

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс»
ул. Машинная, д. 31, г. Екатеринбург, 620142 тел./факс (343) 221-01-57
E-mail: info@center-resurs.ru



Сборник практических рекомендаций для родителей
детей раннего возраста с риском возникновения
инвалидизации по вопросам содействия развития навыков
мелкой моторики

Екатеринбург, 2025

Данный сборник практических рекомендаций предназначен для родителей, педагогов, воспитателей, логопедов, специалистов служб ранней помощи, работающих с детьми раннего возраста с риском инвалидизации.

Сборник содержит рекомендации по организации среды, способствующей развитию координированных действий рук и пальцев. Представлены примеры занимательных игр и упражнений с использованием предметов повседневной обстановки и нестандартного игрового оборудования. Описаны специальные приемы и способы поддержки развития навыков мелкой моторики при выполнении ежедневных дел ребенка раннего возраста для улучшения его функционирования в повседневной жизни.

Составители:

Подакина Е.В., учитель-дефектолог, методист службы ранней помощи ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс»,

Саберлинова С.Б., учитель-логопед службы ранней помощи ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс»,

Родионова-Орлова Т.В., педагог-психолог службы ранней помощи ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс».

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. Нормы развития мелкой моторики у детей младенческого и раннего возраста.....	6
ГЛАВА 2. Использование пальчиковой гимнастики для развития мелкой моторики ребёнка младенческого и раннего возраста.....	9
2.1. Правила выполнения пальчиковой гимнастики.....	9
2.2. Примеры пальчиковых игр для использования в младенческом и раннем возрасте.....	12
ГЛАВА 3. Игры с использованием игрушек, нестандартного оборудования и бытовых предметов для развития мелкой моторики.....	22
ГЛАВА 4. Развитие мелкой моторики в повседневных делах ребёнка.....	45
ГЛАВА 5. Детское творчество.....	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	51
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	

ВВЕДЕНИЕ

Мелкая моторика — это координация мелких движений, которые выполняются с помощью небольших мышц, преимущественно рук и пальцев. Улучшение координации мелких движений является важным аспектом общего развития ребенка. Развитие мелкой моторики напрямую связано с развитием речи, познавательной деятельности, включая внимание, восприятие, мышление. Отставание в развитии мелкой моторики часто сопровождается задержкой речи и проблемами с произношением звуков. Стимуляция нервных окончаний на пальцах рук активизирует речевые центры в головном мозге, что способствует более быстрому и успешному освоению речи. Дети с развитой мелкой моторикой более успешны в детском саду. Они меньше чувствуют тревожность и утомляются и при выполнении творческих заданий и быстрее усваивают новую информацию. Кроме того, мелкая моторика развивает самостоятельность и уверенность в себе при выполнении повседневных задач и улучшает функционирование ребенка во время всех ежедневных дел. Точные и координированные движения пальцев и кистей рук необходимы для многих бытовых и учебных действий: одевания, рисования, завязывания шнурков, застегивания пуговиц.

Точные тонкие движения кисти и пальцев рук обеспечиваются согласованной работой нервной, костно-мышечной, зрительной систем. При повреждении любого из этих звеньев развиваются нарушения мелкой моторики, выраженные в той или иной степени. У детей расстройства ручного праксиса чаще всего вызываются следующими факторами:

- **Генетические факторы** — наследственные предрасположенности к моторным нарушениям.
- **Ранняя недоношенность** — незрелость нервной системы.

- **Неврологические проблемы** — например, церебральный паралич или эпилепсия, которые сказываются на способности контролировать моторику.
- **Сенсорные проблемы** — например, тактильная гиперчувствительность, из-за которой ребёнок избегает движений, вызывающих дискомфорт.

Нарушение мелкой моторики у детей – это расстройство кистевого и пальцевого праксиса, сопровождающееся трудностями выполнения точных координированных движений. Дети с недостаточностью тонкой моторикой плохо удерживают предметы в руке (ложку, карандаш), не могут застегнуть пуговицы, зашнуровать обувь, не любят конструировать, рисовать, имеют трудности в развитии речи.

Необходимо своевременно оказать ребенку помощь в формировании навыков мелкой моторики, направленных на улучшение функционирования в повседневной жизни. Для этого важно в течение дня регулярно предлагать ребенку виды деятельности, которые способствуют развитию тонкой моторики и помогают ребенку уверенно овладеть кистью руки и пальцами.

В данном пособии представлены игровые занятия и способы поддержки развития согласованных движений пальцев рук при выполнении повседневных дел ребёнка раннего возраста.

ГЛАВА 1. НОРМЫ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ МЛАДЕНЧЕСКОГО И РАННЕГО ВОЗРАСТА.

Нормы развития мелкой моторики у детей раннего возраста зависят от конкретного этапа взросления, однако существует усредненный диапазон навыков для каждого периода. У детей раннего возраста развитие координированных движений пальцев рук проходит несколько стадий, от безусловного рефлекса до осознанного и точного захвата. Выделяют следующие виды захвата, развивающиеся последовательно: от рефлекторного (кулачкового) к ладонному (с помощью всей ладони), затем к щипковому (тремя пальцами) и, наконец, к пинцетному (большим и указательным пальцами). Каждый вид захвата является важным этапом в развитии мелкой моторики и координации движений рук.

- *0–3 месяца:*

Малыш подносит ладошки ко рту, хаотично двигает ручками, может замахиваться ручками на игрушку и бить по ней, периодически раскрывает ладошку. Хватка происходит рефлекторно. Ребенок хватает предмет ладонью и зажимает его в кулак.

- *3–5 месяцев:*

Ребёнок берет предмет всей ладонью (“ладонный захват”), при этом большой палец не противопоставляется остальным, держит в руке небольшой предмет (без зажатого большого пальца), держит ладошки вместе, тянется за игрушками обеими руками, подтягивается на руках, когда лежит на животе, недолго держит игрушку как погремушку, следит глазами за предметами во всех направлениях.

- *6–9 месяцев:*

Захват становится более целенаправленным, ребенок трясет и стучит погремушками, подносит игрушки ко рту, использует сгребаящий захват, перекладывает предметы из одной руки в другую, большую часть времени держит руки открытыми и расслабленными.

