтересованность ребенка этой деятельностью, внося творческие моменты (фантазируя, сочиняя истории по ходу, используя ролевые разыгрывания...). Избегайте сухого преподнесения материала – пусть ваш малыш чувствует, что вы играете с ним, потому что вам это нравится (но не потому что у него есть проблемы с моторикой).



Предлагать задания нужно **по принципу «от простого к сложному»**, и, конечно, замечайте успехи ребенка, подбадривайте его похвалой, ведь делать это ему было просто!

2

Несколько следующих **игр доступны детям уже с 1,5-2 лет**, но останутся интересны и подрастающим дошкольникам.

Предложите ребенку поиграть с **песком** (он может быть сухим или влажным): рыться в нем, закапывать руки в песок, отыскивать в нем мелкие игрушки, делать отпечатки ладошками и формочками... Можно предложить ребенку поиграть руками в миске с какой-нибудь сухой крупой (рис, горох, фасоль).



3

Покажите ребенку, как можно интересно играть с «лепящимся» материалом: **глиной, пластилином, соленым тестом** (научите разминать; отщипывать; слепливать в комок; раскатывать в блинчик, колбаску; сминать; скачивать шарик; сплющивать; оставлять отпечатки; вылепливать какую-нибудь фигурку).

Попросите нанизывать кольца на пирамидку, крупные бусины или пуговицы – на шнурок или проволоку. Сделайте отверстие в картоне и покажите, как продеть разноцветные шнурки или завязывать их на узел или бантик. Покажите, как сделать из шнуров косичку или другое плетение, которое умеете. Поиграйте с податливой проволокой – обернув вокруг фломастера, сделайте пружинку, скрутите в человечка, кошку... Смастерите кусок ткани с разными типами застежек: крючками, кнопками, пуговицами. Например, это может быть подвесная «помощница» с кармашками на застежках, куда удобно убирать маленькие игрушки, книжки, карандаши.



4

**Вкладыши.** Для меньших детей подойдут плоскостные «мозаики» с вырезанными отверстиями и подходящими к ним вкладышами, а с 2-3 лет ребенку будет интересно играть с объемными фигурами различных геометрических форм, которые надо бросить внутрь коробки через соответствующую прорезь.

**Навинчивание.** Подарите ребенку для игр ненужные баночки с завинчивающимися крышками, устройте шутовское соревнование: кто быстрее отвинтит их (позвольте ребенку опередить вас). Разрешите отвинчивать и завинчивать баночки с гуашью.



**Гимнастика для пальчиков.** Малышам будет интересна такая гимнастика в сочетании с ритмическими стишками (помните «Сорока-белобока...»?). Множество интересных потешек для пальчиковых игр можно найти в книжках «Играем пальчиками и развиваем речь», автор В. В. Цвынтарный, «Развивающие игры с малышами до трех лет», составитель Т. В. Галанова. Старшим детям понравится изображать ходящих и бегающих человечков (потопайте по столу указательным и средним пальцами) и слонов (поставьте на стол все 5 пальцев и поднимите хобот – средний палец); научите имитировать топот копыт, барабана по столу пальцами, симитируйте игру на музыкальных инструментах. Играйте то левой, то правой, то обеими руками. Попросите ребенка повторять за вами действия пальцами: соединяйте по очереди большой палец с указательным, средним и т.д. и в обратном порядке. Сядьте друг напротив друга и положите ладони на стол. Поднимайте попеременно какой-нибудь палец, стучите им по столу 1-2-3 раза; ребенок смотрит и повторяет.



## БОЛЬШИНСТВО СЛЕДУЮЩИХ НИЖЕ УПРАЖНЕНИЙ ОРИЕНТИРОВАНЫ НА ДЕТЕЙ 4-7 ЛЕТ.

Занимаясь подготовкой руки к письму, тренируйте ведущую руку ребенка. Если он чаще действует левой - не стремитесь переучить его, а организуйте рабочее место так, чтобы свет падал справа, когда он рисует, пишет, вырезает, и предметы, которыми он пользуется на занятии, лежали так, как удобно для него.

Покажите ребенку **теневой театр** с использованием рук.

Предлагайте работать **ножницами** (сначала просто отрезать бумагу, позже – разрезать по линии, вырезать по контуру), делайте **аппликации**.

**Конструкторы:** будут полезны разные крупно- и мелкочлочные, с кнопочным принципом соединения деталей или винтовые. Используйте также и кнопочную мозаику.

7



Конструирование из **счетных палочек и спичек**. Покажите, как можно из них построить «колодец». Выложите сами образец: квадрат, треугольник, домик... и попросите сделать так же. Просите брать спички правой или левой рукой, большим пальцем и мизинцем...

**Трафареты и шаблоны:** возьмите готовые или сделайте их сами из картона, вырезав геометрические фигуры и фигурки людей, животных, транспорта... Попросите ребенка обвести их по контуру (трафареты обводятся внутри, шаблоны снаружи). Предложите разукрасить. Затем можно рисунки вырезать и использовать для игры и аппликации.

**Штриховки.** Покажите ребенку, как делается штриховка внутри контура, проводя параллельные линии в одном из выбранных направлений на расстоянии 3-4 мм (сверху вниз, снизу вверх, слева направо и по диагонали). Обратите внимание ребенка, что за контуры рисунка штриховка не выходит. Начните упражнение в штриховке с геометрических фигур, потом добавьте узнаваемые образы окружающего мира. Усложните задание: «Заштрихуй домик, окна оставь незаштрихованными».

8



**Обрисовывание и дорисовывание.** Попросите ребенка внимательно обвести рисунок по линиям, не отрывая карандаш от бумаги. Затем подготовьте пунктирный рисунок (прямые линии, менее и более извилистые, зигзаги) и попросите обвести, затем продлить линию самостоятельно. Нарисуйте «дорожку» шириной 5-7 мм и попросите провести линию посередине дорожки, не отрывая карандаш от бумаги. Покажите, как рисуется спираль, начните рисовать «клубочек» и попросите ребенка продолжить. Попросите дорисовать «волны».

Попросите дорисовать внутри большого круга постепенно уменьшающиеся круги, а снаружи маленького — постепенно увеличивающиеся. Скажите: «Постарайся, чтоб кругов получилось как можно больше». Попробуйте, рисуя круглыми и овальными спиральками, нарисовать Чебурашку, снеговика.

Предложите рисовать, **соединяя пронумерованные точки**, также не отрывая карандаш от бумаги.

На листе в клеточку начните чертить по линиям несложный **ритмический узор**, ребенок продолжает. Можно попробовать и графический диктант (называйте, на сколько клеточек и в каком направлении надо вести линию).



**Складывайте из бумаги.** Вспомнить навыки конструирования самолетиков и корабликов помогут интересные книги по оригами. Изготовленные из цветной бумаги поделки могут стать отличным подарком для кого-то из членов семьи.

**Рецепт соленого теста для лепки:**

Мелкая соль 1 стакан  
Мука 1 стакан  
Вода 0,5 стакана (или чуть меньше)  
Пищевой краситель  
Храните в плотно закрытом пластиковом мешке.  
Изделие из такого теста можно высушить на воздухе или в духовке и раскрасить. Малыши не пытаются съесть интенсивно соленое тесто.

