

## Консультация

### "Развитие мелкой моторики средствами физической культуры"

В условиях модернизации дошкольного образования и поиска путей повышения его качества без ущерба для здоровья детей не может оставаться без внимания процесс их физического воспитания, прежде всего физическая подготовка к школе, являющаяся сложной и многоплановой проблемой.

У значительной части современных детей отмечается общее моторное отставание, в том числе в управлении руками. Даже завязывание шнурков вызывает затруднение, пришивание же пуговиц становится не просто невыполнимой - опасной задачей.

Важным условием полноценного овладения будущим первоклассником учебными навыками, в том числе письмом, является достаточное развитие сенсорного и моторного компонентов двигательного анализатора тела и руки как непосредственного орудия графической деятельности.

Изучение уровня развития тонких, дифференцированных движений пальцев и кисти рук первоклассников обычно приводит учителя к неутешительному выводу: движения недостаточно целенаправленны и точны, плохо подчиняются задачам деятельности. Это относится к использованию ручки и карандаша в качестве графических инструментов, что требует сложно - координированных движений руки.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Предпринимаются форсированные попытки наверстать упущенные в дошкольном детстве возможности развития тонкомоторных действий.

Поскольку развитие ручной умелости предполагает определенную зрелость мозговых структур, заставлять ребенка заниматься через силу неэффективно. Начинать надо с физических упражнений, которые доставляют удовольствие. Поэтому, в системе традиционных средств развития тонкой моторики шире должны использоваться имитационно-игровые упражнения, придающие смысл двигательной деятельности. Они доступны и интересны ребенку. Игровая форма помогает ему установить связь между мотивами и задачей, развивает инициативу и самостоятельность, создает условия для неоднократного выполнения движений.

Многие авторы (Э.И. Адашкявичене, Ю.Д. Железняк, Т.П. Осокина, Ю.М. Портнов, В.И. Усаков) отмечают, что в спортивных играх взаимодействуют сенсорные системы различной модальности, что является фактором совершенствования сенсорной организации движения, т.е. действия с мячом, ракеткой, битой, клюшкой предоставляют широкие возможности для развития тонкой моторики.

При подготовке старших дошкольников к обучению в школе необходимо учитывать и то, что развитие двигательной сферы вообще и тонкой моторики в частности является важнейшим условием психического развития ребенка.

Специалисты (Е.И. Аркин, Н.А. Бернштейн, Д.Б. Эльконин, А.Н. Леонтьев) утверждают, что игры с участием рук и пальцев приводят в гармоничное взаимодействие тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии, подтверждают связь тонкой моторики с развитием мозга. Так, В.М. Бехтерев доказал влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи.

Как мы отмечали выше, сегодня становятся востребованными новые источники пополнения и обогащения средств физической подготовки детей 5-6 лет к школе.

Благодаря наглядности и практической направленности действий со спортивным инвентарем появляется целенаправленность и осмысленность этих действий, что позволяет достичь существенных результатов в развитии тонкой моторики и ручной ловкости; при этом мелкую моторику рук гораздо эффективнее развивать сопряженно с развитием общей моторики. Примером могут служить общеразвивающие упражнения типа:

- *«Передай клюшку, городок, биту, ракетку»* (над головой, за спиной, перед грудью, под ногой, согнутой в колене, и др.).

- *«Положи-возьми биту, городок, ракетку»* (сидя, стоя на колене, стоя, в сочетании с разными наклонами, приседаниями).

- *«Измерь биту, клюшку»* (хватательными движениями, плотно приставляя ладонь к ладони).

- *«Барабан»* (наклониться к ракетке, бите, лежащим на полу, побарабанить пальцами, выпрямиться).

Упражнения для развития тактильной чувствительности пальцев и кистей рук полезны детям, так как требуют их сопряженной работы и охватывают разные группы мышц. Их можно использовать в комплексах утренней гимнастики и гимнастики после сна. Итак, общеразвивающие упражнения с ракетками, битами, клюшками - эффективное средство развития тонкой моторики, поскольку именно предметно-манипулятивная деятельность лежит в основе развития двигательных функций рук.

Подвижные игры и имитационно-игровые упражнения могут быть включены в физкультурные занятия и применяться на прогулках, а также в самостоятельной двигательной деятельности.

*Предлагаем вашему вниманию игры и имитационно-игровые упражнения для развития тонкомоторных действий по авторской программе «Играйте на здоровье!».*

1. *«Забей мячик в ворота!»* (щелчком загнать мячик для пинг-понга в ворота).
2. *«Удержи мячик!»* (удерживать мячик двумя пальцами с их сменой).
3. *«Брось мячик в вертикальную или горизонтальную мишень!».*
4. *«Чье звено скорее передаст клюшки, мячики для пинг-понга, мячи?».*
5. *«Почекань мячик ракеткой!»* (чередование правой и левой руки, вращение кистью).
6. *«Кто скорее измерит биту?»* (перехват биты руками).