**МДОУ «Детский сад № 182»**

**Консультация для родителей. **

**«Моторика и ум»**

**Воспитатель: Цаплина А.Л.**

***"Ум ребёнка - на кончиках его пальцев"***

***В.И. Сухомлинский.***

Как мы уже знаем, мышцы рук выполняют три основные функции:

1.Органов познания.

2.Органов движения.

3.Аккумуляторов движения (мышц и других органов).

Если ребёнок играет какой-либо игрушкой, то мышцы  и  кожа  рук  в  это  время  заставляют  и  мозг, и  глаза  осязать, видеть, запоминать, различать: Руки не просто трогают, они познают, а мозг фиксирует ощущения  и  восприятия, соединяя их  со  зрительным, обонятельным, слуховым  в  сложные  образы. Современные  учёные  утверждают - работа  пальцев развивает  речь.

Темпы развития речи у детей разные: одни начинают говорить раньше, другие позднее. Это нередко служит поводом к расстройству у родителей. Скорость овладения словом зависит как от индивидуальных особенностей ребенка, так и от внимания и участия взрослых, которые его окружают.

Ученые (нейробиологи, психологи) исследующие деятельность головного мозга и психическое развитие ребенка, обнаружили очень интересную закономерность: чем лучше у малыша развиты тонкие движения руки, тем лучше развит и мозг.

Известно: мелкая моторика рук связана с развитием левой височной и левой лобной областей головного мозга, которые отвечают за формирование многих сложнейших психических функций. В.А. Сухомлинский справедливо утверждал: "Ум ребенка находится на кончиках его пальцев". Исследования ученых института детей и подростков Санкт-Петербургской академии психологических наук (М.М. Кольцова, Е.И. Исенина, Л.В. Антракова-Фомина) подтвердили связи интеллектуального развития с пальцевой моторикой. Уровень развития речи детей также находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук.

Ученые, которые изучают деятельность головного мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Установлено, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук (М.М.Кольцова).

Как определить уровень развития моторики  ребенка?  Попросите малыша показать один пальчик, два, три. Если ему удается изолированно двигать пальцами – это ребенок с хорошо развитой моторикой рук. Если же мышцы пальцев напряженны, пальцы сгибаются и разгибаются только вместе и не могут двигаться изолированно, стоит призадуматься. До тех пор пока движения пальцев не станут свободными, развитие речи и, следовательно, мышления будет затруднено.

Тренировать пальцы рук можно уже с шестимесячного возраста. Систематические упражнения, по мнению М.М. Кольцовой, "мощное средство повышения работоспособности головного мозга». Формирование словесной речи ребенка

начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи.

Заниматься развитием мелкой моторики можно и нужно с самого раннего возраста. Вначале ребенка необходимо обучить приемам самомассажа рук.

Самомассаж – один из видов пассивной гимнастики, его необходимо проводить ежедневно, желательно два-три раза в день. Самомассаж оказывает тонизирующее действие на центральную нервную систему, улучшает функции рецепторов, проводящих путей. Самомассаж не должен вызывать у ребенка неприятных ощущений. Можете сказать малышу, что “мы погреем ручки”. Целесообразно использовать следующие приемы: поглаживание, легкое растирание, вибрацию. Массажные движения выполняются в направлении от кончиков пальцев до запястья. Продолжительность – 3-5 минут ежедневно или через день 10-12 раз. Самомассаж надо начинать с массажа кистей рук ("моем руки с мылом"), каждого пальчика и каждой его фаланги. (Первоначальные движения взрослый показывает ребенку или делает совместно с ним).

Далее проводится растирание ладони: сначала одной рукой от середины к краям (или круговыми движениями) большим пальцем другой руки. После чего следует комплекс движений:

"Пунктиры" - исходное положение – подушечки четырех пальцев правой руки установлены у оснований пальцев левой руки с тыльной стороны ладоней. Движениями назад-вперед ("пунктирами") смещаем кожу, постепенно продвигаясь к лучезапястному суставу. То же на другой руке.

"Пила"- исходное положение – левая рука (кисть и предплечье) лежит на столе ладонью вверх. Ребром правой ладони имитируем пиление по всей поверхности левой  в направлении вверх-вниз. То же для другой руки.

"Утюжок" - исходное положение то же. Правой рукой поглаживаем, растираем, разминаем левую. То же для другой руки.

