**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №47 «Ёлочка» комбинированного вида г. Улан-Удэ 670014, г. Улан-Удэ, ул. Совхозная, 69б, тел/факс: 290005,379442**

**e-mail: ds\_47@govrb.ru**

**ПЛАН РАБОТЫ ПО САМООБРАЗОВАНИЮ**

**в первой младшей группе**

**Тема: «Развитие мелкой и крупной моторики у детей через специальные организованные игры и упражнения»**

Воспитатель: Собашникова Я.А.

2024 год

**Актуальность выбранной темы**

В дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью развития детской речи, формирования навыков самообслуживания и подготовки к письму. От того, насколько ловко научится ребенок управлять своими пальчиками, зависит его дальнейшее развитие.

**Мелкая моторика**– это точные общие и специальные движения пальцев рук. Она тесно связана с развитием произвольного внимания, глазо-двигательной координации, наглядно-действенного мышления и развитием речи.

Поэтому с самого раннего возраста взрослые стараются научить ребенка выполнять точные движения руками и пальцами. Брать в руки большие и маленькие предметы, пользоваться ими в соответствии с их функцией, ложкой, вилкой, совочком и др. Открывать и закрывать коробки и сосуды, отвинчивать, завинчивать тюбики и гайки, завязывать и развязывать и т. д.

Это важно при своевременном речевом развитии, и – особенно – в тех случаях, когда это развитие нарушено. Кроме того, доказано, что мысль, и глаз ребёнка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

Но давайте не забывать о том, что необходимо так же **развитие крупной моторики***(это движения тела, рук и ног)*.

**Крупная моторика** – это разнообразные движения рук, ног, тела. Это любая физическая активность человека, связанная с перемещением тела в пространстве и осуществляемая за счет работы крупных мышц тела: прыжки, ползание, лазание, бег, наклоны, ходьба и так далее.

Крупная моторика развивается посредством игр и физических упражнений. Наиболее эффективной методикой развития является гимнастика. Она состоит из упражнений, которые содержат наклоны и повороты, махи и прыжки, хождение на цыпочках и пяточках, приседания и скрещивания рук. Все это поможет научиться держать собственное тело под контролем и развивать каждую крупную мышцу отдельно и все вместе комплексно

  Когда у детей слабо выражена двигательная активность детей двигательных умений препятствует нормальному развитию речи, получению знаний, умений и навыков; приводит ребенка к дефициту познавательной активности и к возникновению состояния мышечной пассивности и понижению работоспособности. У детей возникают затруднения в передвижении в пространстве, детям сложно заниматься спортом и играть в подвижные игры, а также делает проблематичным освоение навыков письма и чтения. Что в дальнейшем приведет к неуспеваемости ребенка.

Развитие навыков мелкой и крупной моторики важно потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка требует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, а также движения тела, рук и ног, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий

Исходя из этого и проведя наблюдения в своей группе, определила следующую проблему: дети неправильно держат карандаш, плохо держат ложку, у них возникали затруднения при выполнении первых работ по лепке, рисованию. Не сформированы навыки самообслуживания. Мелкая и крупная моторика развита плохо. Поэтому я уделила большое внимание данной проблеме и составила план работы.

**Цель:** развитие мелкой и крупной моторики рук у детей 2-3 лет в процессе игры и упражнения.

**Задачи:**

Улучшить координацию и точность движений рук, гибкость рук;

Улучшить мелкую моторику пальцев, кистей рук;

Улучшить физическая активность, двигательную активность;

Содействовать нормализации речевой функции;

Развивать воображение, логическое мышление, произвольное внимание, зрительное и слуховое восприятие;

Создавать эмоционально-комфортную обстановку в общении со сверстниками и взрослыми.

**Ожидаемый результат:**

**Дети:**

-К концу года у детей пальчики станут более ловкими, кисти рук – подвижными, гибкими, исчезнет скованность движений;

-Повысится интерес детей к играм, и начнут овладевать сложными упражнениями;

-Дети овладеют двигательными умениями, навыками, совершенствуется деятельность артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти и т. д;

-Станут больше говорить, со взрослыми, общаться со сверстниками.

- Повысится интерес, к физической активности у детей.

**Родители:**

-Повысится интерес у родителей к данному вопросу

-Расширится кругозор родителей о влиянии мелкой и крупной моторики   у детей

-Консультации для родителей крупная и мелкая моторика.