- *9–12 месяцев:*

Малыш способен захватывать кусочки еды и класть их в рот, способен добровольно отпустить предмет, отдаёт игрушку взрослому, когда его просят, стучит двумя игрушками друг о друга, перелистывает книгу по несколько страниц за раз, начинает складывать предметы в контейнер, указывает на предметы (использует указательный жест), складывает два кубика друг на друга.

Формируются следующие виды захвата:

-Щипковый захват (примерно 8–10 месяцев): малыш начинает использовать три пальца (большой, указательный и средний - “щипковый захват”) для захвата предмета, держа его подушечками.

-Пинцетный захват (примерно 9–12 месяцев): ребенок учится брать мелкие предметы кончиками большого и указательного пальцев.

- *1–2 года*

Действия с предметами:

- Строит башни из 2–3 кубиков.
- складывает предметы и игрушки в контейнер
- Помещает фигурки в сортер.
- Самостоятельно пьет из чашки и начинает пользоваться ложкой.
- Переворачивает несколько страниц книги одновременно.

Творчество:

- рисует мелками
- Держит карандаш в руке и оставляет следы на бумаге.
- Может нарисовать вертикальную линию.

- *2–3 года*

Действия с предметами и самообслуживание:

- Собирает пирамидку.
- Может нанизывать крупные бусины.
- Строит башни из 8–10 кубиков.
- Умеет строить из конструктора простые фигуры.
- Учится расстегивать крупные пуговицы.

- Использует столовые приборы.
- Открывает и закрывает крышки.

Творчество:

- Рисует горизонтальные линии и круг.
- Пробует резать бумагу безопасными ножницами.

Все дети развиваются индивидуально, поэтому эти сроки являются примерными ориентирами, но родителям следует обратить внимание, если малыш значительно отстает от сверстников. Если у ребенка возникают трудности с захватом предметов, координацией движений или выполнением простых задач для его возраста, рекомендуется обратиться к педиатру, неврологу или специалисту службы ранней помощи.

Глава 2. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РЕБЁНКА МЛАДЕНЧЕСКОГО И РАННЕГО ВОЗРАСТА.

Пальчиковые игры — самый простой способ развлечь ребёнка. А ещё они развивают память, внимание и координацию. В очереди к врачу или на кассу в магазине, в самолёте или в автобусе бывает, что игрушки доставать неудобно, а с ребёнком необходимо поиграть так, чтобы не очень беспокоить окружающих. Для таких моментов идеально подходят разные пальчиковые игры.

Пальчиковые игры — это не только отличный способ развлечь малыша, но и пообщаться с ним и укрепить связь между ребенком и взрослым, а еще и замечательный способ развития головного мозга и мелкой моторики. Чаще всего в пальчиковые игры играют с малышами от 6 месяцев до 1 года, но такие игры полезны и детям старше трех лет. Обычно они делятся от самых простых до игр посложнее, где ребенку предлагается самому выучить стихотворение.

Некоторые малыши к пальчиковым играм привыкают не сразу. Терпеливые мамы успевают показать ребёнку много раз одну игру, и на какой-то раз малыш радостно включается. Но чаще бывает так, что мама один раз пробует поиграть в пальчиковые игры, ребёнок сходу не проявляет энтузиазма, и мама решает, что пальчиковые игры — это вообще не для них.

Не торопитесь, позовите других родственников, чтобы они тоже вместе с вами поиграли. Поиграйте в пальчиковые игры со старшими детьми, чтобы малыш мог это увидеть.

2.1 Правила выполнения пальчиковых игр.

Выполняя упражнения с маленьким ребенком, старайтесь придерживаться определенных правил:

- Текст произносится всегда выразительно, с паузами и подчеркиванием необходимых слов.

- Если пальчиковая гимнастика предназначена для одной руки, то сначала производятся действия на одной руке, а потом – на другой. нагрузка на левую и правую руки малыша должна быть равномерной.

- Игровое занятие и упражнение должно заканчиваться расслабляющими движениями

- Не принуждать ребенка к игре, а заинтересовать его. Выполняйте упражнения вместе с ребенком и показывайте увлеченность занятием.

Не перегружать ребенка играми. Одна-две игры в день вполне достаточно. Можно больше, если ребенок сам любит и просит играть.

- Хвалите малыша за его успехи и не ругайте за неудачи, он только учится.

- Играйте увлеченно, с радостью. Даже, если у вас мало времени, пусть это десять минут, но они будут полностью посвящены общению с малышом. Ребенку важно, чтобы какое-то время мама или папа «принадлежали» только ему.

- Включите пальчиковую гимнастику в повседневные дела

- Поддерживайте стремление малыша подражать взрослым, поощряйте попытки повторить слова и самостоятельно делать движения.

- Не обновляйте репертуар слишком часто. Одновременно в арсенале должно быть не более 2-3 различных игр, новые игры вводите постепенно. Время от времени повторяйте ранее изученные игры – детям это нравится!

Как правильно разучивать упражнения:

- покажите ребенку игру на своих руках;
- повторите упражнения на пальчиках ребенка;
- выполняйте движения вместе с малышом, но при этом сами проговаривайте стих или потешку.

Постепенно ребенок будет действовать более самостоятельно!

Важно помнить, что гимнастика для рук и пальцев не должна вызывать неприятные ощущения. Если появляются боль и дискомфорт, то следует уменьшить интенсивность упражнений. Проводить занятия необходимо ежедневно, уделяя им от 5 до 15 минут в день, в зависимости, от возраста ребенка.

С детьми младшего возраста необходимо играть дольше с одной пальчиковой гимнастикой. При этом сначала повторяется знакомая игра, а потом начинает разучиваться новая гимнастика. Следует отметить, что в возрасте от 1 года до 3 лет, даже если малыши уже умеют говорить, не надо заставлять их произносить текст и производить необходимые действия руками. Само содержание пальчиковой гимнастики должно быть понятно и интересно детям - только в этом случае они с увлечением включаются в игру.

Во время обыгрывания сюжета, важно выражать эмоциональную реакцию, т.е. показать радость, испуг, печаль, огорчение и другие эмоции. Это позволяет не только наладить эмоциональный контакт с ребенком, но и позволяет ребенку лучше запомнить стихи и движения пальцев.