"Каток" - исходное положение то же. Костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигаем вверх – вниз по ладони левой, разминая ее. То же самое для другой руки.

"Буравчик" - исходное положение – то же. Фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки производим движения по типу "буравчика" на левой ладони. То же для другой руки.

"Краб" - исходное положение – то же, пальцы расставлены. Сгибаем указательный и средний пальцы правой руки и фалангами пощипываем пальцы левой. То же для другой руки.

После выполнения самомассажа можно приступать к упражнениям.

Все упражнения проводятся в игровой форме. Сложность их должна выбираться вами в зависимости от уровня развития тонкой моторики рук вашего ребенка.

Первая часть включает в себя упражнения, направленным на развитие тактильных ощущений и кинестического компонента двигательного акта.

Движения кистями рук. Выполняются по образцу, производятся сначала одной, затем двумя руками одновременно.

Катать теннисный мячик по наклонной плоскости ладонью.

Cжимать резиновые игрушки, резиновую грушу (можно наполненную водой), направляя воздушную струю в ту или другую сторону.

Ударять по подвешенному к потолку воздушному шарику кулаком, ладонью, указательным пальцем.

"Веселые маляры". Локти опираются на стол, пальцы вытянуты и плотно прижаты друг к другу; движения производятся кистями вверх-вниз.

"Трусливый зайка". Локти опираются на стол, указательный и средний пальцы вытянуты и раздвинуты, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся кистями вверх-вниз.

"Курочка пьет воду". Локти опираются на стол, все пальцы вытянуты и составлены в клювик; движения производятся кистями вверх-вниз.

"Гусь". Локти опираются на стол, большой и указательный пальцы вытянуты и плотно прижаты друг к другу, остальные прижаты к ладони; движения проводятся кистями вверх-вниз.

"Осы". Локти опираются на стол, указательный палец вытянут, остальные плотно прижаты друг к ладони; движения производятся кистями по кругу.

Движения пальцами рук. Выполняются по образцу, производятся сначала одной, затем другой рукой, потом двумя руками одновременно.

"Жук". Локти опираются на стол, указательный палец вытянут, остальные плотно прижаты к ладони; производятся движения указательным пальцем по кругу (жук летит). Аналогично упражнение проводится другими пальцами.

"Змея". Локти опираются на стол, указательный палец вытянут, остальные плотно прижаты к ладони, указательным пальцем производятся движения, имитирующие змею. Аналогичное упражнение проводится с другими пальцами.

"Зайчик". Локти опираются на стол, указательный и средний пальцы вытянуты вверх, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (зайчик шевелит ушками).

"Коза". Локти опираются на стол, указательный палец и мизинец вытянуты и направлены вперед от себя, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (коза бодается).

"Козлик". Локти опираются на стол, большой палец и мизинец вытянуты и направлены вперед от себя, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (коза бодается).

"Кошка". Локти опираются на стол, указательный и мизинец вытянуты и направлены вперед от себя, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (ушки шевелятся).

"Бочонок". Локти опираются на стол, пальцы, кроме большого, плотно прижаты друг к другу и смыкаются с ладонью; движения производятся большим пальцем (бочонок открывается-закрывается).

"Лягушка". Локти опираются на стол, указательный и мизинец согнуты и оттянуты назад, средний и безымянный плотно прижаты  к ладони, большой приложен к ним горизонтально; движения производятся указательным пальцем и мизинцем. (Лягушка спит – проснулась).

"Крокодил". Локти опираются на стол, указательный и мизинец согнуты и оттянуты назад, средний и безымянный вытянуты вперед, большой прижимается к ним снизу (пасть); движения производятся вытянутыми пальцами (крокодил ест).

"Улитка". Положить руки на стол, поднять указательный и средний пальцы, остальные плотно прижать к столу. Поднятые пальцы двигаются (улитка шевелит рожками).

"Сова". Локти опираются на стол, указательный, средний и безымянный согнуты так, чтобы подушечки были прижаты к основанию пальцев, большой палец и мизинец оттопырены в стороны. Ими производятся движения (сова летает).

Для развития тактильных ощущений могут использоваться перебирание круп, пуговиц, бусинок, и т.д., шнуровка, работа с пластилином, глиной. Можно катать теннисный мячик по наклонной плоскости ладонью, сжимать резиновые игрушки, ркзиновую грушу (можно наполненную водой), направляя воздушную струю в ту или другую сторону, ударять по подвешенному к потолку воздушному шарику кулаком, ладонью, указательным пальцем.

