

Развитие мелкой моторики у дошкольников: 20 игр и упражнений

Мелкая моторика — это умение пальцев и кисти руки выполнять точные, согласованные движения. От того, насколько ловкие у ребёнка пальчики, напрямую зависит речь, мышление, внимание и готовность руки к письму. Не случайно педагоги и логопеды повторяют: **ум ребёнка находится на кончиках его пальцев**.

В этой статье — 20 проверенных игр и упражнений на **развитие мелкой моторики**, которые легко организовать и в детском саду, и дома. Все они подходят детям от 3 до 7 лет и не требуют дорогих материалов.

Почему мелкая моторика так важна для дошкольников

Зоны мозга, отвечающие за движения пальцев, расположены рядом с речевыми центрами. Когда ребёнок перебирает бусины, лепит, застёгивает пуговицы — он одновременно стимулирует и речь, и мышление. Вот что даёт регулярная работа с **мелкой моторикой у дошкольников**:

- развивается устная речь, расширяется словарный запас;
- укрепляются мышцы кисти — рука готовится к письму;
- тренируются внимание, усидчивость, пространственное мышление;
- формируется координация «глаз — рука»;
- снижается тревожность: ручной труд успокаивает нервную систему.

Именно поэтому **игры на мелкую моторику в детском саду** входят в план почти каждого дня — в свободную деятельность, на прогулке, в утреннем круге.

20 игр и упражнений на развитие мелкой моторики

1. Пальчиковая гимнастика «Семья»

Классика жанра: поочерёдно сгибаем пальчики под стишок «Этот пальчик — дедушка, этот пальчик — бабушка...». Повторяем на правой и левой руке, затем на обеих сразу. Отлично идёт как разминка перед занятием.

2. Шнуровки

Деревянные или картонные шнуровки — «ботинок», «ёжик», «яблоко». Ребёнок продевает шнурок в дырочки, учится завязывать бантик. Работают обе руки, тренируется щипковый захват.

3. Сортировка круп

Насыпьте в миску смесь из гречки, риса и фасоли — готовые игры с крупой уже подобраны. Задача — разобрать по трём тарелочкам. Можно усложнить: сортировать пинцетом или двумя пальцами. Идеально подходит для средней и старшей группы.

4. Игры с прищепками

Делаем ёжику иголки, солнышку лучики, тучке — капельки. Готовый набор — игры на прищепках. Прищепки бывают тугие — и это хорошо: тренируется сила пальцев. Для малышей подойдут бельевые пластиковые, для старших — маленькие декоративные.

5. Пластилинография

Размазывание пластилина тонким слоем по шаблону — любимая техника воспитателей. Развивает нажим, щипковый захват, чувство формы. Хорошо сочетается с лексическими темами: «Овощи», «Космос», «Весна».

6. Рисование крупой на подносе

Тонкий слой манки или соли на тёмном подносе — и у ребёнка в руках целый холст. Смотрите также [рисую манкой и пластилином](#). Рисуем пальчиком буквы, цифры, узоры. Можно стереть и начать заново — никакого страха ошибки.

7. Бусы и браслеты

Нанизывание бусин на леску или шнурок. Для младших — крупные деревянные, для старших — мелкий бисер. Задание усложняется чередованием цветов: красная — синяя — красная — синяя.

8. Мозаика

Пластиковая или магнитная мозаика — незаменимый инструмент. Ребёнок выкладывает картинку по образцу или придумывает свою. Работает щипковый захват, внимание, глазомер.

9. Застёжки и замочки

Бизиборд или панель с пуговицами, молниями, кнопками, крючками. Каждый день — новая «задача». Особенно полезно для детей, которые долго учатся одеваться сами.

10. Оригами и конструирование из бумаги

Простые фигурки — кораблик, самолётик, тюльпан. Важно проговаривать каждое действие: «сложили пополам, прижали пальчиком, разогнули». Это ещё и отличное упражнение на выполнение инструкции.

11. Игры с водой и пипеткой

Переливание подкрашенной воды пипеткой из стаканчика в стаканчик или в формочки для льда. Кажется простым — но это серьёзная тренировка точности движений и контроля силы нажатия.

12. Лепка из солёного теста

Тесто мягче пластилина — подходит даже малышам. Катаем колбаски, шарики, делаем отпечатки ладошки. Готовые фигурки можно высушить и разукрасить на следующем занятии.

