



Общая моторика и развитие ребёнка.

О мелкой моторике знают все: о ней много пишут и рассказывают. А общей моторике уделяется намного меньше внимания. Утверждаю это из пятнадцатилетнего опыта работы с детьми.

Например, задания типа «поймай мяч», «отбей мяч» выполняются дошкольниками с большим трудом.

Раньше было больше бега, ходьбы до сада, гуляний с «дворовыми играми», а сейчас «из машины до подъезда и за планшет».

Давайте исправлять эту ситуацию «с пелёнок». Начинается всё с раннего детства: когда крутим малыша на руках, когда выкладываем его на животик, когда пополз, карабкается на кровать, делает первые шаги.

В дальнейшем к развитию общей моторики мы отнесём прыжки, бег, физическую гимнастику, упражнения с мячом, скакалкой, обручем...
Общая моторика: совокупность двигательных возможностей человека, обеспечиваемых работой крупных мышц и проявляющихся в движениях тела. Поэтому представленные игры на общую моторику направлены на развитие ловкости, точности, координированности движений, ориентации в пространстве.

Движения общей моторики закладываются не только в специальных играх, но и на бытовом уровне. Например, самый лучший стульчик для кормления – обыкновенный! 4 ножки и сиденье. В нашем детстве деревянные были. В нём ребёнку необходимо работать мышцами, чтобы удерживать положение тела, искать равновесие.

Или, всеми детьми любимая забава: проехаться на одеяле! Весело, смешно, а сколько мышц задействуется в игре!

Простая естественная среда даёт импульс к развитию. Для мамы это не всегда легко, знаю по собственному опыту, но для развития общей моторики просто необходимо давать детям лазать, карабкаться, тянуться, переворачиваться, открывать, закрывать и вертеть всё вокруг.