

Федеральное государственное автономное учреждение
«Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

О. М. Конова, А. М. Вегера, Т. Г. Петельгузова

Методы для улучшения мелкой моторики рук

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Москва
2022

УДК 373.2.025:[159.943+159.953]

ББК 74.102.41

К 64

К 64 Методы для улучшения мелкой моторики рук : советы родителям / О. М. Конова, А. М. Вегера, Т. Г. Петельгузова. – М.: ООО «Полиграфист и издатель», 2022. – (Информационные материалы / ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России).

ISBN 978-5-6047928-3-4

Пособие представляет собой сборник полезных советов и рекомендаций для родителей по использованию игр и упражнений, методов физиотерапии у детей для улучшения мелкой моторики рук. Комплексный и разносторонний подход позволяет укрепить мышцы и, опосредованно, развить логику, внимание и мышление. Важными для детской практики являются игровая форма, безопасность и доступность занятий. При разработке данных рекомендаций авторы опирались как на собственный практический опыт, так и на данные научных литературных источников.

Данные рекомендации предназначены родителям, врачам-педиатрам и физиотерапевтам, ординаторам, студентам старших курсов медицинских вузов.

УДК 373.2.025:[159.943+159.953]

ББК 74.102.41

ISBN 978-5-6047928-3-4



© Конова О. М., Вегера А. М., Петельгузова Т. Г., 2022

© ФГАУ «НМИЦ здоровья детей» Минздрава России, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ЧТО ТАКОЕ МЕЛКАЯ МОТОРИКА.....	5
ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ.....	6
ОЦЕНКА РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК.....	10
ЧТО ПОМОЖЕТ УЛУЧШИТЬ МЕЛКУЮ МОТОРИКУ.....	11
ФИЗИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ.....	16
Су-Джок-терапия.....	17
Биологическая обратная связь (БОС-терапия).....	18
Метод чрескожной электронейростимуляции (ЧЭНС-терапия).....	20
ЭПС-терапия.....	22
Ванны (жемчужно-пузырьковые, солевые) общие, ручные и ножные.....	23
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	26
ДЛЯ ЗАМЕТОК.....	27



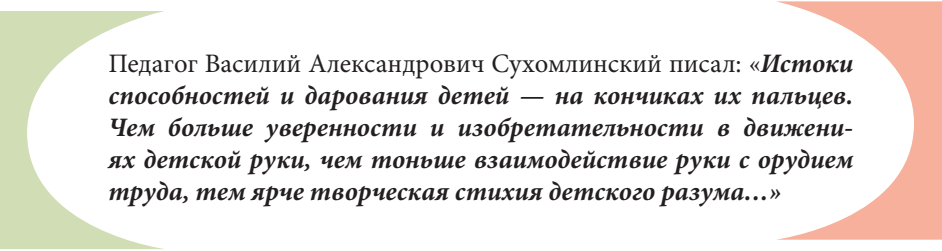
ВВЕДЕНИЕ

Что такое моторика?

Это совокупность движений с помощью частей тела и/или органов в определенной последовательности для выполнения конкретных задач.

Принято выделять моторику крупную и мелкую.

Такие действия, как бег, прыжки, ходьба, наклоны относятся к навыкам крупной моторики. Она развивается у ребенка поэтапно в процессе роста и является основой, на которую позже накладываются более сложные движения мелкой моторики.



Педагог Василий Александрович Сухомлинский писал: *«Истоки способностей и дарования детей — на кончиках их пальцев. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, чем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, тем ярче творческая стихия детского разума...»*

ЧТО ТАКОЕ МЕЛКАЯ МОТОРИКА

Мелкая моторика — это совокупность скоординированной работы органов и систем (мышечной, костной и нервной) с участием органа зрения, направленная на выполнение мелких и точных движений кистями и пальцами рук. Она присуща исключительно человеку. К мелкой моторике относятся большое количество разнообразных движений. Это и простые жесты, например, захват предметов, и очень мелкие, от которых, например, зависит почерк человека.

