

# Развитие мелкомоторных навыков у детей до года. Причины незрелости захватов и рефлексов.

Консультация для родителей



**Мелкая моторика** - это действия, которые выполняют мелкие мышцы ладоней и пальцев рук и ног. Мелкая моторика начинает развиваться уже с младенчества. Малыш учится управлять своими ручками, хватать предметы сначала всей ладонью, а затем и двумя пальчиками – формируется пинцетный захват. Затем ребёнок учится правильно держать в руках ложку, а потом и карандаш. Мелкая моторика тесно связана со зрением, памятью, восприятием, вниманием ребёнка. Чем лучше развита мелкая моторика, тем эффективнее работает нервная система ребёнка.

## Основные этапы развития мелкой моторики по месяцам

<i>Возраст</i>	<i>Что происходит с моторикой</i>
0–2 месяца	Кулачки сжаты, выражен хватательный рефлекс, движения в основном рефлекторные.
3 месяца	Кисти начинают раскрываться, ребёнок может удерживать лёгкую погремушку.
4 месяца	Малыш подносит руки к лицу, тянет их в рот, случайно захватывает игрушки.
5 месяцев	Появляется осознанное хватание: ребёнок тянется к предмету и хватает его.
6–8 месяцев	Развивается точность захвата, переключивание предметов из руки в руку.
9 месяцев	Ребёнок может отпускать игрушку, наблюдает за её падением, любит игры «отдай-возьми».
10 месяцев	Формируется «пинцетный» захват (большой и указательный пальцы).
11–12 месяцев	«Клещевой» захват, ребёнок может вкладывать предметы в посуду или в руку взрослого.

## Игры и занятия с малышом для развития мелкой моторики:

- Массаж ладошек и пальчиков — с первых дней жизни.
- Потешки («Сорока-белобока», «Ладушки») — стимулируют движения пальцев.
- Игры с предметами разной фактуры (дерево, ткань, пластик).
- Перебирание крупных бус, пуговиц, игрушек.
- Игры с крупой, песком — пересыпание, перебирание, рисование на песке.
- Рвём бумагу — с 7–8 месяцев.
- Открывание/закрывание банок, завинчивание крышек.
- Лепка из солёного теста или мягкого пластилина.
- Перекладывание предметов, сортировка фасоли, макарон.
- Игры с прищепками, липучками, застёжками.

## Важные рекомендации

Все занятия должны проходить под присмотром взрослых, чтобы избежать попадания мелких предметов в рот или нос.

Не стоит специально «учить» ребёнка — важно создавать условия для естественного развития навыков.

Регулярность и разнообразие игр — залог успешного развития моторики.

Почему это важно? Развитие мелкой моторики напрямую связано с развитием речи, внимания, памяти и мышления. Ребёнок, у которого хорошо развита моторика, быстрее осваивает навыки самообслуживания (ложка, зубная щётка), а в будущем — письмо и творчество.

## Признаки недостаточного развития мелкой моторики у ребёнка до 1 года

Развитие мелкой моторики у малышей происходит индивидуально, но есть определённые ориентиры, по которым можно понять, что процесс идёт не так активно, как ожидается. Важно помнить, что небольшие отклонения от средних сроков — вариант нормы, однако есть сигналы, на которые стоит обратить внимание.

## Основные признаки задержки развития мелкой моторики

<i>Возраст</i>	<i>Ожидаемые навыки. Признаки задержки</i>
3–4 месяца	Ребёнок начинает раскрывать кулачки, тянется к игрушкам, случайно их захватывает. Кулачки постоянно сжаты, нет интереса к игрушкам, не тянется к ним.
5–6 месяцев	Уверенно хватает игрушку, перекладывает из руки в руку. Не может удержать предмет, не тянется к нему, не перекладывает.
7–9 месяцев	Берёт мелкие предметы (крупы, крошки), активно играет с игрушками двумя руками. Не может взять мелкие предметы, не интересуется игрушками, не пытается манипулировать ими.
10–12 месяцев	Использует «пинцетный» захват (большой и указательный пальцы), вкладывает предметы в ёмкость. Не использует пальцы для захвата, не может взять мелкие вещи, не интересуется вложением предметов.

## Дополнительные тревожные сигналы

Ребёнок не проявляет интереса к своим рукам и пальцам.

Не пытается дотянуться до предметов или игрушек.