-Помощь и участие в разнообразных мероприятиях

**Педагоги:**

-Разработанная система помогает повысить уровень развития мелкой и купной моторики у детей младшего дошкольного возраста

-Устанавливается эмоциональный контакт с ребенком

**План работы на 2024-2025 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Формы работы** |
| Сентябрь | Изучить литературу по данной теме |
| Октябрь | Внедрить в работу с детьми массаж кистей. |
| Ноябрь | Составить картотеку игр и упражнений для развития мелкой и крупной моторики. |
| Декабрь | Консультация для родителей: «Значение развития мелкой моторики рук для детей младшего дошкольного возраста» |
| Январь | Развитие мелкой моторики рук в процессе изобразительной деятельности. Рисуем нетрадиционным способом. Пазлы, мозаика. |
| Февраль | Консультация для родителей: «Значение развития крупной моторики для детей младшего дошкольного возраста». |
| Март | Анкетирования для родителей |
| Апрель | Консультация «Игры и упражнения по развитию крупной моторике». |
| Май | Повторение пальчиковых игр. Применение всех ранее используемых |

**Перспективный план работы совместной деятельности воспитателя с детьми в ходе режимных моментов на 2024-2025 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Содержание** | **Задачи** |
| Сентябрь | «Переложи игрушки» | Упражнять детей заполнить мелкими предметами сосуд сначала правой, затем левой рукой, мелкие предметы (пуговицы, фишки) |
| «Зеркало» | Упражнения на крупную моторику для детей – копирование движений. Предложите ребёнку встать напротив вас и представить, что он смотрит в зеркало. |
| Октябрь | «Капуста» | Упражнять в выполнении различных имитационных движений |
| «Кошечка» | Упражнения на крупную моторику, укрепление мышц и правильное развитие скелета. |
| Ноябрь | «Намотай веревочку» | Упражнения на мелкую моторику рук ребенка, скорость движения. |
| «Кегли и мячи» | Упражнения на крупную моторику, развивать глазомер, ловкость, координацию движений при метании в горизонтальную цель. |
| Декабрь | «Массажный мячик для пальчиков» | Развивать сгибательные и разгибательные   мышцы кистей рук. Отрабатывать слаженность движений обеих рук. |
| «Мешочки» | Упражнения на крупную моторику, развивать глазомер, ловкость, координацию движений при метании в горизонтальную цель. |
| Январь | Пальчиковая гимнастика «Сел на ветку снегирек» | Упражнять детей в поглаживании тыльной и ладонной  поверхностей кисти рук  подушечками 2-5 пальцев. |
| «Полоса препятствий» | Упражнения на крупную моторику, развития координацию движений. |
| Февраль | «Золушка» | Упражнения на мелкую моторику рук ребенка, развитие ловкости рук. |
| «Снеговик» | Снять мышечный тонус и потренировать крупную моторику. |
| Март | «Крутись, карандаш» | Упражнения на мелкую моторику рук ребенка, массаж ладоней рук. |
| «Хождение по разным линиям» | Упражнения на крупную моторику, удерживать равновесие. |
| Апрель | «Чудесный мешочек» | Определять на ощупь предметы,  развивать тактильные ощущения. |
| «Паучок» | В упражнении передвигаемся по полу как паучки – для этого надо сесть на пол, руками упереться в пол за спиной, а ноги согнуть в коленях. Ползаем, опираясь на ступни и ладошки. |
| Май | «Собери бусы из крышек» | Упражнения на мелкую моторику, упражнять детей в нанизывании деталей на шнурок |
| «Попадаем в цель» | Упражнения на крупную моторику, развивать глазомер, ловкость, координацию движений при метании в горизонтальную цель. |

**Работа с родителями**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Вид деятельности** |
|  | Привлечение родителей к насыщению предметно – развивающей среды в группе. |
| Сентябрь |
| Октябрь | Беседа с родителями |
| Ноябрь | Рекомендации для родителей «Развитие мелкой моторики» |
| Декабрь | Консультация для родителей: «Значение развития мелкой моторики рук для детей младшего дошкольного возраста» |
| Январь | Совместное творчество детей и родителей. |
| Февраль | Консультация для родителей: «Значение развития крупной моторики для детей младшего дошкольного возраста». |
| Март | Анкетирования для родителей |
| Апрель | Консультация «Игры и упражнения по развитию крупной моторике». |
| Май | Индивидуальные консультации |

