**Jak wspierać rozwój motoryki małej u dziecka?**

Kiedy za oknem szaro, pochmurno i deszczowo, a aura w niczym nie zachęca do wyjścia na zewnątrz, zastanawiamy się, w jaki sposób uatrakcyjnić dzieciom czas spędzony w domu. A to nie lada wyzwanie – dzieci w wieku przedszkolnym szybko się nudzą, czują potrzebę ciągłego bycia w ruchu i miewają naprawdę zaskakujące pomysły. Zamiast włączać maraton bajek warto postawić na bardziej kreatywne zajęcie, które dodatkowo będzie wspierać rozwój motoryki małej u dziecka.

Jak wspierać rozwój motoryki małej u przedszkolaka? To pytanie zadaje sobie pewnie wielu rodziców. Czasem kupujemy różne zabawki, które w nazwie mają słowo „edukacyjne”, ale nie zastanawiamy się nad tym, czego ta edukacja dotyczy i czy na pewno jest dostosowana do wieku dziecka. Motoryka mała to przede wszystkim sprawność ruchowa dłoni, ale tak to już jest, że umiejętności często są naczyniami połączonymi i rozwijając motorykę małą, często rozwijamy również koordynację oko–ręka, poczucie sprawczości, precyzję ruchów i koncentrację, a także rozumienie relacji przyczynowo-skutkowych.

Motoryka rozwija się u dziecka latami. Jest to proces skomplikowany i ma wiele etapów. Każde dziecko może zdobywać kolejne umiejętności ruchowe w swoim tempie, jednak istnieją pewne ramy czasowe, które pozwalają stwierdzić, czy motoryka dziecka rozwija się w prawidłowym tempie. To ważne, bo coraz większa sprawność umożliwia dziecku poznawanie świata i doświadczanie wielu różnych bodźców, od których zależy także rozwój intelektualny i emocjonalny dziecka. W całym tym skomplikowanym procesie, jakim jest rozwój, dużą rolę odgrywa integracja sensoryczna. Jeśli kształtuje się prawidłowo, stymuluje rozwój zarówno motoryczny, jak i intelektualny małego człowieka.

Nie od dziś wiadomo, że w przypadku małych dzieci najlepiej jest łączyć zabawę z nauką i rozwojem. U dzieci w wieku przedszkolnym zadbać należy o wielowymiarową stymulację jego rozwoju. Posłużyć mogą temu kreatywne zabawy wymyślane przez opiekunów w warunkach domowych, jak również oryginalne gry i zabawy dostępne obecnie na rynku. Rodzice przedszkolaków powinni też zaopatrzyć się w materiały plastyczne, choćby te najbardziej podstawowe. Poniżej przykładowa lista zakupów.

Lista zakupów:

kredki (ołówkowe, świecowe, pastele),

mazaki, flamastry, zakreślacze,

farbki (plakatowe, akwarele, do malowania tkanin, ciała), pędzle,

plastelina, ciastolina,

wycinanki,

blok rysunkowy, techniczny, z kolorowymi kartkami,

kolorowanki,

nożyczki dla małych dzieci,

klej,

naklejki z ulubionymi postaciami z bajek.

Oczywiście powyższe produkty nie są gwarancją udanej zabawy – do tego potrzebny jest też dobry pomysł na dzieło sztuki, które można podsunąć małemu artyście. Wówczas z pewnością powstaną piękne dzieła, które dziecko chętnie będzie tworzyło. Rysowanie, malowanie i brudzenie się farbami, kredkami czy pisakami będzie dla przedszkolaka świetną zabawą, a przy okazji pobudzi jego wyobraźnię, kreatywność i będzie doskonałą okazją do ćwiczenia precyzji i sprawności rąk. Tutaj świetnie sprawdzą się również wszelkiego rodzaju klocki i układanki. Budowanie wieży, torów dla wyścigówek czy układanie puzzli z ulubioną postacią z bajki z pewnością zainteresują małego odkrywcę. Dobrym pomysłem jest też lepienie figurek z masy solnej, w których przygotowanie można zaangażować także dziecko.

Ćwiczenia stymulujące motorykę małą:

nawlekanie koralików,

lepienie z ciastoliny lub plasteliny,

kolorowanki dla dzieci,

kalkowanie obrazków,

stemplowanie i kolorowanie,

przelewanie płynów z naczynia do naczynia,

segregowanie wymieszanych drobnych przedmiotów (guzików, koralików itp.).

Celem takich ćwiczeń na małą motorykę jest poprawa kontroli nad napięciem mięśni w obrębie rąk i dłoni. Ćwiczenia te polegają na używaniu odpowiedniej siły, rozluźnianiu mięśni i napinaniu ich, kontrolowaniu mięśni od barku aż po końce palców oraz na nauce wykonywania płynnych i precyzyjnych ruchów zarówno całą ręką, jak i tylko palcami dłoni.

źródło: https://mojprzedszkolak.pl/artykul/jak-wspierac-rozwoj-motoryki-malej-u-dziecka