

КАК ЗАНЯТЬ РЕБЕНКА ЕСЛИ СИЛ И ВРЕМЕНИ У ВАС НЕ ОСТАЕТСЯ

Иногда даже самого выносливого родителя охватывает усталость или упадок сил.

Можно спокойно посидеть рядом, предоставит ребенку свободу действий. Мне обычно этого времени хватает, чтобы передохнуть и набраться сил. Все игры развивают мелкую моторику, и как следствие – и мышление, и речь ребенка.

Ну что же, приступим?

* Достаем запасливо припасенные старые журналы или газеты... Их можно рвать – на полосы или кусочки - и тогда развиваются соотносящие движения руки и хватание. Только сначала нужно показать, как это делать правильно. Захватываем пальцами обеих рук лист, а потом тянем в разные стороны. Моему сыну больше всего нравится заключительная часть этого действия – **бросание клочков** вверх со словами: «Осень наступила!». Потом вместе весь этот листопад собираем.

А можно листы *комкать* и *бросаться* ими, как снежками. Комкание развивает силу рук.

* Пластилин спешит на помощь! Не будем заниматься лепкой всерьез. Просто сначала *помнем* его в руках – совмещая самомассаж пальчиков и рук и развивая мышцы. *Потыкаем* в него и поделаем дырочки одним выпрямленным указательным пальцем или всеми сразу. А потом раскатаем лепешку и будем втыкать в него все мелкое, что под руку попадет: бусины, камешки, ракушки, крупы и бобовые и прочая.

* *Сортировка* предметов, сваленных в одну большую коробку, может занять ребенка на какое-то время. В эту коробочку – пуговицы, а в эту мисочку – бусины. Если ребенок справляется, можно увеличить сортируемое до 4-5 видов.

* Все-таки пластиковая бутылка – хоть и не экологичное, но гениальное изобретение! Чего только с ней не делают. Вот мы будем туда *бросать* мелкие предметы, предварительно выковырянные из пластилина, по одному, поддерживая бутылку второй рукой.

* Есть у вас дома резиновая груша? Ну, резиновая игрушка с дырочкой уж точно найдется. Нажимаем на грушу или игрушку и струей воздуха

сдуваем комочки ваты или бумажки с любой поверхности. Можно дуть друг на друга – это может быть еще смешнее. Вот так мы развиваем силу рук. Кстати, именно поэтому пиццать игрушками-пиццалками тоже очень полезно.

* Надеваем на пальцы рук и кисти все, что может быть таким образом использовано: резинки для волос, колпачки от фломастеров, браслеты из кусочков дерева или камня на резинках, бигуди, картонки от рулонов туалетной бумаги – порезанные или целиком... Важно



только, чтобы не мы всю эту красоту на пальцы малыша *надели*, а его научили этому. Потом пошевелим разноцветными пальчиками в фломастеровых колпачках, ручками потрясем. Теперь *снимаем*. И чем-нибудь еще украшаем... так развиваем соотносящие движения.

* *Наматываем* толстую веревку или шнур на палку или катушку. Когда будет хорошо получаться – можно наматывать на клубок. Развивает движения и пальцев, и кистей.

*Вы умеете плести косичку? Вот и отлично! Можно подвесить пучок веревок (я обычно защемляю его ящиком письменного стола) и сплести из них косичку. Или завязать легкий узел. И предложить малышу ее *расплести*. А вот заплетать и завязывать узлы ребенок может научиться только в дошкольном возрасте. Веревки лучше использовать скользящие – они легче распутываются. Развивает тонкие движения пальцев.

* Эту же веревку или ленты можно *накручивать* и на руку: обмотать кисти рук или пальчик ребенка и предложить распутать. А потом он вас запутает веревкой. Развивает движение кистей и пальцев.? *Нанизывать* бусины на шнурок пробовали? Или любые другие предметы с дырочками, например, пуговицы. Вместо иголки можно использовать палочку с дыркой или проволоку. Развивает соотносящие движения.

* Шнуровать, *открывать-закрывать* молнии, липучки очень полезно. Есть много игрушек, в которых используется этот прием. Но можно отлично обойтись и без них. Приносим грудку вещей и устраиваем тщательный обыск. Та-а-ак, откроем молнию... что это у нас в сумке? Ага, ботинок папин... вымытый... со шнурками. И мой – на липучке... продолжаем исследование.

* *Прищепки* можно нацепить по краю ведерка или миски – ребенку надо открепить их по одной и бросить в эту емкость. Если вырезать круг из картона – прищепки могут стать лучами у солнышка... или можно сделать ладошку – четыре прищепки сверху и одна немного в сторонке... или «иголки» прицепить к контуру ежа. *Отцеплять* у сына получается, но *пристегивать* еще пока нет. Это более сложно. Занятие развивает силу рук, соотносящие движения, дифференцирует движения пальцев.

* Сколько в доме запасливой мамы коробочек, баночек, бутылочек, пузырьков и прочего завинчивающегося или закрывающегося разными крышечками или колпачками? Достаем запасы и пускай он себе *закручивает-откручивает*... *закрывает-открывает*. Подбирает нужные диаметры и размеры. Для интриги внутрь можно что-нибудь поместить. Оно будет загадочно и маняще внутри громыхать.

* Можно выкладывать фигуры на полу или столе из *зубочисток* или *шнура*.

* Как вам «мокрые» игры? Доступны? Тогда наливаем в тазик или мисочку воды, бросаем туда мелкие нетонущие предметы (шарики, яйца киндер-сюрпризов...) и даем ребенку *шумовку*. Пускай *«рыбачит»* и собирает выловленное в другую миску.

* А в сухом варианте этой игры он может *пинцетом перекладывать* небольшие кусочки поролона или пробки из одной мисочки в другую. Кусочки - примерно размер сахарного кубика и чем более неровные края, тем лучше.



* Помимо обычных переливалок-пересыпалок, можно использовать и более сложный вариант. Смешиваем мелкую крупу с крупной в одной емкости (я использую манку и рис). Рядом ставим еще емкость (у нас – поддон из духовки) с ситечком. Малыш *ложкой* сыпет смесь в ситечко и *мешает*. Просеянный рис сыпет в баночку. А на поддоне с манкой мы потом пальцами *рисуем*.

* Клочки порванной в первом пункте бумаги нам еще могут пригодиться! Если их *собрать* в коробку – там можно спрятать маленькую игрушку. А потом ее *искать* на ощупь.

* *Поворачивание* ключа отлично развивает тонкие движения пальцев. Но заводных игрушек у нас нет. Зато есть двери с замками, волшебный ключ и подставка для туалета из «Икеа». Мелочь получает ключ в свое владение, таскает подставку от двери к двери и мудрит с замками.

* Хотя, если сил совсем не осталось даже на простые действия... или срочно что-то надо сделать по дому... самый проверенный метод, популярный у всех времен и народов, наверное, вот этот: «Зайка, *принеси* мне из другой комнаты.... *отнеси* папе... а *где* у тебя твой грузовик? Ну как поищи!... *сходи* туда... *принеси* то...» И кто может сказать, что это не развивающее занятие.



Выполнила подборку: воспитатель Ситникова А.В. МДОУ «Детский сад №55» с использованием интернет-ресурса <https://nsportal.ru/>