**Учебно-методическая и справочная литература**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название книги** | **Автор** | **Издательство** | **Год** |
| 1. | Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста 1 – 3 года | Е.А Янушко | «ВЛАДОС» | 2019 |
| 2. | Развитие крупной моторики, комплексы и упражнений для детей 2-3 лет | Т.Е Харчество | «Мазайка-синтез» | 2020 |
| 3. | Формирование мелкой моторики рук. | С.Е. Большакова | «Сфера» | 2008 |
| 4. | Сборник подвижных игр | Э.Я Степаненкова | «Мазайка-синтез» | 2020 |
| 5. | «Энциклопедия развивалок» | Т. Решетник | «ЭКСМО» | 2011 |
| 6. | «Дошкольное образование, развитие мелкой моторики руки ребёнка» | И.А Строгонова | «Кроха» | 2008 |
|  | «Развиваем мелкую моторику у малышей» | И.А Ермакова | «Литера» | 2008 |
| 8. | Инновационная программа « От рождения до школя» | Н.Е Вераксы | «Мазайка-синтез» | 2021 |
| 9. | Пальчиковые игры. | Т.Ю Бардышева | «Карапуз» | 2007 |
| 10. | Утренняя гимнастика | Т.Е Харчество | «Мазайка-синтез» | 2016 |

**Предполагаемый результаты на 2024-2025 год:**

 1.Усовершенствована предметно – развивающая среда;

 2.Положительная динамика развития мелкой моторики у каждого ребенка.

3.Способность ребенка к самостоятельному решению доступных познавательных задач.

4.Умение использовать разные способы и приемы познания.

**Перспективы на следующий год:**

1. Продолжить работу по теме: «Развитие мелкой и крупной моторики у детей, через специальные организование игры и упражнения».

2. Продолжить работу по разработке новых игр и упражнений по данной теме;

3. Изучить новинки методической литературы

4. В работе с родителями планирую включать анкеты, беседы посиделки, организации совместных праздников.

**Приложения:**

**Картотека игр и упражнений на развитие мелкой моторики у детей 2-3 лет.**

**Покатай между ладошек.**

Цель: самомассаж ладоней.

Оборудование: Карандаш

Описание упражнения:

Под спокойную музыку дети катают между ладонями карандаш (движение ладоней вперед-назад). Важно не прекращать движение и не выронить предмет из рук.

**Веселые ладошки.**

Цель: развивать общие и ручной моторики, самомассаж ладоней.

Описание упражнения:

Дети сидят на ковре, широко расставив ноги. Воспитатель вместе с детьми поет песенку и выполняет соответствующие движения руками.

Хлоп! (Хлопнуть в ладоши)

Раз! (Легко ударить себя по коленям)

Еще (Хлопнуть в ладоши)

Раз! (Легко ударить себя по коленям)

Мы похлопаем сейчас (Хлопки в ладоши)

А теперь скорей, скорей!

Шлепай. Шлепай веселей! (Наклонившись вперед, быстро в такт мелодии шлепать ладошками по ковру перед собой).

**Игра "Кто в домике живет?".**

Материал: домик, окошки открываются, внутри вставляются карточки, на которых нарисованы животные.

Цель: развивать тактильные ощущения; - учить воспринимать расстояние; показать, что от него зависит результат действий, - обратить внимание на направление движения руки в пространстве и самостоятельно выбирать это направление; - развивать мелкую моторику; - активизировать словарь: петушок, кошечка *(др.)*"большой – маленький".

**Игра «Сухой бассейн»**

Цель:

- учить **детей** на ощупь находить предметы в гречке;

- **развивать тактильные ощущения**, **мелкую моторику пальцев** рук зрительное восприятие.

**Упражнение**: **«Ромашка»**

Оснащение: нарисованная на

картоне ромашка с контурными

лепестками и желтой серединкой;

кусок глины или пластилина

белого цвета.

Я – цветок на длинной ножке,

С желтой серединкой.

А зовут меня – ромашка.

**«Дорожка»**

Цель: **развитие мелкой моторики руки**

Задача: посыпать *«дорожку»* манкой или пшеном

Материал: листы бумаги, крупа *(манка или пшено)*

Сделать на столе дорожку шириной 3-5 см, ограниченную с обеих сторон полосками бумаги. Предложите малышу посыпать ее манкой или пшеном. Крупу нужно брать тремя пальцами и стараться не просыпать за края дорожки.

**«Разноцветные прищепки»**

Цель: развитие мелкой моторики рук, обучение цветоразличению, развитие внимания.

Оборудование: 2 набора корзинок с деревянными разноцветными прищепками *(12 шт.)*. Корзинку можно заменить чашкой или тарелкой, пластмассовым ведром. Главное, чтобы прищепки легко прицеплялись к краям.