Упражнения, выполняемые двумя руками совместно.

"Ковшик". Обе ладони соединены ребрами на столе, кончики пальцев левой и правой рук соприкасаются, большие пальцы прижаты к ладоням.

"Пароход". Обе ладони соединены ребрами на столе, кончики пальцев левой и правой рук соприкасаются, большие пальцы оттопырены вверх (труба парохода).

"Гнездо с яйцами". Обе руки соединены в том же положении, что и в предыдущем упражнении, но большие пальцы опущены внутрь. Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук плотно прижаты и соприкасаются с подушечками, кисти максимально раздвинуты.

"Ворота". Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, подушечки среднего и безымянного обеих рук соединены, указательные и мизинцы выпрямлены, большие плотно прижаты к указательным.

"Мостик". Локти опираются на стол, средние, безымянные и мизинцы обеих рук плотно прижаты и соединяются горизонтально подушечками, указательные вытянуты вверх, большие прижаты к ним.

"Корни". Локти опираются на стол, ладони прижаты тыльной стороной, пальцы опущены вниз.

"Мельница". Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук вытянуты и переплетены. Движения производят вытянутыми пальцами, не расцепляя их (мельница работает).

"Корзинка". Ладони направлены к себе, пальцы обеих рук переплетены во внутрь ладоней, большие пальцы замкнуты в кольцо.

"Колокольчик". Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук переплетены, средний палец правой руки опущен вниз (язычок колокольчика).

Вторая часть направлена на развитие динамической координации движений.

Движения выполняются сначала поочередно то одной, то другой рукой, затем двумя руками одновременно.

"Кулачок". Рука лежит на столе тыльной стороной. Поочередно сжимаем в кулачок пальцы, начиная с большого, и разжимаем, начиная с мизинца.

"Бинокль". Локти опираются на стол. Ладони подняты вверх, большие пальцы соединены горизонтально. Остальные, начиная с указательного, поочередно приставляются к большим (движения рук могут быть как одновременные, так и последовательные) до образования "бинокля".

"Мишка косолапый". Все пальцы, кроме среднего, стоят на столе, средний согнут и приподнят вверх (голова медведя). Движение производится поочередно большим и указательным пальцами – безымянным и мизинцем (имитируется походка медведя).

"Игра на рояле". Ладони лежат на столе в позе пианиста (пальцы слегка согнуты). Производится попеременное постукивание первым – вторым, первым – пятым пальцем , и т.д.

"Краб". Ладони направлены вниз, пальцы переплетены вовнутрь, большие направлены к себе. "Краб" движется по столу влево-вправо путем поочередной перестановки большого пальца правой руки – остальных пальцев правой руки и большого пальца левой руки – остальных пальцев левой руки.

"Здравствуй, пальчик". Локти опираются на стол, все пальцы поочередно прикасаются к большому подушечками (здороваются).

"Стул". Локти опираются на стол, левая ладонь поднята вертикально вверх, пальцы плотно сжаты. Правая рука согнута, и кулак приставлен к нижней части ладони левой руки, затем положение рук меняется.

"Стол". Левая рука согнута, пальцы собраны в кулак, ладонь ребром стоит на столе. Правая рука выпрямлена, накрывает сверху левую. Затем положение рук меняется.

Надо заметить, что развитие мелкой моторики не будет идти эффективно без развития общих артикуляционных движений.

Большая часть двигательной (моторной) коры больших полушарий участвует в мышечных движениях гортани, языка, рта, челюсти. Именно эти органы формируют речь. Для нормального психического развития детей необходимо отработать следующие упражнения:

- движения языком: вправо-влево, вверх-вниз, выгибание языка, свертывание в трубочку, прокатывание "орешков" за щеками;

- мимические движения: надувание щек, вытягивание губ трубочкой, хмурое сдвигание бровей, улыбка;

- движения нижней челюстью вправо-влево

Стоит призадуматься: если мышцы пальцев рук ребенка напряжены, сгибаются и разгибаются только вместе и не могут двигаться изолированно. Но, как правило, гипертонус мелкой моторики зачастую тесно связан (а иногда является следствием общего гипертонуса. Отклонение от оптимального тонуса мышц – это и причина, и следствие возникших изменений в психической и двигательной активности детей. Так, гипотонус мышц сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и быстрой утомляемостью. Наличие же гипертонуса, как правило, проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной нестабильности, нарушении сна.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.