Уровень развития мелкой моторики влияет не только на аккуратность почерка.

Исходя из анатомических особенностей головного мозга, известно, что участок, который контролирует функцию рук, занимает большую

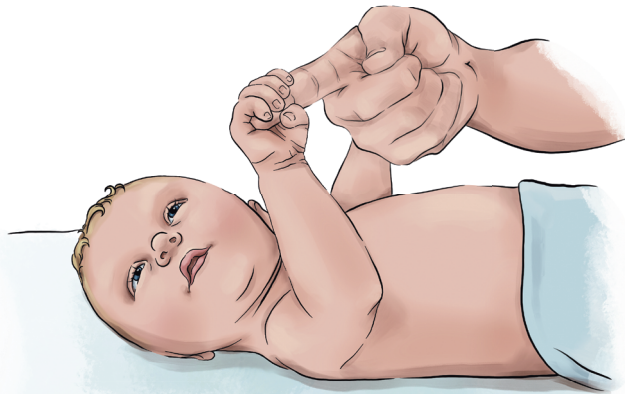
площадь двигательной области коры больших полушарий и расположен рядом с центром, отвечающим за речь.

Чтобы научить малыша говорить, необходимо не только тренировать его артикуляционный аппарат, но и развивать движения пальцев рук. Эту уникальную способность нужно целенаправленно тренировать с самого раннего возраста, ведь она также взаимосвязана с такими функциями, как внимание, координация, мышление, воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память.

И. М. Сеченов писал, что «движения руки человека наследственно не predetermined, а возникают в процессе воспитания и обучения, как результат ассоциативных связей между зрительными, осязательными и мышечными изменениями в процессе активного взаимодействия с окружающей средой».

ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ

Рассмотрим основные навыки в структуре мелкой моторики ребенка на разных этапах развития.



Хватательный рефлекс (0–2 месяца)

У новорожденного и у ребенка на первом месяце жизни кисти сжаты в кулаки ввиду повышенного физиологического тонуса, поэтому он не может их самостоятельно разжать.

За счет хватательного рефлекса, при вложении предмета в ладонь ребенка, его пальцы рефлекторно сжимаются.

Уже на 2-м месяце физиологический гипертонус снижается, кисти начинают раскрываться, и рефлекс постепенно угасает.

Далее все действия по захвату предметов у детей происходят осознанно, а не рефлекторно.

Локтево-ладонный или крупный ладонный захват (3–5 месяцев)

С возраста 3-х месяцев малыш уже удерживает вложенную в ладонь игрушку при помощи мизинца, безымянного и среднего пальцев.

На 4-м месяце объем движений в руке возрастает: ребенок подносит руки к лицу, рассматривает и вкладывает их в рот, потирает руку о руку, трогает одной рукой другую. Он уже может случайно захватить игрушку, лежащую рядом, и также подносит ее к лицу, направляя ко рту. Таким образом, глазами, руками и ртом он исследует игрушку.

Пример локтево-ладонного захвата



На 5-м месяце ребенок может произвольно взять предмет, лежащий рядом. При этом он вытягивает обе руки и касается его. Захват предме-

Пример крупного ладонного захвата



тов сопровождается все еще множеством лишних движений, по-прежнему отсутствует четкая координация.

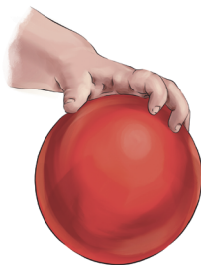
Радиально-ладонный захват (6–7 месяцев)

Точность захвата предмета совершенствуется после 6 месяцев. Ребенок берет игрушки ладонью, но удерживает ее большим, указательным и средним пальцами. Захватывает игрушку с любой стороны, хлопает по ней ладонью. Может переложить предмет из одной руки в другую. Удерживает бутылочку обеими руками.



Загребаящий захват (8 месяцев)

Ребенок использует грабельный тип захватывания предметов, который помогает притягивать к себе и удерживать их, благодаря разгибанию и сгибанию пальцев.



