Мелкая моторика совокупность скоординированных действий мышечной, костной и нервной систем человека, зачастую в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких, точных движений кистями и пальцами рук и ног. Часто для понятия «мелкая моторика» используется такой термин как «ловкость». Как же выглядит развитие мелкой моторики у современного ребёнка? Часто происходит так, что родители, предпочитая чистоту в доме, выдают ребёнку планшет, компьютер, смартфон, тем самым “развивая” ему только указательный палец. Ведь пластилин оставляет жирные следы, пачкает пол и мебель, крупа, бисер и бусинки рассыпаются, пальчиковые краски могут испачкать одежду. Родители забывают, что ребенок стремится к контакту с окружающими его предметами. После определённого количества попыток ребёнок утрачивает желание трогать, щупать интересующие его предметы, а вслед за этим постепенно уходит наиважнейшее для его развития качество – любознательность.

 Даже если ребёнок посещает учреждение дошкольного образования, где выполняет задания, направленные на развитие мелкой моторики руки, этого времени недостаточно для его полноценного развития. Родители просто обязаны поддерживать в малыше стремление всё потрогать, изучить свойства, бросить, намочить, покрасить и даже попробовать на вкус. Наряду с традиционной пальчиковой гимнастикой как приёмом развития мелкой моторики, существует и успешно применяется на практике игровой самомассаж – нетрадиционный вид упражнений, помогающих развиваться организму ребёнка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам. Это уникальная гимнастика, благодаря которой в мозг ребёнка поступает мощный поток импульсов от мышц и суставов, поступает информация в речеслуховые, двигательные и сенсорные зоны.
 При проведении ручного самомассажа можно использовать бытовые и природные материалы: каштаны, орехи, шишки, горох, фасоль, верёвки, пуговицы, бусины, бельевые прищепки, пластиковые крышечки и многое другое. Проведение ручного самомассажа не требует материальных затрат, только несколько минут времени, внимание и желание помочь ребёнку стать более ловким и умелым. Достаточно проявить фантазию, и обычные упражнения станут увлекательной игрой, которая поможет в развитии речевых навыков и интеллекта, вызовет положительные эмоции, отвлечет ребёнка от гаджетов. Для эмоционального восприятия можно разучить с ребенком короткие стихи или загадки. Хочу предложить несколько игровых упражнений, которые эффективно использую в практике работы учителя-дефектолога с детьми с нарушением речи, при проведении ручного самомассажа.

**Орехи и фундук**

Насыпать горсть орехов на поднос, катать ладонями и тыльной стороной кисти рук. Пересыпать горсточку орехов из одной руки в другую (длительность 1 минута).
С природным материалом можно делать различные вращательные движения: сжатие в кулачки, пересыпание с одной руки в другую, перемешивание различными вращательными движениями в корзинах (длительность движений на каждый вид по 1 минуте).

**Массаж грецкими орехами**

Ребенок катает грецкий орех между ладонями и приговаривает: “Я катаю мой орех, чтобы стал круглее всех”. Прокатывать один орех между пальцами. Удерживать несколько орехов между пальцами обеих рук.

**Упражнения с шишками**

Сосновые и еловые шишки перекатить по тарелке круглой, затем квадратной, тарелках разной тяжести и из разного материала (пластмассовых, глиняных, картонных). Катать по кругу слева направо, сверху вниз. Сначала по одной, затем по две, три (длительность до 3-х минут).

**Массаж бельевой прищепкой**

Вначале проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой. А затем поочередно “кусаем” ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

“Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: “Кыш!”.
Пробки от пластиковых бутылок
Кладем на столе резьбой вверх – это “лыжи”. Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на “лыжах”, делая по шагу на каждый ударный слог: “Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы, мы любим забавы холодной зимы”.

**Шестигранные карандаши**

Положить карандаш на одну ладошку, прикрыть его другой. Прокатывать карандаш между ладонями сначала медленно, а потом быстрее от кончиков пальцев к запястьям. А теперь попробовать сделать это сразу с двумя карандашами.

Важно соблюдать следующие правила при проведении ручного самомассажа с детьми: мыть руки перед проведением упражнений и после.
Следить, чтобы руки были здоровыми, без царапин, аллергических проявлений. Природный материал должен быть чистым, не травмоопасным.
При выполнении упражнений с мелкими предметами необходимо соблюдать правила безопасности.
Все занятия должны проходить под контролем взрослых, в игровой форме.
Хочется верить, что игровые упражнения помогут родителям занять ребенка дома и принесут большую пользу для развития его мелкой моторики.