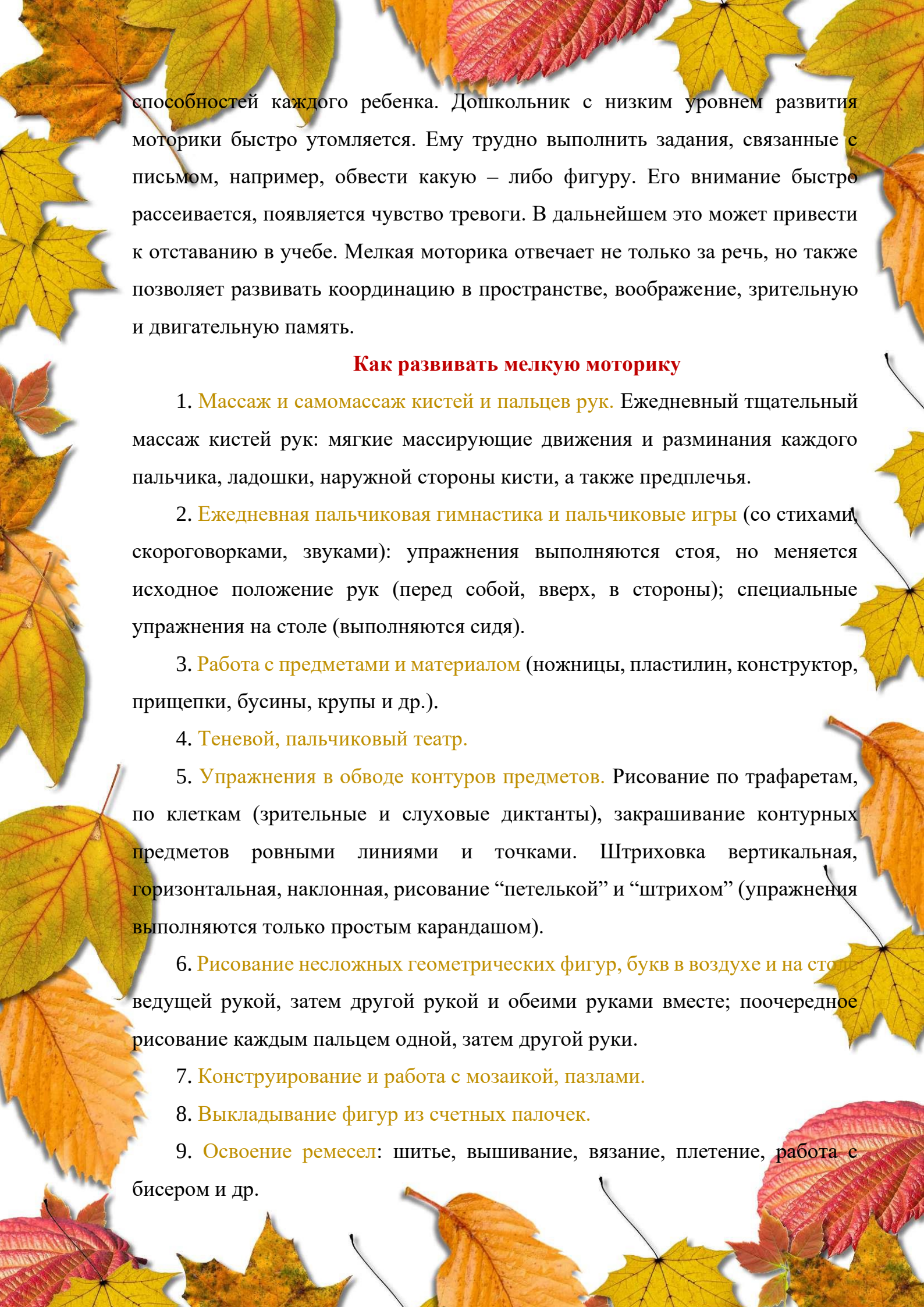


Развиваем мелкую моторику пальцев рук

Моторика – совокупность двигательных реакций (общая моторика, мелкая моторика кистей и пальцев рук, артикуляторная моторика). «Рука является вышедшим наружу головным мозгом», это высказывание Иммануила Канта прозвучало еще задолго до того, как была доказана физиологическая значимость развития тонкой моторики. Человек – универсальное «мыслящее тело», классический пример этой универсальности – движущая рука человека (Э.В. Ильенков). Наибольшее воздействие импульсации от мышц рук на развитие коры головного мозга происходит только в детском возрасте, пока идет формирование моторной области.

Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д. Работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики (пальчиковая гимнастика), воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

Прежде чем приступать к работе по коррекции звукопроизношения у детей дошкольного возраста, необходимо изучить их личностные качества и учитывать то обстоятельство, что у некоторых из них помимо недостатков развития речи встречаются сопутствующие отклонения в нервно-психологической сфере (повышенная возбудимость, расторможенность, расстройство внимания, неспособность к волевым усилиям). Поэтому в повседневную работу с детьми целесообразно включать игры и задания для развития общей и специальной моторики с учетом индивидуальных



способностей каждого ребенка. Дошкольник с низким уровнем развития моторики быстро утомляется. Ему трудно выполнить задания, связанные с письмом, например, обвести какую – либо фигуру. Его внимание быстро рассеивается, появляется чувство тревоги. В дальнейшем это может привести к отставанию в учебе. Мелкая моторика отвечает не только за речь, но также позволяет развивать координацию в пространстве, воображение, зрительную и двигательную память.

Как развивать мелкую моторику