Перед ребенком не ставим несколько задач одновременно: сразу выучить и движения, и стихи. Даже если малыш делает что-то неправильно, взрослый не должен на этом фиксировать внимание на этом, необходимо аккуратно поправить ребенка и помочь ему. Все равно необходимо похвалить для того, чтобы у ребенка появилась уверенность, что у него все получится. Главное выполнять эту работу систематически. Эти игры можно включать в режимные моменты течение дня, но не перегружать ребенка, иначе у него пропадет интерес. Важно учитывать индивидуальные особенности ребенка, его темп, внимание, возможности. Сложность наращиваем постепенно. Одним из важных элементов этих игр является голос взрослого, поэтому важно читать текст наизусть, так ребенок легче воспринимает его. Стихи следует произносить понижая - повышая голос, соблюдая паузы, интонационную выразительность, синхронно выполняя движения. Ребенок сначала выполняет движения вместе со взрослым, постепенно овладевая текстом, в дальнейшем

проговаривает текст и одновременно выполняет движения. Важна точность и качество выполняемых движений ребенком.

Предложенные игры, требующие тонких движений пальцев, повышают работоспособность головного мозга, дают детям мощный толчок к познавательной и творческой активности, развивают внимание, мышление, память.

2.2. Примеры пальчиковых игр для использования в младенческом и раннем возрасте.

Упражнения для детей от 0 до 6 месяцев.

В этом возрасте малыш не умеет делать упражнения самостоятельно. Поэтому пальчиковая гимнастика будет пассивной, то есть вам придётся выполнять все движения за ребенка.

Не забывайте каждое упражнение сопровождать весёлой потешкой или стишком.

«Пальчики»

Это упражнение поможет малышу быстрее разжать кулачок. Аккуратно отгибайте по одному пальчику, массируйте его, а потом снова сгибайте, приговаривая:

*Этот пальчик в лес пошёл,
Этот пальчик гриб нашёл,
Этот пальчик чистить стал,
Этот пальчик резать стал,
Этот пальчик грибы съел,
Оттого и потолстел.*

«Улитка»

Держите ладошку ребёнка открытой и своим пальцем «рисуйте» спираль от середины ладони малыша до основания пальцев, захватывая внутреннюю сторону большого пальца. При этом говорите ребёнку потешку:

Улитка, улитка, улитка ползёт,

Улитка в тележке конфетки везёт.

Улитка, улитка, улитка ползёт,

Улитка в тележке печенье везёт.

Улитка, улитка, улитка ползёт,

Улитка (имя ребёнка) подарок везёт.

Повторяйте по 2–3 раза для каждой ручки.

«Вся моя семья»

Слегка потяните каждый пальчик, затем сделайте круговые движения в одну и в другую сторону, и так с каждым пальчиком. Свои действия сопровождайте словами:

Этот пальчик — дедушка,

Этот пальчик — бабушка,

Этот пальчик — папочка,

Этот пальчик — мамочка,

Этот пальчик — я,

Вот и вся моя семья.

На последних словах сожмите пальчики малыша в кулачок и поднесите его к груди ребёнка. Для того, чтобы кулачок малыша лучше раскрывался, хлопайте его ладошками по своим ладоням, по воде во время купания, по разным поверхностям (по столу, полу и т.д.). Также можно делать следующее упражнение: при выкладывании ребёнка на животик раскройте кисти малыша и, накрыв их своими руками, удерживайте ручку прижатой к поверхности какое-то время. Когда малыш начнёт тянуться и брать погремушки, обращайтесь внимание на то, чтобы большой пальчик всегда оказывался поверх кулачка. Если ваш ребёнок неправильно захватывает вещь, то аккуратно выправляйте пальчик. Для формирования правильного захвата лучше использовать погремушки с длинной округлой ручкой.

Пальчиковая гимнастика от 6 месяцев до года.

Малыш ещё не может проговаривать потешку или считалочку, но для него очень важно тесное и тёплое общение с родными людьми. Когда мама или папа берут малыша на ручки, сажают его себе на колени, поглаживают его ручки, похлопывают, щекочут, шепчут что-то ласковое и нежное на ушко, море положительных эмоций обеспечено.

«Твоя ладошка»

Твоя ладошка — это пруд,
По ней кораблики плывут
(медленно водим согнутым указательным пальцем по ладошке малыша, рисуя волну).

Твоя ладошка — как лужок,
А сверху падает снежок
(дотрагиваемся кончиками пальцев до ладошки ребёнка).

Твоя ладошка — как тетрадь,
В тетради можно рисовать
(указательным пальцем «рисует» по ладошке).

Твоя ладошка — как окно,
Его помыть пора давно
(трём ладошку пальцами, сжатыми в кулак).

Твоя ладошка — как дорожка,
А по дорожке ходит кошка
(осторожно переступаем пальцами по ладошке малыша).

«Червячки»

Сначала упражнение делаем для правой ручки, а затем для левой.
Раз, два, три, четыре, пять!
Червячки хотят гулять
(перебираем по очереди пальчики малыша, нажимая на подушечки пальчиков).

Раз, два, три, четыре, пять!
Червячки пошли гулять

(берём каждый пальчик и слегка его трясём).

Вдруг ворона подбегает

(бежим своими пальцами по ладошке малыша),

Головой она кивает

(взрослый кивает головой, малыш — тоже),

Каркает: «Вот и обед!»

(сжимаем все пальчики малыша в кулачок).

Глядь, а червячков уж нет

(раскрываем кулачок).

“Комарики”

Дарики-дарики,

(хлопаем в ладоши)

Ай, да комарики,

Вились, вились,

(крутим щепотки друг вокруг друга)

В щёчки вцепились!

(изображаем, как комарики укусили щёки)

Дарики-дарики,

Ай, да комарики,

Вились, вились,

В ушки вцепились!

Дарики-дарики,

Ай, да комарики,

Вились, вились,

В волосики вцепились!

Кыш-кыш!

(отмахиваемся понарошку от комаров)

Прогоним комариков!

Игра про комариков отлично подходит для малышей, потому что в ней много понятных движений и звукоподражания.

Пальчиковые упражнения от года до двух.