Ход игры: У ведущего и ребенка есть по корзине с цветными прищепками. Ведущий берет корзинку, ставит на стол и просит ребенка подать ему прищепку и назвать её цвет. Затем ведущий показывает, как тремя пальчиками можно прикрепить прищепку к краю корзины. Когда ребенок освоит это действие и сможет легко прикреплять прищепки, например, все прищепки одного цвета и назвать их цвет, ему дают задание прикрепить прищепки в определенной последовательности цвета, иди выполнить определенную последовательность из прищепок как на корзине у ведущего. Следует обратить внимание на то, чтобы ведущий прикреплял прищепки тремя пальцами, т. к. ребенок должен видеть правильные движения.

**«Найди сюрприз»**

Цель: Развитие мелкой моторики рук, координации движений; обучение терпению.

Оборудование: Фантики 10-15 штук, мелкие предметы, значки, пуговицы, мелкие игрушки из киндер-сюрприза.

Ход игры: Ведущий заворачивает значок в 4-5 фантиков. Ребенок должен развернуть все фантики и аккуратно сложить.

**Игра «Машины застежки»**

Цель: Формировать умение застегивать и расстёгивать пуговицы, растёгивать молнии. Завязывать ленты, вдевать шнурок в отверстие.

 Учить детей называть предметы одежды, уточнять представления детей об одежде, учить дифференцировать виды одежды по временам года, учить запоминать последовательность одевания. Воспитывать бережное, аккуратное отношение к своей одежде.

**Игра «Крышечки»**

Цель: развивать мелкую моторику. Формировать умение закручивать и откручивать предметы.

Материал: пластиковые бутылки, коробка, самоклеющаяся цветная бумага, разноцветные шнурки.

Подберите прочную коробку нужного вам размера. Отрежьте верхнюю часть бутылки (горлышко) высотой равной высоте коробки.  Проделайте отверстия в коробке для горлышек бутылок, так, чтобы они вкручивались, а не просто вставлялись, так соединение будет более крепким. Подберите яркие крышечки, сделайте горячим шилом дырки в крышках, проденьте шнурок, закрепите узелком. Проденьте шнурок сквозь коробку и с другой стороны, таким же способом прикрепите вторую крышку. Количество горлышек и крышек зависит от размера коробки и вашего желания.

**Игра «Волшебная ложечка»**

Цель: Развитие точных и дифференцированных движений кистей и пальцев рук при пересыпании крупы ложечками.

На подносе две чашки: слева –чашка с крупой, а справа –пустая. Двигая рукой ребенка показать ему как надо брать крупу ложечкой и осторожно опрокинуть ее в пустую.

Предполагаемый результат: Дети будут с интересом пересыпать крупу, развивая моторику рук, проявляя положительные эмоции.

Индивидуальная работа: Если у ребёнка не получится показать, как правильно держать ложку и пересыпать крупу.

**Приложения:**

**Картотека игр и упражнений на развитие крупной моторики у детей 2-3 лет.**

**Игра «Зеркало»**

Одно из эффективных упражнений на крупную моторику для детей – копирование движений. Предложите ребёнку встать напротив вас и представить, что он смотрит в зеркало. Теперь вы будете медленно двигаться – поднимать руку, чесать нос, передвигать ноги, качать головой – а ребёнок будет повторять за вами так, словно смотрится в зеркало. Затем поменяйтесь ролями.

**Игра «Снеговик»**

Снять мышечный тонус и потренировать крупную моторику поможет простая игра в тающего снеговика. Попросите малыша встать в удобную позу и напрячь все мышцы так, будто он – замёрзший снеговик. Потом выходит, солнышко и «снеговик» начинает постепенно таять – с головы до ног: сначала расслабляем мышцы лица, шеи, затем плеч, рук, и так далее, пока весь снеговик не растает.

**Упражнения «Паучок», «Червячок», «Крабик»**

Хорошая разминка и отличный способ развивать крупную моторику – изображать движения насекомых и животных.

* В упражнении «Паучок» передвигаемся по полу как паучки – для этого надо сесть на пол, руками упереться в пол за спиной, а ноги согнуть в коленях. Ползаем, опираясь на ступни и ладошки.
* В упражнении «Червячок» ползаем, не используя рук и ног, извиваясь на полу.
* Чтобы выполнить упражнение «Крабик», садимся на пол, сгибаем ноги в коленях, упираемся ладонями и ступнями в пол и двигаемся боком.

**Игра «Не дай мячику упасть»**

Лёгкий мяч кладётся на игровой парашют или простыню, которую держат за разные концы игроки, стоящие друг напротив друга. Простыню приводят в движение, создавая волны или катая мяч друг к другу. Задача – не дать мячику скатиться с простыни и упасть.

