

# Развитие общей моторики у детей дошкольного возраста.

## Консультация для родителей

**Жизнь** – это система движений. Все процессы внутреннего мира ребенка (удовольствие, удивление, сосредоточение, творческий поиск, и т.д.) можно выразить движением. Как многое должен постичь Ваш ребенок! Ему предстоит познать четыре мира: мир природы, мир рукотворный, мир самих людей и внутренний мир своего «Я». По крайней мере развитие трех из этих пунктов обеспечивает физическая активность ребенка. На страницах различных книг, посвященных развитию малышей, мы достаточно часто встречаем термин «моторика», и даже получаем общее представление, что это такое. Но, тем не менее, немногие родители отдают себе отчет, насколько важна для их малыша эта моторика.

Одной из важных задач развития моторики является координация движений целостной системы тела ребенка и частных систем координации движений (рука — зрение, зрение — слух, рука — зрение — слух, слух — речь и др.), способствующих установлению связей между умениями видеть, слышать, чувствовать, двигаться, говорить.

Под **крупной моторикой** подразумеваются разнообразные движения тела, рук и ног. Зачем развивать крупную моторику? Для того чтобы ваш ребенок умел бегать и прыгать наравне со сверстниками и не скучал на детской площадке.

Здоровье психологическое и физическое тесно связаны между собой. Изменение одного состояния влечет изменение и другого. Поэтому особое внимание следует обращать на баланс развивающих ребенка мероприятий. В этот период наиболее ценными являются игры, которые одновременно направлены и на физическое и на психическое здоровье малыша. Если ограничить двигательную деятельность, то недостаточно развитая двигательная память может атрофироваться, что приведет к нарушению условных связей и снижению психической активности. Недостаточная физическая активность ведет ребенка к дефициту познавательной активности, знаний, умений, к возникновению состояния мышечной пассивности и снижению работоспособности. Взаимодействие различных движений обеспечивает развитие речи,

формирует навыки чтения, письма, вычисления. От развития моторики пальцев рук зависят навыки логического мышления, его скорость и результативность. Одно из распространенных заблуждений родителей в том, что главное в развитии ребенка – это интеллект. Часто недооценивается значение двигательного развития детей. У дошкольников сложно провести границу между физическим, в частности двигательным, развитием и интеллектуальным.

В дошкольные года дети совершенствуют двигательные навыки, в том числе моторику: грубую (способность совершать движения большой амплитуды: бег, прыжки, бросание предметов) и тонкую (способность совершать точные движения малой амплитуды).

У подвижного ребенка, как правило, хороший аппетит, крепкий сон, ровное, веселое настроение, он более ловкий и выносливый. Но неверно думать, что ребенок самостоятельно научится всем движениям. Надо постоянно выполнять с ним различные упражнения, помогать малышу осваивать новые движения.

Движения не только укрепляют опорно-двигательный аппарат, развивают моторику и координацию, они обеспечивают непрерывный синтез белковых соединений в мышцах, способствуя нормальному росту. Надо воспитывать у детей потребность в движении. Если родители не делают утреннюю гимнастику, пренебрегают активным отдыхом в выходные дни, предпочитают занять ребенка тихими настольными играми, то, естественно, и он будет малоподвижным.

### **Вывод:**

Здоровье детей и их будущее в ваших руках, уважаемые родители! Я надеюсь, что данный материал позволит вам, уважаемые родители, оценить важность предмета статьи, и занятия моторикой послужат хорошим подспорьем в гармоничном развитии ваших детей.

## **ПРЕДЛОГАЕМ ВАМ**

**1. для развития моторики как мелкой так и крупной.**

### **ПАЛЬЧИКОВАЯ**

### **ГИМНАСТИКА**

1. Ладони на столе (на счет "раз-два" пальцы врозь - вместе.)
2. Ладонка - кулачок - ребро (на счет "раз, два, три").
3. Пальчики здороваются (на счет "раз-два-три-четыре-пять" соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.)

4. Человечек (указательный и средний пальцы правой, а потом левой руки бегают по столу).
5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).
6. Коза (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).
7. Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).
8. Очки (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
9. Зайцы (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и безымянный соединить).
10. Деревья (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).
11. Флажок (большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе).
12. Птички (поочередно большой палец соединяется с остальными).
13. Гнездо (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).
14. Цветок (то же, но пальцы разъединены).
15. Корни растения (прижать корни - руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).
16. Пчела (указательным пальцем правой, а затем и левой руки вращать вокруг).
17. Пчелы (то же упражнение выполняется двумя руками).
18. Лодочка (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыть их).
19. Солнечные лучи (скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы).
20. Пассажиры в автобусе (скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук вверх, большие пальцы вытянуты вверх).
21. Замок (на счет "раз" - ладони вместе, а на счет "два" - пальцы соединяются в "замок").
22. Лиса и заяц (лиса "крадется" - все пальцы медленно шагают по столу вперед; заяц "убегает" - перебирая пальцами, быстро движутся назад).
23. Паук (пальцы согнуты, медленно перебираются по столу).

## **2. Подвижные игры для развития координации движений детей 3 лет.**

-- Пройди к мишке по тропинке.

-- Повтори за мной или Зеркало.

-- Танцуем с Зайкой и делаем как Зайка.

-- Русские народные игры с пробежками до предмета, или от предмета, с притопами и прихлопами, а так же с подпрыгиванием и выполнением несложных заданий. (Цыплята и наседка, Мишка бурый, Кот и мыши, Котофей коток, Лисонька и зайцы, Лошадка, Волк и зайки, В лес по ягоды, Докинь до пенька, Допрыгай до пенька).

Так же развитию общей или крупной моторики способствуют игры с различными предметами. Например для метания точности в цель игра «Кольца бросить», для передвижения по определенным пространственным параметрам игра «Гусеница», или игра «Солнца круг».

Предметы для игр в центр «Двигательной активности» в нашей группе «Клубничка» были изготовлены родителями из разного экологического материала и используются детьми с удовольствием. Наш центр планируется пополняться и в следующем году.

Воспитатель группы «Клубничка» Быкова ЕВ.



