**Мелкая моторика** — это совокупность скоординированных действий человека, направленных на выполнение точных мелких движений кистями и пальцами рук и ног.

К области мелкой моторики относится большое количество разнообразных движений: от примитивных жестов (захват объектов) до очень мелких движений, от которых, например, зависит почерк человека.

Достигается скоординированным функционированием нервной, мышечной и костной, а также, зрительной системы.

**Мелкая моторика тесно связана с речевым развитием**. Чёткие движения пальцев стимулируют активность речевого центра, способствуют улучшению артикуляции и увеличению словарного запаса.

**Так же способствует формированию когнитивных способностей**. Работа с мелкими предметами развивает тактильную чувствительность, пространственное восприятие, концентрацию внимания и логическое мышление.

Для развития мелкой моторики у детей используют, например:

* **Пальчиковые игры** — повторяющиеся движения, сжатия, разжимания и переплетения пальцев улучшают координацию и точность движений.
* **Игры с мелкими предметами** —мозаика, конструкторы, бусины, шнуровки, пазлы.
* **Лепка из пластилина, песка, теста или глины** — удерживание, лепка, вытягивание, сжатие и формирование из пластилина или глины требуют точных движений пальцев и кистей.
* **Рисование** — развивает контроль над движениями руки и пальцев, учит точности и готовит к письму.
* **Оригами и аппликации** — складывание бумаги в оригами и вырезание, наклеивание элементов в аппликациях требуют аккуратности и точности.