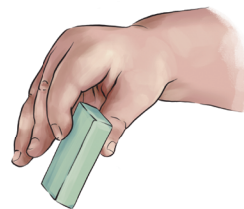
Между 8–10 месяцами ребенок начинает совершенствовать хват пальцами. Сначала это пинцетный захват тремя или четырьмя вытянутыми пальцами, когда предметы берутся по типу пинцета.

Малыши в таком возрасте хлопают в ладоши — играют в «ладушки», машут ручкой «пока-пока»; умело берут мелкие предметы, которые

уже находятся не внутри ладони. Ребенок держит предмет пока не кончиками, а подушечками пальцев.

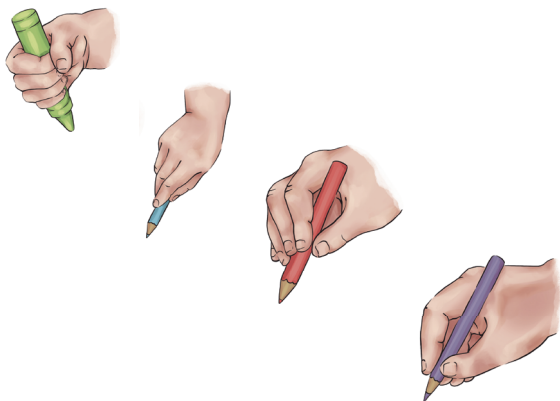
Щипающий захват (11–12 месяцев)

В возрасте 11–12 месяцев ребенок начинает держать предмет с помощью большого и указательного пальцев. После года мелкая моторика совершенствуется, благодаря тому, что дети продолжают активно изучать все доступные предметы с помощью рук.



На примере удержания карандаша можно отследить динамику захвата. Вначале дети держат

карандаш достаточно высоко, но по мере развития движение опускается вниз и карандаш начинает удерживаться низко с помощью большого, указательного и среднего пальцев. Большой палец должен быть в состоянии дотрагиваться до кончиков каждого из остальных пальцев.



Верхний захват (1–1,5 года)

Верхний захват (1–1,5 года), при котором ребенок берет карандаш сверху, тыльной стороной кисти вверх.

Перекрестный захват (2 года)

Перекрестный захват (2 года), когда ребенок держит карандаш крест-накрест, при этом ладонь и большой палец направлены вниз.

Захват щетки (3–4 года)

Захват щетки (3–4 года) или верхний захват пальцами, когда ребенок пользуется исключительно пальцами для удержания карандаша. При рисовании уже начинается движение в запястье.

Захват, использующий сгиб между большим и указательным пальцами и противостояние большого пальца (4–6 лет)

Скоординированные движения обеими руками закрепляются в районе 5–6 лет, т.е. именно к этому возрасту формируется полноценная (как у взрослого) мелкая моторика рук.

ОЦЕНКА РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК

Уровень развития мелкой моторики определяется скоординированностью, точностью, ловкостью, быстротой, плавностью выполнения, темпом движения рук. Чем более точны и целенаправлены движения пальцами, тем выше уровень развития мелкой моторики. Для оценки уровня развития мелкой моторики можно использовать ряд упражнений:

- статическая функция, при которой, например, оценивается способность удержания пальцев в определенном положении при счете до 10;
- динамическая функция, при которой, например, оценивается способность вырезать ножницами и раскрашивать рисунок;
- тактильная функция, при которой оценивается способность определять методом ощупывания форму предмета, материал, из которого он сделан: металл, стекло, пластмасса, дерево;
- сила мышц кисти, которую можно определить, когда ребенок сжимает двумя или одной руками ладони родителя;
- координация мелких движений рук, которая определяется, к примеру, вдеванием нити в бусину;
- функция щепоти руки, которая определяется тем, как ребенок держит карандаш, ручку, в какой руке, когда пишет; получается ли выполнить растирание комочка соли кончиками пальцев.