13. Вырезание ножницами

С 4 лет дети учатся работать безопасными ножницами: режут по прямой, по волне, по кругу. Это одно из базовых упражнений, которое готовит руку к письму лучше многих других.

14. Игры с резиночками

Надеваем канцелярские резинки на деревянный штырёк или доску с гвоздиками (геоборд). Ребёнок создаёт геометрические фигуры, буквы, узоры. Развивается и моторика, и пространственное мышление.

15. Штриховка и обводка

Готовые [графомоторные прописи](#) и распечатки с узорами: ребёнок обводит по контуру, штрихует в разных направлениях. Рекомендуем для подготовительной группы — это прямая подготовка к школе.

16. Су-джок массажёры

Колючие резиновые шарики и металлические пружинки-кольца — [набор Су-Джок](#). Ребёнок катает шарик между ладошками, надевает кольцо на каждый пальчик. Отличная разминка перед занятием и во время физкультминутки. Подробнее о таких приёмах — в нашей статье про [нейрогимнастику для дошкольников](#).

17. Игры с пинцетом

Перекладываем пинцетом помпоны, пуговицы, бусины по ячейкам. Для старших — сортировка по цвету или размеру. Пинцетный захват — основа правильного удержания карандаша.

18. Конструкторы Lego и мелкие конструкторы

Мелкие детали, которые нужно точно соединить друг с другом, — отличная тренировка пальцев. Плюс развивается инженерное мышление и умение работать по схеме.

19. Пальчиковый театр

Фигурки надеваются на пальчики, и ребёнок разыгрывает сказку. Попробуйте [Зверята — пальчиковую игру](#). Одновременно развиваются речь, воображение, моторика и эмоциональный интеллект. Идеально для утреннего круга или театрального кружка.

20. Работа с графомоторными дорожками

Специальные [рабочие листы с дорожками](#), лабиринтами, узорами — ребёнок проводит линию, не отрывая карандаш. Это мостик от моторики к письму. Темы дорожек можно сочетать с занятиями по математике — смотрите наши [дидактические игры по математике в детском саду](#).

Как организовать работу с мелкой моторикой в группе

Чтобы **развитие мелкой моторики** давало результат, важна системность. Несколько практических советов воспитателю:

- **Ежедневно** — хотя бы 5–10 минут пальчиковой гимнастики или игры на моторику;
- **Разнообразие** — чередуйте крупы, пластилин, шнуровки, бумагу, чтобы ребёнку не надоедало;
- **От простого к сложному** — сначала крупные детали, потом мелкие; сначала одной рукой, потом двумя;
- **Связь с лексической темой** — если тема «Космос», лепим планеты, если «Осень» — собираем бусы из рябины;
- **Без принуждения** — если ребёнок устал, переключитесь на другое. Мелкая моторика — это ещё и удовольствие.

Совет родителям

Дома развивать моторику даже проще, чем в саду: разрешите ребёнку помогать на кухне — перебирать крупу, лепить пельмени, замешивать тесто, чистить варёные яйца. Всё это — реальные, «живые» упражнения, которые дети любят гораздо больше любых карточек.

Заключение

Мелкая моторика — фундамент, на котором строится речь, мышление и готовность к школе. Хорошая новость в том, что для её развития не нужны дорогие пособия: прищепки, крупа, шнурок и пластилин есть в каждом доме и в каждой группе.

Главное — заниматься регулярно, чередовать упражнения и превращать занятие в игру. Тогда пальчики ребёнка станут ловкими, а вместе с ними «оживёт» и речь, и внимание, и творчество.

Готовые материалы из нашего каталога

Проверенные пособия для развития мелкой моторики — сразу готовы к печати:

- [Игры на прищепках](#) — тренируют захват и силу пальцев
- [Су-Джок](#) — массажные упражнения с шариком и колечками
- [Шнуровки](#) — классика для развития координации
- [Графомоторика](#) — дорожки и задания для подготовки руки к письму
- [Рисование пальчиками](#) — творчество и сенсорика одновременно
- [Зверята — пальчиковая игра](#) — речь и моторика вместе

Читайте также

- [Нейрогимнастика для дошкольников: упражнения и игры](#)
- [Дидактические игры по математике в детском саду](#)



Больше материалов и статей — на нашем сайте

Наведите камеру телефона на код — откроется каталог: более 3300 готовых материалов для детей 3–7 лет и все статьи для педагогов и родителей.

igrayrazvivaysya.ru