1. **Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук.** Ежедневный тщательный массаж кистей рук: мягкие массирующие движения и разминания каждого пальчика, ладонки, наружной стороны кисти, а также предплечья.

2. **Ежедневная пальчиковая гимнастика и пальчиковые игры** (со стихами, скороговорками, звуками): упражнения выполняются стоя, но меняется исходное положение рук (перед собой, вверх, в стороны); специальные упражнения на столе (выполняются сидя).

3. **Работа с предметами и материалом** (ножницы, пластилин, конструктор, прищепки, бусины, крупы и др.).

4. **Теневой, пальчиковый театр.**

5. **Упражнения в обводе контуров предметов.** Рисование по трафаретам, по клеткам (зрительные и слуховые диктанты), закрашивание контурных предметов ровными линиями и точками. Штриховка вертикальная, горизонтальная, наклонная, рисование “петелькой” и “штрихом” (упражнения выполняются только простым карандашом).

6. **Рисование несложных геометрических фигур, букв в воздухе и на столе** ведущей рукой, затем другой рукой и обеими руками вместе; поочередное рисование каждым пальцем одной, затем другой руки.

7. **Конструирование и работа с мозаикой, пазлами.**

8. **Выкладывание фигур из счетных палочек.**

9. **Освоение ремесел:** шитье, вышивание, вязание, плетение, работа с бисером и др.

Упражнения для развития тактильной чувствительности и сложнокоординированных движений пальцев и кистей рук

1. Ребенок опускает кисти рук в сосуд, заполненный каким-либо однородным наполнителем (вода, песок, различные крупы, дробинки, любые мелкие предметы). 5 - 10 минут как бы перемешивает содержимое. Затем ему предлагается сосуд с другой фактурой наполнителя. После нескольких проб ребенок с закрытыми глазами опускает руку в предложенный сосуд и старается отгадать его содержимое, не ощупывая пальцами его отдельные элементы.

2. Оpozнание предмета на ощупь поочередно правой и левой рукой. Более сложный вариант - ребенок одной рукой ощупывает предложенный предмет, а другой рукой (с открытыми глазами) его зарисовывает.