Движения рук очень скованные или, наоборот, слишком вялые.

Нет попыток самостоятельно есть (например, держать ложку).

Не реагирует на игры с пальчиками («Сорока-белобока», «Ладушки»).

## Когда стоит обратиться к специалисту?

Если вы заметили, что к 6–7 месяцам ребёнок не проявляет интереса к игрушкам, не тянется к ним, а к 9–10 месяцам не использует пальцы для захвата — это повод проконсультироваться с педиатром или детским неврологом.

**Важно:** каждый ребёнок развивается в своём темпе. Однако раннее выявление задержки позволяет вовремя начать коррекцию и помочь малышу догнать сверстников.

## Что делать родителям?

- Регулярно играйте с ребёнком в пальчиковые игры.
- Давайте разные по фактуре и размеру игрушки.
- Поощряйте самостоятельные попытки взять предмет.
- Следите за прогрессом и фиксируйте новые навыки.

## Какие упражнения помогут развить хватательный рефлекс у малыша?

*Хватательный рефлекс* — это врождённая способность ребёнка сжимать пальцы, когда к его ладони прикасаются. В норме он ярко выражен с рождения и постепенно угасает к 3–4 месяцам, уступая место произвольному захвату предметов. Специальные упражнения помогают укрепить мышцы кисти, развить координацию и подготовить руку к более сложным действиям.

## Игры и упражнения по возрасту

С рождения до 2–3 месяцев (стимуляция *врождённого рефлекса*)

В этом возрасте важно вызывать и закреплять сам рефлекс.

- Поглаживание ладошки. Аккуратно проводите пальцем по центру ладони малыша. В ответ он сожмёт кулачок. Можно мягко разжать пальцы и повторить.
- Вкладывание пальца. Осторожно вложите свой указательный палец в ладонь ребёнка. Он рефлекторно его сожмёт. Слегка потяните руку на себя (без усилия), чтобы малыш почувствовал сопротивление.
- Игры с «пёрышком». Лёгкими движениями водите по ладошке и пальчикам мягкой щёткой, пёрышком или кусочком ткани. Это стимулирует тактильные ощущения.

С 2–3 до 6 месяцев (переход к *произвольному захвату*)

Когда рефлекс угасает, ребёнок начинает учиться хватать предметы сознательно.

- Игрушки-«хвatalки». Предлагайте погремушки с длинной, удобной ручкой или кольца. Малыш будет пытаться их схватить.
- Шуршащие игрушки. Положите лёгкую игрушку, издающую звук, в ладонь ребёнка. Звук и тактильные ощущения мотивируют удерживать предмет.
- Перекладывание из руки в руку. Когда малыш научится брать игрушку, вкладывайте в его свободную руку другую, чтобы он попробовал переложить предмет.

С 6 месяцев и старше (развитие «пинцетного» захвата)

Цель — научить брать мелкие предметы большим и указательным пальцами.

- Игры с едой. Во время введения прикорма давайте ребёнку кусочки мягких продуктов (банан, варёная морковь), чтобы он сам брал их руками.
- «Доставание» предметов. Положите несколько крупных, безопасных предметов (например, кубиков) в коробку и покажите, как их доставать и складывать обратно.
- Игры с ленточками. Привяжите яркую ленточку к игрушке и медленно двигайте её перед ребёнком, чтобы он пытался поймать и потянуть на себя.

## Общие рекомендации для родителей

- ✓ Безопасность превыше всего. Все предметы должны быть чистыми, достаточно крупными, чтобы ребёнок не мог их проглотить, и не иметь острых краёв.
- ✓ Регулярность. Занимайтесь по несколько минут, но часто — 3–5 раз в день во время бодрствования.

- ✓ Положительные эмоции. Превратите упражнения в игру. Разговаривайте с малышом, улыбайтесь, хвалите за каждую попытку.
- ✓ От простого к сложному. Начинайте с захвата всей ладонью («ладонный захват») и постепенно переходите к более точным движениям пальцами.

Если к 6–7 месяцам ребёнок не проявляет интереса к игрушкам, не пытается их схватить или его движения очень скованны, стоит проконсультироваться с педиатром или детским неврологом.

**Занимайтесь с малышом каждый день — это не только полезно, но и приносит радость общения!**

Составила  
педагог-психолог Макушина Ю.Н.