

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 37» с. Запрудное

Рекомендации родителям по развитию мелкой моторики у дошкольников

учитель – дефектолог Зыкова О.В.

Рекомендации родителям по развитию мелкой моторики у дошкольников

Развитие мелкой моторики помогает ребёнку осваивать бытовые навыки, учиться рисовать и писать, лучше координировать движения. Вот как можно поддерживать этот навык в домашних условиях.

Основные правила занятий дома

- **Занимайтесь регулярно, но недолго.** Оптимально 5–10 минут каждый день: так ребёнок не устает, а навык постепенно закрепляется.
- **Начинайте с простого.** Выбирайте задания, которые ребёнку уже почти по силам, и усложняйте их понемногу.
- **Показывайте, а не только объясняйте.** Сначала продемонстрируйте действие сами, при необходимости помогите «рука в руке», потом дайте попробовать самостоятельно.
- **Чередуйте разные виды активности.** Полезно сочетать игры с материалами разной текстуры, графические задания и бытовые действия — так тренировки остаются интересными и эффективными.
- **Делайте упор на практику в обычной жизни.** Застёгивать пуговицы, пересыпать крупу, раскладывать ложки — всё это тренирует мелкую моторику.

Практические идеи для занятий

Работа с крупами, фасолью, пуговицами:

- Пересыпайте ложкой из одной миски в другую.
- Сортируйте предметы двумя пальцами (как будто берёте пинцетом).
- Выкладывайте простые узоры по образцу (линию, волну, домик).

Лепка и пластичные материалы:

- Раскатывайте «колбаски», сплющивайте шарики, отщипывайте кусочки.
- Делайте простые фигурки и украшайте их мелкими деталями (бусинами, семечками).

Пальчиковые игры и массаж:

- Играйте в пальчиковые игры с короткими стишками — движения должны быть чёткими, темп — спокойным.
- Катайте между ладонями или прокатывайте по столу массажный мячик, ребристый ролик.

Графические и аппликационные задания:

- Обводите пунктирные линии, соединяйте точки, штрихуйте в заданном направлении.
- Вырезайте простые формы безопасными ножницами.
- Делайте обрывную аппликацию: отрывайте кусочки цветной бумаги и наклеивайте их, чтобы получился рисунок.

Игры с застёжками, шнуровками, конструкторами:

- Тренируйтесь застёгивать и расстёгивать пуговицы, липучки, молнии.
- Пробуйте шнуровать по образцу, завязывать простые узелки.
- Собирайте несложные конструкторы, сортируйте детали по размеру или цвету.

Полезные подсказки для родителей

- **Давайте возможность пробовать самому.** Сначала пусть ребёнок попробует выполнить действие самостоятельно, потом при необходимости помогите и снова предложите сделать самому.
- **Используйте наглядные образцы.** Карточки с этапами, цветовые метки или рамки-трафареты помогают ребёнку лучше понять, что нужно сделать.
- **Следите за удобной позой.** Локоть должен опираться на стол, кисть — быть расслабленной. Если ребёнок сильно сжимает карандаш, можно использовать утолщённые ручки или специальные насадки.
- **Хвалите за конкретные старания.** Лучше сказать: «Ты ровно провёл линию» или «Ты аккуратно приклеил кусочек», чем просто «молодец». Так ребёнок понимает, что у него получается, и охотнее продолжает заниматься.

Когда стоит проконсультироваться со специалистом

Обратитесь за консультацией, если вы замечаете, что ребёнок:

- избегает занятий, где нужны точные движения (не хочет лепить, вырезать, нанизывать);
- быстро устаёт при рисовании, сильно сжимает карандаш;
- не запоминает простые последовательности действий даже после многократных повторений;
- заметно неловкий в действиях обеими руками.

В таких случаях полезно обсудить ситуацию с педагогом: он подскажет подходящие упражнения и при необходимости порекомендует обратиться к узким специалистам.