По мере взросления малыша упражнения усложняются. Пальчиковая гимнастика предполагает самостоятельное совершение ребёнком движений на основе подражания действиям взрослого, становится активной.

Если у малыша возникают трудности при выполнении задания, взрослые должны помочь ребёнку удержать не участвующие в данный момент пальчики от произвольных движений.

«Тортик»

Тесто ручками помнём

(сжимаем и разжимаем пальчики).

Сладкий тортик испечём

(хлопаем ладошками друг о друга).

Серединку смажем джемом

(круговые движения ладошками по столу),

А верхушку — сладким кремом

(хлопаем по столу ладошками).

И кокосовую крошкой

Мы присыплем торт немножко

(сыплем «крошку» пальчиками обеих рук).

А потом заварим чай —

Приходи и не скучай

(«пью» из «чашек»).

«Лодочка»

Две ладошки прижму

И по морю поплыву

(прижать друг к другу обе ладошки, при этом не соединяя большие пальцы).

Две ладошки, друзья, —

Это лодочка моя

(делать волнообразные движения руками — «лодочка плывёт»)

Паруса подниму

(у соединённых вместе рук поднять вверх большие пальцы),

Синим морем поплыву

(снова волнообразные движения руками — «лодочкой»).

А по бурным волнам

Плывут рыбки тут и там

(полностью соединить друг с другом две ладошки для имитации рыбок и снова делать волнообразные движения — «рыбки плывут»).

“Ладушки-кулачки”

Ладушки-ладушки,

(хлопаем в ладошки)

Кулачки-кулачки!

(стучим кулачками перед собой)

Ладушки-ладушки,

(хлопаем в ладошки)

Кулачки-кулачки!

(стучим кулачками перед собой)

Спрятались ручки!

(прячем обе руки за спину)

Где они?

Ищи!

Вот они, нашлись!

(вытаскиваем обе руки).

Упражнения для малышей 2-3 лет

Если пальчиковые игры для малышей подразумевают именно игры с использованием пальцев, то для детей постарше такие игры должны задействовать и запястья, и локтевые суставы, и плечи. Дети в 2 года любят энергичные движения и активно их повторяют, поэтому картотека пальчиковых игр для детей должна включать активности, которые надо выполнять обеими руками.

Предлагаем вам несколько занимательных пальчиковых игр для малышей 2-х лет.

«КАПУСТА»

Мы капусту рубим, рубим;

(поворачиваем ладони друг к другу и ребрами ладошек стучим по столу или полу)

Мы капусту солим, солим;

(складываем подушечки трех пальцев вместе и делаем движения, как будто солим «капусту»)

Мы капусту трём, трём;

(трём кулаки друг об друга)

Мы капусту мнём, мнём.

(энергично сжимаем и разжимаем кулаки).

“КОШКА”

Вот кулак, а вот ладошка.

(один кулак сжимаем, другой – выворачиваем ладошкой вверх)

На ладошку села кошка.

(раскрываем кулак и складываем вместе пальцы руки, после чего ставим их на вывернутую вверх ладошку)

Потихонечку пойдёт –

(аккуратно «шагаем» пальцами верхней руки по другой руке до плеча ребенка)

Может, мышка там живёт?

(щекочем малыша).

“ПТИЧКИ”

Здравствуй, крылышко!

(левая рука гладит правую)

Здравствуй, крылышко!

(правая рука гладит левую)

Здравствуй, пёрышко!

(указательный палец правой руки гладит палец левой руки)

Здравствуй, пёрышко!

(указательный палец левой руки гладит палец правой руки)

Здравствуй, клювик!

(гладим большие пальцы)

Тут пришёл дворник

С большой метлой,

(«подметаем» коленки ладошками)

Сказал: «А ну-ка кыш!» *(грозим пальчиком)*

И птички испугались,

Птички полетели,

(тянемся двумя руками в стороны)

Одна на север,

(тянем левую руку)

Другая на юг.

«Весёлый гном»

Жил да был весёлый гном

(поднимаем руки над головой, изображая колпак)

С круглыми ушами

(описать вокруг ушей большие круги).

Он на сахарной горе

(локти на столе, руки прямо, ладони сложены так, чтобы образовался треугольник)

Спал под воротами

(пальцы изображают ворота).

Вдруг откуда ни возьмись

Великан явился

(руки высоко подняты над головой).

Скушать гору он хотел

(движения, как будто едим руками),

Только подавился

(хватать воздух ртом и надувать щёки)!

Ну а что весёлый гном?

Так и спит глубоким сном!

(сложить ладошки под щёчку).

Паучок

Паучок ходил по ветке,

А за ним ходили детки.

(руки скрещены; пальцы каждой руки «бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки.)

Дождик с неба вдруг полил,

(кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик).)

Паучков на землю смыл.

(хлопок ладонями по столу/коленям.)

Солнце стало пригревать,

(ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит))

Паучок ползёт опять,

А за ним ползут все детки,

Чтобы погулять на ветке.

(действия аналогичны первоначальным, «паучки» ползают на голове.)

“Дождик”

Тихий-тихий-тихий дождик,

(постукиваем кончиками пальцев по столу или по коленкам)

Дождик-дождик, кап-кап-кап.

Сильней, сильней, сильнее дождик.

(постукиваем ладошками по столу или по коленкам)

Дождик-дождик, кап-кап-кап.

Сильный-сильный ливень!

(сильно стучим ладонями по столу или по коленкам)

Гром!

(хлопаем в ладоши)

В небе молния блеснит!

(поднимаем обе руки вверх)

ГЛАВА 3. ИГРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРУШЕК, НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ И БЫТОВЫХ ПРЕДМЕТОВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ.

Дети очень любят манипулировать, играть с предметами-заместителями, придумывать для них новое применение. Родители могут предлагать малышу игры с предметами, которые окружают ребенка в быту.

В пальчиковых играх с нестандартным оборудованием содержание стихотворения изображается с помощью движения рук и пальцев. Во время игр с различными предметами также задействована ориентировка в схеме тела (голова, руки, ноги, туловище). Такие забавы очень увлекательны: они способствуют развитию творческой активности, мышления, речи, мелких мышц рук. Вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. Нетрадиционное использование предметов стимулирует умственную деятельность, способствует хорошему эмоциональному настрою, повышает общий тонус, снижает психоэмоциональное напряжение, координирует движения пальцев рук, расширяет словарный запас, приучает руку к осознанным, точным, целенаправленным движениям.