ЧТО ПОМОЖЕТ УЛУЧШИТЬ МЕЛКУЮ МОТОРИКУ

Стимулировать развитие мелкой моторики следует исходя из физиологических возрастных особенностей ребенка. Здесь фантазия может быть безграничной, главное условие — строгое соблюдение правил безопасности. Малыши до года активно задействуют тактильные ощущения, предпочитая знакомиться с предметами на ощупь. В связи с этим необходимо предоставлять ребенку как можно больше различных фактур и материалов. Начиная с возраста 4 месяцев малыш уже осмысленно тянется к новым игрушкам — таким образом у него формируется координация между зрительной функцией и моторикой. Со временем он учится сравнивать различные предметы, оценивать расстояние до них и выбирать наиболее удобный способ их взять. В это время ребенку отлично подходят игрушки, подвешенные над кроваткой или манежем на различном уровне.

Для игр можно использовать мешочки из любых тканей (махровой, хлопчатобумажной, шер-

стяной, холщевой) и набивать их разными природными наполнителями — фасолью, крупами, солью, небольшими камешками. Мешочки нужно повесить над манежем так, чтобы кроха мог с комфортом изучать незнакомые ему текстуры.

После полугода ребенок становится более сильным и ловким, способен легче удерживать предметы, стараясь задействовать в работе не только ладони, но и пальцы.

При покупке игрушек для ребенка в возрасте от 6 месяцев лучше выбирать конструкторы с большим количеством различных деталей — кубиков, шариков, пирамидок и т. п. Они прекрасно подойдут для улучшения моторики детей, тренируя их способность брать в руки предметы разных форм и размеров.

Позже очередным этапом развития мелкой моторики станет умение пользоваться ложкой

и кушать самостоятельно. Некоторые дети обучаются этому навыку уже к 10 месяцам. В этот период дети осваивают новую важную двигательную функцию — умение противопоставлять большой палец остальным.

Самая простая игра в ладошки полезна тем, что учит детей полностью выпрямлять пальцы и хлопать в ладоши, а также мягко массировать поверхность рук.

Дети любят игры с прищепками, скрепками, нитками, пуговицами, шнуровкой, пластмассовыми болтами. Также отлично подойдут игры с детскими наборами игрушечной посуды.

Мальши обожают перебирать маленькие предметы, поэтому им непременно понравится играть с бусами, особенно ярких цветов и разных размеров.

ВНИМАНИЕ!

Бусины и другие мелкие предметы должны быть скреплены нитью, чтобы ребенок не оторвал их!

Не стоит забывать про игры с песком даже в домашних условиях, при этом можно взять своей рукой пальчик ребенка и рисовать простейшие фигуры на подносе с песком — отрезки, овалы, квадраты, солнышко, облака и др. В последующем он будет делать это самостоятельно.

ВНИМАНИЕ!

Следите, чтобы ребенок не трогал лицо руками!

Песок перед использованием необходимо промыть или использовать специальный кинетический (из магазина).



Многие малыши обожают раскручивать и закручивать крышечки разных банок, бутылок и пузырьков.

ВНИМАНИЕ!

Следите, чтобы емкости были чистые, без трещин и сколов!

Все эти развивающие приспособления можно сделать самостоятельно или купить уже готовые бизиборды.

Также для игр прекрасно подойдут любые крупы, которые малыш будет перебирать руками и просыпать сквозь пальцы. Это отличное занятие для мелкой моторики и тактильных ощущений.

ВНИМАНИЕ!

Следите, чтобы ребенок не подавился или не отправил крупу в нос или в рот!

Одно из самых любимых занятий многих малышей — это рисование. В качестве инструмента для первых опытов рисования карандашами по-

дойдут безопасные восковые мелки, с помощью которых можно проводить линии разной толщины и рисовать боковой поверхностью. Чтобы уберечь стены от следов творчества, нужно обеспечить ребенка необходимым пространством для рисования: например, предложить ему лист ватмана, разложенный на полу. Организуйте рисование пальчиковыми или обычными красками в ванной, совместив его с купанием. Рисовать можно на кафельной стене или другой подходящей поверхности, не боясь запачкаться. Мелки и карандаши лучше покупать толстые, диаметром около 1,5 см, — малышу будет намного удобнее их держать, а значит, он охотнее будет ими пользоваться.