**Полоса препятствий**

Предложите ребёнку узнать, сможет ли он пройти полосу препятствий? Такую полосу легко сделать из подручных средств, используя свою фантазию. Можно использовать **[орто-коврики](https://www.igrocity.ru/gift.php?kod_groop=ortokovrik&kod=166019)**, [**ладошки**](https://www.igrocity.ru/gift.php?kod_groop=ortokovrik&kod=172513)или **[следочки](https://www.igrocity.ru/gift.php?kod_groop=ortokovrik&kod=172511)**, а можно устроить препятствия из подушек, которые надо перепрыгнуть, тоннель из стульев, по которому можно пролезть, узкие коридорчики из костяшек домино, сквозь которые надо пройти на цыпочках, [**балансировочную дорожку**](https://www.igrocity.ru/gift.php?kod_groop=rings&kod=172506)и так далее.

**Упражнение «Хождение по полосе»**

Одна из простых игр на физическое развитие ребёнка – ходьба по узкой полосе. Для этого можно использовать специальный безопасный скотч, который клеится на пол, или длинную веревочку. Полоса должна быть протяженной, с поворотами и изгибами. Предложите малышу проверить, сможет ли он пройти по узкой дорожке? Также по такой полосе можно катать машинки, мячики или толкать перед собой корзинку.

**Игра «Попадаем в цель»**

Азартная и весёлая игра, для которой всегда можно найти подручный материал: подойдёт любая ёмкость или пустое ведро. Забрасывать в цель можно мяч, бумажные самолётики или что-то другое. Кто больше попадёт в цель? Устройте соревнования!

**Боулинг, городки, кегли**

**Игры и упражнения на баланс и равновесие**

Балансирование – один из сложных и важных навыков, освоить который детям помогут разнообразные занятия:

* Удерживать равновесие, проходя по доске, положенной на пол, или по низкой скамеечке.
* Закрыть глаза и как можно дольше стоять на одной ноге, удерживая баланс.
* Игра «Замри-отомри». Пытаемся устоять в случайной позе при команде «Замри» и расслабляемся при команде «Отомри».

**Игры на развитие крупной моторики дома.**

**Паутинка**

Для игры потребуется клубок толстых ниток (лучше цветных) или моток бельевой резинки. Предложите ребенку построить домик, как у паучка (перед игрой можно посмотреть мультик про насекомых, например, про Лунтика). Натяните вместе с малышом нитки в комнате, закрепляя их на разном уровне – на дверце шкафчика или на ножке кресла, таким образом, получилась паутинка. Когда все будет готово, паучок (его роль исполняет ребенок) должен проверить прочность нового домика и перебраться из одного угла комнаты в другой, преодолевая все сложные переплетения, стараясь не разорвать паутину.

**Паучок**

Описанное выше упражнение можно усложнить. Ребенок должен находиться в положении стоя на ногах и руках животом вверх (поначалу можно передвигаться на четвереньках спинкой вверх). Привяжите к нему толстую цветную нитку, клубок закрепите в исходной точке. Теперь ваш «паучок» должен сплести себе паутинку.

**Кошечка**

Упражнение хорошо тем, что оно похоже на игру и может выполняться в нескольких вариантах. Например, сначала надо показать, как кошечка греется на солнышке. Исходное положение: стоя, руки опущены, ноги слегка расставить. Теперь попросите ребенка медленно поворачивать голову влево и вправо, по три раза в каждую сторону.

Следующее задание: поиграть с кошечкой в прятки. Попросите ребенка сесть на пятки, а руки спрятать за спиной. Затем он должен встать с пяток на колени, потянувшись посмотреть наверх и вернуться в изначальное положение. Повторить 5-6раз в медленном темпе.

Попросите ребенка показать, что кошечка потягивается, как она сердится, выгибая спинку, и т.д. Вообще имитировать можно любое животное, какое нравится ребенку:

* топать ножками, как медвежонок или слоник;
* хлопать крыльями, как птичка;
* стоять на одной ножке, как цапля;
* прыгать, как зайчик, и т.д.

**Переправа**

Разложите на полу подушки, постелите узкий длинный шарф. Пол будет изображать опасное болото, а подушки и шарф – кочки и бревнышко, по которым можно перейти с одного берега на другой. Ребенок должен пройти по всему маршруту, ни разу не наступив в болото. Задание можно усложнить: например, перемещаться разрешается только по желтым или зеленым подушкам.

**Хождение по разным линиям**

«Нарисуйте» на полу с помощью цветных ленточек разнообразные линии: прямые, ломаные, зигзаги, волнистые, можно даже изобразить лабиринт. Сначала ребенок должен просто, не сбиваясь, пройти по одной из линий. Затем пронести по тому же маршруту на подносе стакан с водой, книжку на голове и т.д.