Для пальчиковых игр можно использовать нестандартное оборудование, такое как крышки от бутылок, пустые пластиковые контейнеры, ленты, пакеты или мешки, а также детали от шоколадных яиц, которые легко найти дома или сделать своими руками. Эти материалы помогут разнообразить упражнения, развивая мелкую моторику, точность движений и координацию.

Главное — контролировать, чтобы ребенок не проглотил мелкий предмет.

Тактильные коврики.

Сшейте коврики с нашитыми на них пуговицами, шнурками, молниями, липучками и разными тканями (фетром, вельветом). Такие занятия способствуют развитию тактильной чувствительности и помогут малышу познакомиться со свойствами разных предметов и поверхностей.



Волшебный мешочек или коробка с предметами различными на ощупь.

Предложите малышу коробками с предметами различных текстур для манипулирования и исследования. Можно узнавать игрушку на ощупь, находить парный предмет и т.д.



Игры с неструктурированным материалом: крупами и макаронами, песком.

Насыпьте в контейнер пшено или рис и положите туда небольшие предметы, например, игральные кубики, монеты и др. Ребенку будет интересно разыскивать их в крупе и доставать руками, ситом или рисовать пальцами.



Учимся пользоваться пинцетом и пипеткой.

Вытаскивать из миски пуговицы и раскладывать их по цвету увлекательно для ребенка и полезно для развития мелкой моторики. С помощью пинцета, щипцов можно вместе с ребенком сортировать мелкие предметы (пуговицы, камешки) или экспериментировать со специальными пипетками.



Играем с прищепками.

Взрослые могут помочь малышу сжимать прищепки, прикрепляя их к краю коробки, верёвочке или листу бумаги, “оживляя” рисунки или играя в сюжетно-ролевую игру.



Ребенку обязательно понравится и пальчиковая игра с прищепками с речевым сопровождением:

Вот проснулся,
Встал гусенок,
Пальцы щиплет он спросонок:
- Дай, хозяйка, корма мне
раньше, чем моей родне.

Бельевой прищепкой дети прижимают ногтевые фаланги пальцев правой, а затем левой руки на каждый ударный слог – от большого пальца к мизинцу.

Использование игр шнуровок.

Для шнуровки полезно предложить детям специально изготовленные приспособления, которые продаются в магазинах игрушек. Бывают очень простые шнуровки, например, большая деревянная пуговица и деревянная иголка со шнурком, деревянный "сыр" с дырками и др.

Для того, чтобы эти игры быстро не надоели малышу, можно использовать куклу, у которой ботиночки или одежда завязываются с помощью шнурка. Одевая или раздевая эту игрушку, ребенок будет с удовольствием тренироваться шнуровать.

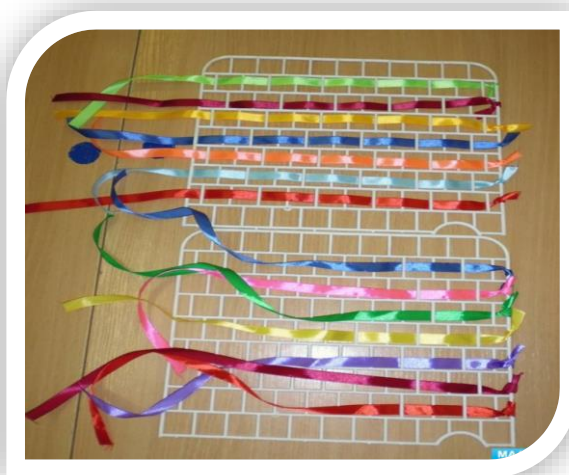


Собираем бусы.

Научите ребенка нанизывать на шнурок крупные бусины, пуговицы или полые макароны. Если у ребенка возникают сложности, дайте ему вместо шнурка что-нибудь более жесткое, например, аквариумную трубку или соломинку для коктейля, чтобы он сначала попробовал нанизывать бусины на нее.



Ленты, шнурки, тесьма.

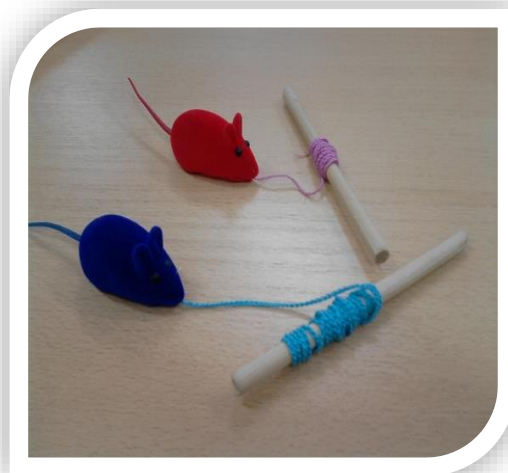


Детей постарше можно попросить помочь взрослому распустить вязанные изделия и намотать нитки на катушку, бобину или смотать в клубок, заплести косичку (малышам еще не по силам плести настоящие косички, но они будут с удовольствием, подражая взрослому, переплетать, расплетать, скручивать и раскручивать «пряди»).

Предложите малышу «полечить» кукле, мишке, или зайчику ножку, животик, головку. Например, скажите, что у Мишутки заболел животик, нужно его забинтовать.

Палочки-моталочки.

Традиционная забава, увлекающая и взрослых, и детей. Предложите малышу, наматывая нитку на палочку, помочь мышке убежать от кошки, устроить автомобильные гонки или устроить веселые соревнования.



Народные игрушки.

Взаимодействуя с природными материалами, ребенок получает гораздо больше информации, чем от соприкосновения с пластмассой. Поэтому для маленького ребенка, только начинающего познавать окружающий мир, развивающие игрушки целесообразнее делать из природных материалов. Это могут быть матрешки, музыкальные инструменты, полянка с грибочками и т.д.



Упражнения с бумагой.