Для ребенка будут также интересны игры с большими игрушками — попросите с закрытыми глазами определить, что перед ним находится, какого размера, найти отдельные детали (нос, уши, лапы).

ВНИМАНИЕ!

Не используйте мягкие игрушки при склонности к аллергии!

В 2–3 года малыш уже способен справиться с застежками-липучками, застегиванием и расстегиванием крупных пуговиц, проталкиванием предметов (формы, звери) в отверстия-силуэты, со строительством башни из кубиков, использованием безопасных детских ножниц и др.



Одно из самых важных упражнений для детских пальцев — лепка. Даже обычное разминание пластилина или теста хорошо развивает сенсомоторику ребенка. Чтобы наглядно показать малышу возможности пластилина, можно скатать несколько небольших шариков разного цвета и предложить

ему расплющить один из них ладошкой — получится лепешка. Вторым шариком ребенок должен будет покатавать по столу так, чтобы получилась колбаска. Следующие порции шариков можно предоставить ребенку на самостоятельное творчество.

ВНИМАНИЕ!

Материал для лепки должен быть безопасным и достаточно податливым, чтобы малыш мог его размять. Занятия должны проходить под присмотром и при участии взрослых!

Конструктор — еще одна универсальная игра, интересная ребенку любого возраста. Возводить постройки можно как по образцу, так и в свободной форме при разыгравшейся фантазии.

ВНИМАНИЕ!

Качество материала конструктора и размер деталей должны соответствовать возрасту ребенка!

Чем разнообразнее игры и занятия ребенка, тем более разносторонним будет развитие его кистей и пальчиков. Не обязательно покупать ему большое количество игрушек, — в любом доме легко найдется множество подходящих для этой цели предметов.

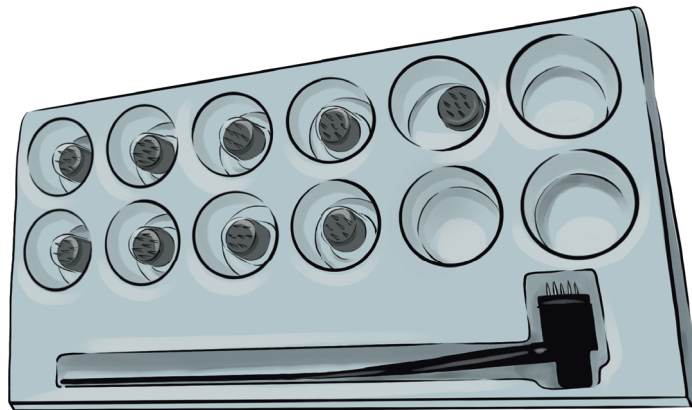
Важно соблюдать регулярность и систематичность занятий. Ежедневные развивающие упражнения помогут ребенку улучшить свои способности и выполнять мелкие движения более точно и скоординированно. Важно обращать внимание на то, что у малыша получается выполнение упражнений, необходимо хвалить его за это, таким образом сохранять и поддерживать позитивный настрой. Нужно не только освоить, но и закрепить полученный навык.

Хорошее настроение и усвоение одной задачи позволит ребенку перейти на следующий уровень, сохранив уверенность в себе.



ФИЗИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

В предыдущем разделе мы осветили методы тренировки мелкой моторики рук, которые могут быть использованы при помощи простейших подручных средств. Также для достижения результата (особенно при наличии проблем, связанных с нарушением мелкой моторики) могут быть использованы как древние, так и новейшие техники и методы. Часть из них используется в условиях лечебных или образовательных учреждений.



Су-Джок-терапия

Одно из направлений акупунктуры, методика которой основана на воздействии на определенные биологически активные точки на кистях и стопах человека.

