**Почему важно развивать моторику?**

«Ум ребёнка на кончиках пальцев» — наверняка вы слышали такое выражение? Так говорил Василий Александрович Сухомлинский, один из величайших педагогов XX века. Но мало кто из его современников понимал, насколько точной является эта формулировка.

Есть три вида двигательной деятельности:

* общая моторика – работа крупных мышц тела;
* мелкая моторика – тонкие движения кистей пальцев рук;
* артикуляционная моторика – работа мышц речевого аппарата.

Проблемы этих видов двигательной деятельности ведут к нарушению речи.

Влияют ли эти виды моторики друг на друга? Да!

Причём связь эта иерархическая:

➡ зона мозга, отвечающая за общую моторику, включает в себя участки, контролирующие работу кистей рук.

➡ речевая моторная зона Брока в головном мозге находится близко к области, которая отвечает за координацию движений. Поэтому развитие крупной и мелкой моторики напрямую влияет на речь.

Развитие мелкой моторики начинается с развития крупной. Большая ошибка – с утра до вечера сортировать бусинки и собирать мелкую мозаику, но забывать при этом о крупной моторике. Это умение прыгать, наклоняться, перешагивать, двигать руками и ногами. Именно с крупной моторики начинается мелкая, умение пользоваться ножницами, правильно держать ручку, писать и рисовать. И (мечта каждый мамы) самостоятельность ребенка! Например, если у малыша плечи в гипер- или гипотонусе, он будет уставать от письма, отказываться от рисования и лепки. Не от того, что у него нет способностей – так мозг пытается избежать тяжелых и непосильных задач. «Устают руки от лепки – лучше не буду лепить совсем». Логика понятна?

Ребенка **НЕ** придется учить держать ручку или ложку правильно, если он изначально гармонично развивался. И ничто не мешало мозгу осваивать навык за навыком. То есть, способность держать ложки и карандаши у нас заложена на генетическом уровне. Один из важных рефлексов у младенца – хватание. Младенец захватывает ваш палец, если вложить его в руку, даже способен удерживать вес своего тела в захвате. А вот удержать предмет/игрушку малышу пока трудновато.

▪Примерно в 3-4 месяца у ребёнка появляется локтево-ладонная хватка. Малыш способен удерживать предмет тремя пальчиками — мизинцем, безымянным и средним.

▪В 5-6 месяцев появляется ладонная хватка. Младенец держит предмет захватом из четырех пальцев, кроме большого.

▪В 6-7 месяцев – радиально-ладонная хватка. Это когда предмет находится между большим, указательным и средним пальцами. Безымянный и мизинец прижаты к ладошке.

▪В 7-8 месяцев – захват в движении. Малыш двигает игрушку по поверхности. Накрывает предмет ладошкой и захватывает.

▪ В 8-10 месяцев – пинцетный трехпальцевый захват.

▪К 12 месяцам формируется щипковый захват — с помощью указательного и большого пальца.

После года ребенок способен держать карандаш и рисовать, в этот момент важно предлагать укороченные карандаши, мелки, карандаши-камушки, чтобы не было возможности взять карандаш в кулак, а только захватить тремя пальчиками. Постепенно можно увеличивать длину карандаша, при этом стараться вкладывать карандаш правильно.

Если малышу неудобно брать карандаши/ложки в трехпальцевый захват, и он всё время норовит переложить в кулак, надо обратить внимание на развитие мышц плеча и предплечья и большой грудной мышцы. Именно эти мышцы управляют точностью мелкой моторики.

Если двигательный стереотип сформировался неправильно, понадобится время и тренировки, чтобы научиться держать карандаш. Иногда требуется дорасти до более осознанного возраста, чтобы ребенок был способен сам контролировать этот процесс.

Что значит **НЕПРАВИЛЬНО:**

▪При письме большой палец оказывается заметно ниже указательного.

▪Ручка лежит на безымянном или указательном пальце, а не на среднем.

▪Пишущие принадлежности удерживаются щепотью.

▪Пальцы располагаются либо слишком близко к поверхности листа, либо очень высоко.

▪Свободный кончик ручки направлен в сторону шеи, а не плеча.

▪ Во время рисования или письма перемещается листок бумаги, а не рука.

▪Нажим слишком сильный или слишком слабый.

Как **ПРАВИЛЬНО** (возьмите сейчас ручку или карандаш – так будет понятнее):

▪Ручка укладывается на подушечку верхней фаланги среднего пальца.

▪Большой палец удерживает ручку слева. Если ведущая рука левая, то захват зеркальный.

▪Указательный палец ложится на ручку сверху. Он также помогает удерживать пишущие принадлежности, но если приподнять его, то ручка не упадет и в этом положении можно продолжать писать или рисовать.

▪Безымянный и мизинчик могут располагаться свободно или прижиматься к ладошке.

▪Кисть при этом расслаблена.

Оптимальное расстояние от пальчиков до поверхности стола не менее 1,5 см. Как это объяснить ребенку: «Представь, что карандаш ложится спать, а его подушка – это верхняя часть среднего пальца, а указательный и большой пальцы – это одеяло».

**ЧТО ВАЖНО УСВОИТЬ РОДИТЕЛЯМ:**

▪Традиционные занятия для развития мелкой моторики – это прекрасно. Предлагайте малышу играть с крупами, лепку, сортировку, в ролевой игре предлагайте мелкие действия с пальчиками – покормить курочку, застегнуть пуговицы на игрушечной одежке. Но при этом не забывайте о крупной моторике – зарядка и гимнастика вам в помощь.

▪Подбирайте удобные карандаши/мелки и столовые приборы: с треугольным стержнем/ручкой, короткие.

▪Прописи и специальные рисунки – лишь один из способов развития графомоторных навыков. Не переусердствуйте. Для малышей 3-5 лет это должны быть крупные сюжетные картинки, лабиринты. Не дольше 5-7 минут в день.