Увлекательно и доступно предложить ребенку игры, где можно:

- сминать бумагу, тем самым стимулируя развитие силы рук, а потом бросать в корзину с расстояния;

- рвать бумагу (развитие соотносящих движений- захватить пальцами обеих рук лист и тянуть в разные стороны). Из получившихся полосочек. можно сделать дождик или простую аппликацию.

Важно: предлагая малышу бумагу для этих упражнений взрослые должны показать откуда ее можно взять. И сами должны брать бумагу для этой игры только из этой коробки. Иначе малыш поймет, что можно рвать все что находится вокруг и порвет книжки или что-нибудь нужное. Не нужно предлагать старые книги и журналы. Любой игрой мы воспитываем отношение к окружающему

Разворачивание завернутого предмета в бумагу.

Малышам очень нравится эффект неожиданности. Ребенок будет с удовольствием ждать сюрпризного момента, если предложить ребенку игрушку предмет, завернутый в бумагу. Можно усложнить задачу и перевязать сверток ленточками или перемотать резиночками. Будет полезно научить ребенка самостоятельно заворачивать предмет и сделать сюрприз для бабушки, брата или сестры, развернув который они очень удивятся.

Резиновая груша.

Можно приобрести в аптеке маленькую грушу, нажимая на которую, получается струя воздуха, ею можно сдуть ватку или листочек со стола. Предложите ребенку даже поиграть в футбол, пытаясь загнать струей воздуха мяч в ворота. Для детей первого года грушу заменяют резиновые игрушки-пищалки, играя которыми малыши развивают силу рук.

Волчки и заводные игрушки.

Сначала можно предлагать малышу запускать юлу, а затем волчки разных размеров. Также этой цели подойдут и другие предметы, например, кольца пирамидки т.д. Также полезно приводить в действие ключиком заводные игрушки.



Складываем монеты в копилку.

Купите открывающуюся копилку. Пусть ребенок вкладывает в щель монеты или пуговицы. Такую игру нужно проводить только в присутствии взрослого, чтобы любознательный непоседа не проглотил мелкие предметы.

«Накорми зверушку». Сделайте из коробки мордочку животного с отверстием для рта, в которое нужно «кормить» его мелкими предметами, например, фасолью.



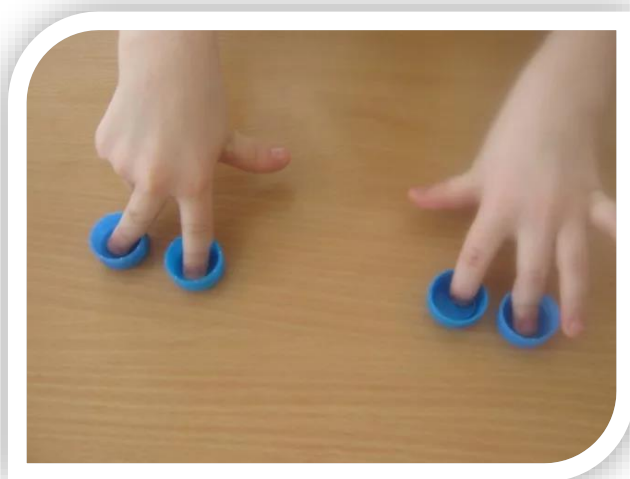
Веселая погремушка.

Можно предложить ребенку наполнять бутылку мелкими предметами: фасолью камешками шариками. Важно помочь малышу брать предмет двумя пальцами большим и указательным. Помогает ребенку одной рукой придерживать бутылку, а второй рукой брать предметы по одной детали. В конце можно закрыть бутылку крышкой и весело погременуть получившейся погремушкой.



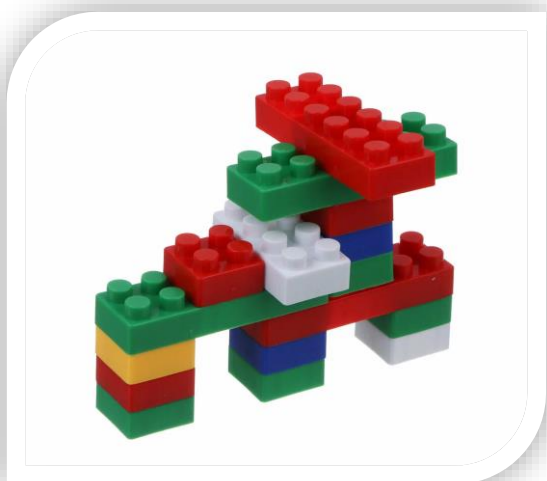
Игра в крышечки.

Дети с удовольствием откручивают и закручивают крышки от банок, бутылок и пузырьков. Это очень полезные движения для развития мелкой моторики.

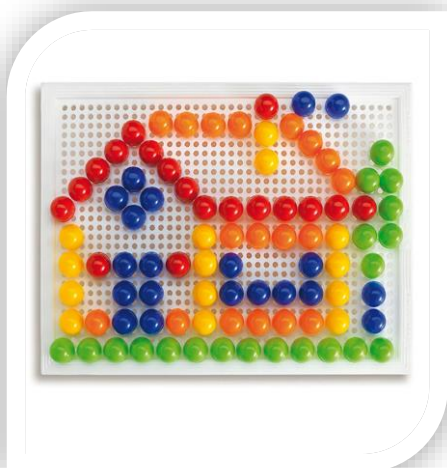


Конструктор.

Очень хорошо развивают моторику разные конструкторы. Целесообразно использовать несколько типов конструкторов с разным типом соединения деталей для развития силы и точности движений.



Различные виды мозаики.



Баночки с разными крышечками.

Предложите ребенку открывать баночки с разным типом открывания и отвинчивать небольшие крышки. Для поддержания интереса ребенка можно положить внутрь предмет-сюрприз. Для этой цели подойдут разнообразные баночки с легко отвинчивающимися крышками (выбирайте банки, которые по размеру подходят к детской руке — хорошо подходят баночки из-под детского питания, но для маленьких рук их диаметр может оказаться большим), маленькие игрушки и съедобные предметы. В повседневной жизни взрослые могут между кормлениями давать ребенку лакомства в баночках, чтобы он сам открывал их.



Катание предметов между ладошками.