Главными достоинствами Су-Джок-терапии являются:

- применение с рождения;
- высокая эффективность: при правильном применении постепенно достигается выраженный эффект;
- абсолютная безопасность;
- универсальность: Су-Джок-терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях;
- простота применения: для получения результата можно проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью шариков Су-Джок, они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат;
- общеукрепляющее и гармонизирующее действие на здоровье ребенка в целом.

У детей применяют шарики, мячики, металлические кольца для пальцев и кисти, массажные коврики. Этими предметами возможно промассировать каждый палец со всех сторон.

В домашних условиях, например, применяйте прокатывание карандаша (или шишки) между двумя ладонями от кончиков пальцев до запястья, сначала медленно, потом ускоряясь. Можно нажимать на карандаш поочередно кончиками разных пальцев. Важно уделить внимание подушечкам больших пальцев, на которых спроецированы зоны мозга.



Биологическая обратная связь (БОС-терапия)

*При наведении
камеры смартфона
на QR-код откроется
видео проведения
процедуры.*



Существуют определенные компьютеризированные системы, предназначенные для оценки, развития и восстановления чувствительных, двигательных функций кисти и пальцев, улучшения речи, когнитивных функций (памяти, внимания, мышления). К подобным системам относятся, например, «Hand Tutor», «Anika» и др. Эта технология применяется при таких заболеваниях, как ДЦП, последствия инсульта, рассеянный склероз, болезнь Паркинсона, периферические neuropatii, последствия черепно-мозговых травм, при ортопедических заболеваниях, в том числе в послеоперационный период.

Технология восстановления функциональных двигательных навыков происходит за счет активных (производимых самим пациентом) повторяющихся упражнений в сочетании с расширенной обратной связью, отображающей состояние контролируемой функции на экране при помощи компьютерных игр.



Тренировка и восстановление двигательных навыков выполняется в игровой форме с активным участием самого ребенка. Перед ним ставится определенная по сложности игровая задача (по силе, выносливости, скорости движений и др.), которую нужно выполнить.

Для этой цели ребенок совершает необходимые действия кистью и пальцами рук при помощи перчатки со встроенными оптическими датчиками для регистрации движений запястья и пальцев.

Информация передается в компьютер, где при помощи специального программного обеспечения оценивается правильность выполнения задания. В зависимости от возможностей ребенка каждый раз формируется новое задание. Возможность увидеть, насколько правильно ты выполняешь упражнение в процессе интересной игры, — значительно повышает интерес и желание к полному восстановлению.

Метод чрескожной электронейростимуляции (ЧЭНС-терапия)*

*При наведении
камеры смартфона
на QR-код откроется
видео проведения
процедуры.*



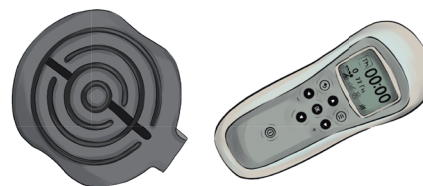
Это метод немедикаментозного лечения, основанный на воздействии на рефлексогенные зоны и акупунктурные точки короткими импульсами тока, постоянно реагирующими трансформацией своей формы на изменение сопротивления кожи в зоне под электродом.

Данный метод применим у детей с периода новорожденности.

Электростимулятор содержит встроенный электрод и разъем для подключения выносных

электродов. На корпусе аппарата расположен дисплей, клавиатура для регулировки режима работы, мощности стимуляции и времени процедуры.

В основе лечебного действия ЧЭНС лежат многоуровневые рефлекторные и нейрохимические реакции, запускающие в организме каскад компенсаторных реакций.



Методика проведения

Положение — лежа или сидя. Проводится ЧЭНС-терапия с частотой 77 Гц на ладони лабильно или стабильно, начиная с 30 сек на область. Также проводят процедуру стимуляции на мышцы речевого аппарата лабильно плавными движениями до 15 мин в зависимости от возраста ребенка.