Сначала предлагаем покатать карандаш по столу ладонью. Затем взрослый может показать, как катать карандаш между выпрямленными ладошками в руках карандаш находится в вертикальном положении. На конец карандаша можно прикрепить игрушку, которая будет плясать.



Используйте массажные шарики с шипами, маленькие мячики, ёжики или даже орехи, чтобы катать их между ладонями или пальцами.

Игры с резиночками для волос.

Растягивайте резинки для волос, надев их на пальцы или различные предметы.



Пальчиковый театр.

Это прекрасный речевой и сенсорно-двигательный тренажер. Эти маленькие фигурки развивают мелкую моторику и подвижность пальцев обеих рук, тактильную чувствительность.

Пальчиковый театр – это еще уникальная возможность расположить сказку на ладошке у ребенка, в которой он сможет занять роль любого героя.

В него может входить набор фигурок-персонажей, которые надеваются на отдельный пальчик. Это могут быть; вязанные фигурки, теннисные шарики на которых рисуются лица персонажей; пальчиковые куклы, сделанные из различных видов тканей, персонажи из бумаги, маленьких коробочек, в которых делаются отверстия для пальцев, миниатюрные фигурки из конусов и цилиндров, надевающиеся на пальцы.



Бизиборд.

Обучающая игровая панель, сделанная по методике педагога Марии Монтессори, позволяет малышу развивать мелкую моторику, занимаясь увлекательными делами. Элементы на доске можно периодически менять.



Использование такого разнообразного оборудования помогает поддерживать интерес к занятиям и эффективно развивать мелкую моторику. Для пальчиковой гимнастики можно использовать множество нестандартных предметов. Это поможет сделать занятия интереснее и развить мелкую моторику, тактильную чувствительность и фантазию.

Глава 4. РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ В ПОВСЕДНЕВНЫХ ДЕЛАХ РЕБЕНКА.

Мелкая моторика жизненно важна для выполнения повседневных действий, таких как застегивание рубашки, чистка зубов, использование посуды для еды, приема пищи, завязывания шнурков и застёгивания пуговиц, использовании ножниц и рисование. Если маленький ребенок не может выполнять эти повседневные задачи, это может повлиять на его уверенность в себе, способность развивать навыки самообслуживания и независимости, а также на его успешность в детском саду и т.д. Улучшить координацию и согласованность движений рук и пальцем разнообразные упражнения, которые родители могут делать с ребенком во время ежедневных дел

Помогаем маме на кухне

Чистим вареное яйцо.

Маленькие дети очень любят складывать и выкладывать предметы. Чтобы развить щипковый, или пинцетный захват, научите малыша чистить вареное яйцо. Ребенок может не сразу понять, что от него хотят, но если предложить ему складывать скорлупки в небольшое блюдо, он заинтересуется и начнет с энтузиазмом выполнять нужные действия.

Снимаем кожуру с мандарина, банана.

Вовремя приема пищи предлагаем ребенку снять кожуру с банана.

Разминаем тесто.

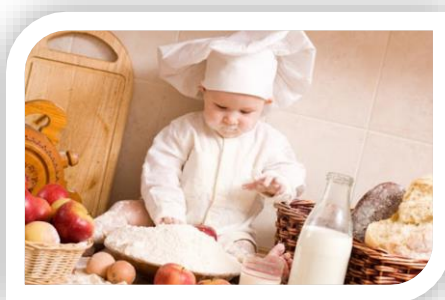
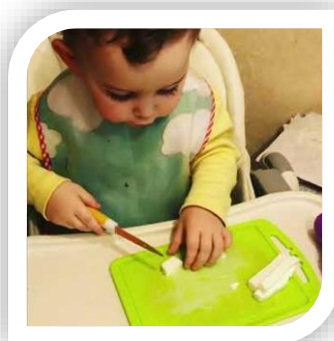
Предлагаем ребенку месить тесто, вырезать формочкой печенье, лепить пирожки

Пересыпание и переливание.

Пересыпание крупы из банки в банку и переливание воды из стакана в стакан развивает координацию рук.

Использование столовых приборов.

Умение самостоятельно есть ложкой вилкой пить из чашки, резать безопасным ножом - важная составляющая развития малыша и совершенствования мелкой моторики. Также можно предложить ребенку взбить вилкой или венчиком яйца.



Участие в бытовых делах

Мелкую моторику развивает и полезная работа по дому. Можно приобщать малыша к выполнению бытовых действий.

Попросите ребенка протереть кухонный стол тряпкой, собрать губкой воду со стола и отжать её. Для детей постарше можно предложить постирать кукольное белье или помыть пластмассовые игрушки, развивая навыки пользования мылом и водой.



Одевание-раздевание.

Часто взрослые решают задачу овладения малышами разных видов застежек с помощью развивающего коврика или книжек, но это лишь первый этап. Застегнуть кнопку или застежку проще на коврике или другом человеке легче, чем на себе, поэтому дальше необходимо тренировать эти навыки включая в повседневные дела ребенка.

Во время одевания и раздевания важно создавать ситуации, когда ребенок будет учиться застегивать, расстегивать пуговицы, липучки, шнурки, развязывать шнурки.

На одежде малыша должны быть разные застежки - пуговицы разной формы и размеров кнопки. Ситуация когда у ребенка на одежде и обуви в течение всего дошкольного периода только липучки приводит к тому что и в школе дети не в состоянии одеться сами, если на одежде есть другой вид застежки, не могут зашнуровать кроссовки, переодеваясь на физкультуре. Эти умения очень важны так как несамостоятельность ребенка и зависимость от

взрослого напрямую влияет на его дальнейшую успешность в жизни. Поэтому тренировать эти навыки необходимо на доступном уровне в зависимости от возможности малыша необходимо как можно раньше. Уже в раннем возрасте ребенок может снимать и надевать шапку, стягивать варежки и носки, расстегивать и снимать одежду - все это вклад в развитие мелкой моторики.

Чтение книг.

Во время чтения предлагаем малышу переворачивать страницы. Страницы первой книги для ребенка с года должны быть плотными из картона. Для поддержания интереса можно на следующую страницу положить картинку-сюрприз. Если ребенку трудно, то можно слегка приподнять страницу.

Прогулка.

Игры на свежем воздухе – отличный способ не только развивать моторику в непринужденной форме, но и укреплять иммунитет, тренировать дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

В летний период можно предложить малышу:

-игры с природным материалом

Ребенок вместе с взрослым может выкладывать узоры, буквы, фигуры из мелких камешков, шишек, веточек, ракушек и т.д.

-рисование

Ребенок с удовольствием подключится к созданию картин палочками на влажном песке, земле или мелкими на асфальте

- лепка.

Также можно лепка из песка или глины, или плести венки из одуванчиков.

В зимний период можно использовать следующие приемы:

-кормление птиц

Предложите ребёнку отщипывать кусочки хлеба или брать по одной семечке и бросать их птицам.

-отряхивание веток

Возьмите малыша на руки и подойдите с ним к маленькому заснеженному дереву. Потяните за ветку так, чтобы осыпался снег. Ребёнку скорее всего, понравится такое занятие. И вполне вероятно, что после этого он начнет тянуть за ветки самостоятельно.

-снежки

Лепка снежков руками или снежколепом - прекрасная забава, помогающая координации движений рук.

-рисование на снегу

Рисовать можно не только дома на бумаге, но и во дворе палочкой на снегу. Предложите ребенку черкать палкой по снегу.

-узоры на снегу

Вместе с ребенком выложите на снегу узор из подручного материала - шишек, веточек, ягод рябины. Взрослый может нарисовать палкой круг и предложить малышу разложить «творческий материал» по начерченной линии. Покажите ему, как это делается, а продолжит он сам.

-мордочка на дереве

Если снег хорошо лепится, можно попробовать нарисовать из него на дереве смешные мордочки. Взрослый будет создавать мордочку, а ребёнок — только лепить снежок.

-снежный сад

Еще можно предложить малышу «посадить сад». Для этого нужно собирать мелкие ветки, упавшие с деревьев, и втыкать их в снег.

-расчистим дорожку.

Дайте малышу детскую лопатку на длинной ручке и пусть он попробует разгрести снег. А еще можно сгребать снег с заснеженных лавочек. Отличные упражнения для тренировки крупной и мелкой моторики.

ГЛАВА 5. ДЕТСКОЕ ТВОРЧЕСТВО.

Ребёнок раннего возраста охотно вовлекается в продуктивную познавательно - творческую деятельность со взрослым, которая способствует координации пальцев рук.

Для изготовления первых шедевров можно использовать любые подручные материалы: пальчиковые краски, пластилин, соленое тесто, мелки, карандаши, разнотекстурные ткани, различную бумагу; объемные детали (пуговицы, бусины, колпачки, коктейльные трубочки, рулончики от туалетной бумаги и т.д.), природный материал (семена и плоды разных растений, разные крупы, засушенные цветы и листья, ракушки, мелкие камешки).

Лепка

Неизменное удовольствие для ребенка разного возраста и огромную пользу для его развития приносит художественная лепка. Для лепки выбирайте материал, который легко разминается, не липнет к детским ладошки и не высыхает. Можно вдавливать мелкие предметы в пластилин (семена, ракушки, камешки, фасоль и т.д.)

Аппликации

Наклеивание картинок из цветной бумаги, круп, макарон и ваты радует детей любого возраста. Хорошо развивают мелкую моторику насыпные аппликации. Для их изготовления лучше использовать клей ПВА и — кусочки бумаги, пенопласт или крупу.

Рисуем пальцами

Научите малыша рисовать пальцами. Это не просто полезное, но и очень увлекательное занятие для малыша. Дети старшего возраста, рисуя пальцами, осваивают более сложные движения, развиваются ловкость и координация.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие мелкой моторики — это критически важный процесс для детей раннего возраста, влияющий на их общее интеллектуальное, речевое и психоэмоциональное развитие. Стимуляция мелкой моторики активизирует соседние зоны, что положительно сказывается на формировании речи, развитии межполушарных связей, способствует формированию и автоматизации у ребенка новых навыков в ежедневных делах, улучшает функционирование ребенка в повседневной жизни.

Игры на развитие мелкой моторики это еще и отличный способ развития самостоятельности и творческих способностей ребенка. Но самое главное, такой вид активности - прекрасный вариант совместной деятельности родителей и детей, улучшающий качество общения и взаимодействия ребенка с близкими взрослыми.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Игровые занятия с детьми 1-3 лет. Книга для педагогов и родителей. М. Маханева. С. Решикова, ООО «ТЦ Сфера», 2016.
2. Игры и игрушки для детей раннего возраста. Е. В. Смирнова, С. Ю. Мещерякова, Т. В. Ермолова, Москва, 2004.
3. «Каролина» (The Carolina Curriculum for Infants and Toddlers with Special Needs) — программа для работы с младенцами и детьми младшего возраста с особыми потребностями. Нэнси М. Джонсон-Мартин, Кеннет Г. Дженс, Сюзен М. Аттермиер, Бонни Дж. Хаккер.
4. КАРО, Санкт-Петербургский Институт раннего вмешательства. 2005.
5. Ладушки. Пальчиковые игры для малышей. Крупенчук О.И.- СПб 2007.
6. Маленькие Ступеньки. Программа ранней педагогической помощи детям с отклонениями в развитии. Книга 5. Навыки тонкой моторики., Питерси М., Трилор Р.
7. Малыш учиться говорить. Раннее развитие речи от 1 года до 3 лет. О. А. Новиковская, Москва, 2017.
8. Мамин массаж с потешками для детей первого года жизни. О.Ю. Ботякова, СПб, 2025.
9. Моторные сказки для самых маленьких. В.А. Гончарова, Т.А. Колосова, СПб, 2007.
10. Пальчиковая гимнастика: нейрофитнес для малышей. Е.М. Косинова, Москва, 2023.
11. Пальчиковые игры для развития речи и интеллекта ребенка О. Теплякова, Москва 2014.
12. Пальчиковый массаж для малыша от рождения до года. М.Г. Борисенко, Н.А. Лукина, СПб, 2024.
13. Умные пальчики. О.С. Жукова - М:Астрель;СПб, 2011.

Интернет-ресурсы:

<https://www.kp.ru/family/deti/palchikovaja-gimnastika-dlja-detej/>