*Регистрационное удостоверение № ФСР 2010/07915

Особенности метода

- Форма электрического сигнала напоминает физиологический (естественный для организма) нейроимпульс;
- наличие динамически изменяющейся формы импульсов позволяет возбуждать как чувствительные, так и двигательные нервные волокна, что приводит не только к симптоматическому эффекту, но и улучшению гемодинамики, повышению уровня энергообмена нервной ткани, к централизации регуляторных механизмов гомеостаза. Организм пациентов переходит на более высокий уровень адаптации;
- активируются нервные волокна различного диаметра, за счет чего происходит одновременное подавление эктопической активности и активизация антиноцицептивной системы (внутренняя система, отвечающая за регуляцию боли), в результате достигается стойкий анальгетический эффект в отношении любого болевого синдрома;
- практически исключает проблему аккомодации (привыкания) возбудимых тканей к импульсному воздействию;
- наличие эффективной биологической обратной связи по изменению кожного сопротивления: аппарат сам находит необходимые эффективные зоны воздействия.

ЭПС-терапия*

*При наведении
камеры смартфона
на QR-код откроется
видео проведения
процедуры.*



Массажный комплекс с эластичным псевдокипящим слоем (ЭПС).

Этот метод предназначен для восстановительной терапии посредством массирующего воздействия, в частности, на ладони и подошвы у детей с 3-летнего возраста.

Основным элементом является модуль, работающий на базе микроэлектродвигателя, который приводит в движение до 200 шариков под мембраной. На наружной поверхности удары шариков

по мембране заметны в виде бугорков, которые появляются и исчезают (эффект псевдокипения). Этот процесс сопровождается умеренным выделением тепла. При помощи пульта настраиваются интенсивность массажного воздействия и продолжительность процедуры.

В основе механизма терапии ЭПС лежат рефлекторные процессы, начальным звеном которых является раздражение механорецепторов, болевых и температурных рецепторов кожи, мышц и связочного аппарата, результатом чего являются импульсы, поступающие в центральную нервную систему.

Методика проведения

Положение — сидя. Проводить ЭПС-терапию кистей в течение 1–5 мин (в зависимости от возраста ребенка), постепенно увеличивая интенсивность от минимальной до средней, а к концу процедуры плавно снижая. Курс из 10 процедур проводится ежедневно или через день.

* Регистрационное удостоверение №ФСР 2010/07915.

Проведенные исследования выявили, что у 66% детей сократился период засыпания, улучшился сон, уменьшилась возбудимость, повысилась умственная и физическая работоспособность, улучшилась церебральная гемодинамика.



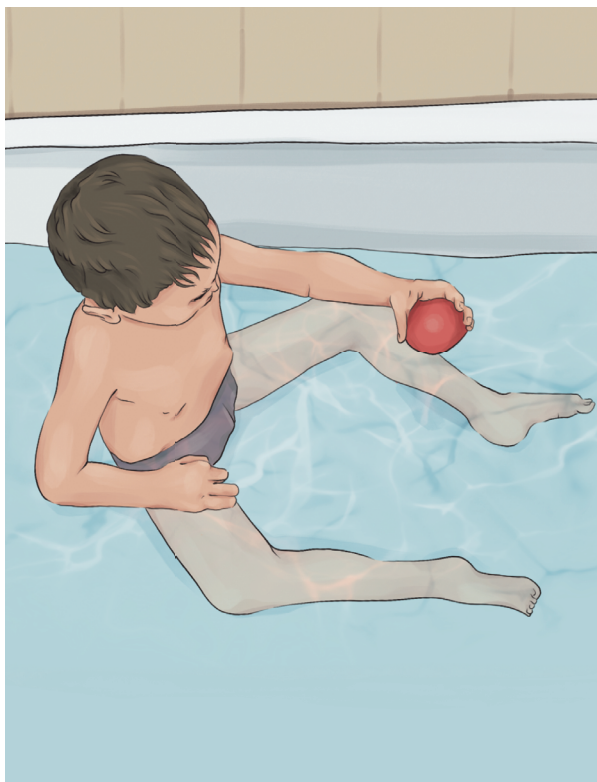
Ванны (жемчужно-пузырьковые, солевые) общие, ручные и ножные

При наведении камеры смартфона на QR-код откроется видео проведения процедуры.



Водолечение — один из самых физиологичных для детского организма и потому широко используемый в педиатрической практике метод. Основными задачами его использования у детей являются повышение защитных сил организма, положительное влияние на состояние органов дыхания, функциональное состояние центральной и вегетативной нервной систем.

Пузырьковый массаж (жемчужные ванны), проводимый в специальных камерных (ручных или ножных) ваннах, повышает эффективность



воздействия пресной воды, в том числе способствует улучшению моторики рук. В настоящее время доказана эффективность и безопасность применения жемчужных ванн у детей с 6-месячного возраста.

При проведении жемчужных ванн происходит дополнительное раздражение кожных рецепторов пузырьками воздуха. Современные системы для проведения жемчужных ванн имеют программируемое сенсорное управление и несколько уровней интенсивности массажа.

Актуальным является возможность применения метода в детской практике при сопутствующей хронической патологии вследствие минимального спектра противопоказаний. Более того, жемчужные ванны являются методом выбора в коррекции симптомов детского церебрального паралича, последствий травм и болезней опорно-двигательного аппарата.

По данным исследований, жемчужные ванны в составе комплексной реабилитации способствуют коррекции нарушений восстановительного периода перинатальных поражений ЦНС, достоверно снижая гипертоническую возбудимость.

Ванны проводятся детям в период отсутствия симптомов острой респираторной инфекции, при общем удовлетворительном состоянии.

Методика проведения

Общие ванны проводятся лежа или сидя при температуре воды 37–38° С, их продолжительность у детей составляет 8–12–15 мин в зависимости от возраста. На один курс назначают 10–12 ванн, проводимых ежедневно или через день.

Местные жемчужные ручные и ножные ванны проводятся сидя на стуле при температуре воды 36–38°. Ребенок опускает руки и ноги в ванну на 8–10 мин. Повторный курс проводится с интервалом в 1 месяц.

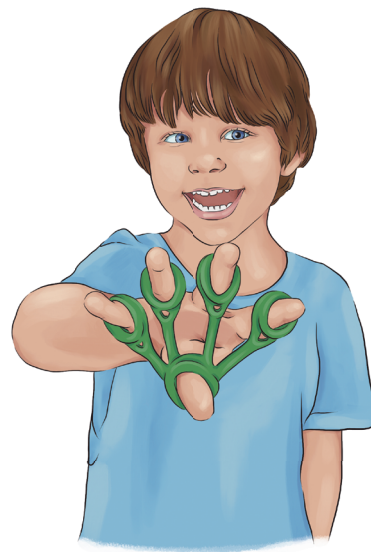
Пузырьковые ванны проводят детям с возраста шесть месяцев.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие мелкой моторики начинается с первых месяцев жизни. Каждый новый предмет ребенок стремится потрогать, подвигать, попробовать на вкус. Эти действия заложены самой природой. Взрослым нужно только помочь маленькому человеку получить больше информации из окружающего мира, научить ребенка правильно двигаться, развивать речь, от этого зависит интеллектуальное и творческое развитие личности.

Родители должны сделать все необходимое, чтобы ребенок смог полностью раскрыть свой потенциал и в будущем стал успешным человеком.



ДЛЯ ЗАМЕТОК



ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский
центр здоровья детей» Минздрава России

ИНФОРМАЦИОННЫЕ МАТЕРИАЛЫ

О. М. Конова, А. М. Вегера, Т. Г. Петельгузова

Методы для улучшения мелкой моторики рук

Советы родителям

Выпускающий редактор У. Г. Пугачева
Корректор К. С. Семенюк
Верстка Е. В. Зиновьева

Подписано в печать 26.04.2022
Формат 70x100 / 16. Усл. печ. л. 1,3.
Тираж 500 экз. Заказ 220019
Отпечатано ООО «Полиграфист и издатель»
119501, г. Москва, ул. Веерная, 22-3-48

Москва, 2022