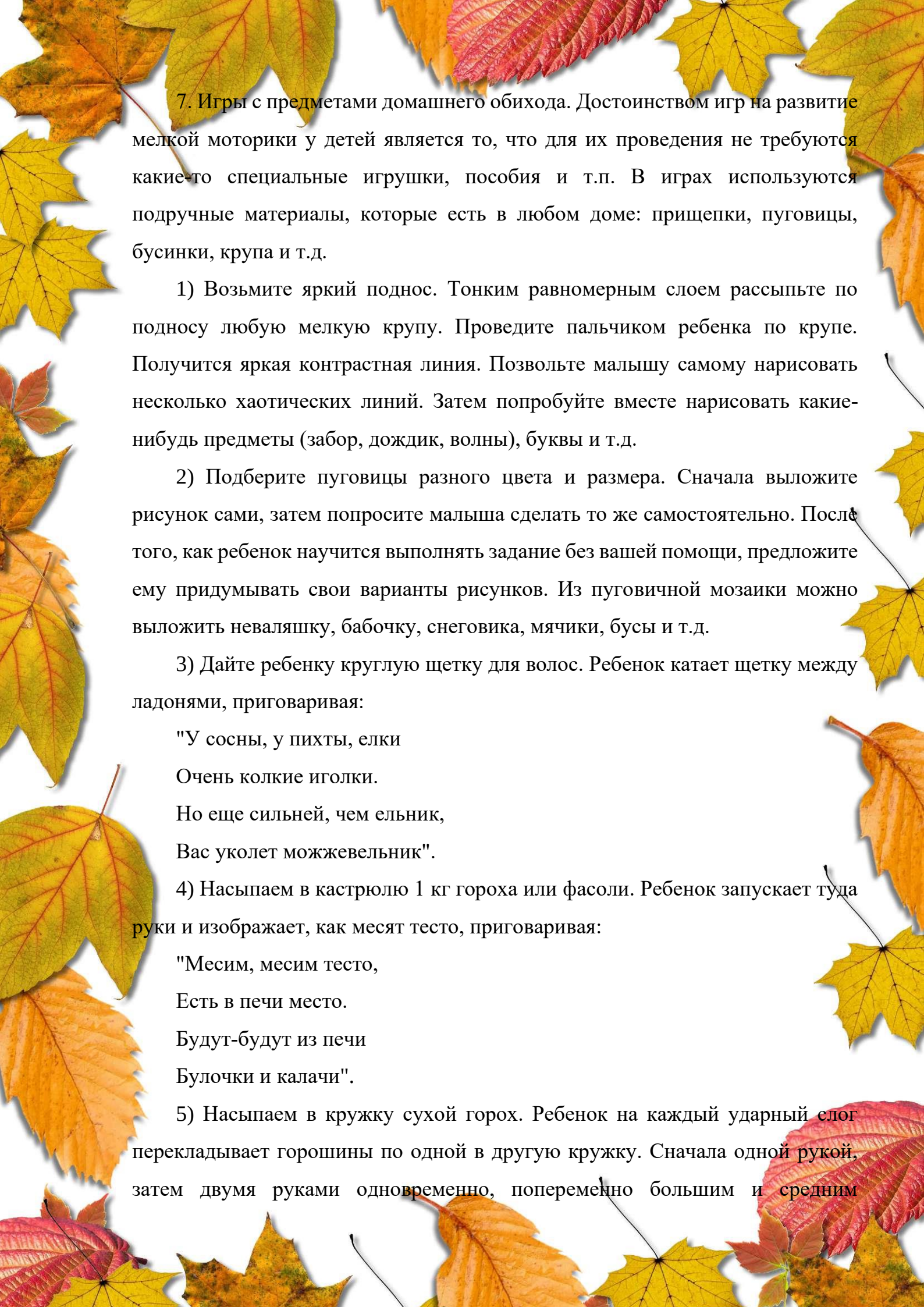
3. Лепка из пластилина различных фигур (предметы, геометрические фигуры). Затем опознание слепленных фигур закрытыми глазами.

4. Перекатывание карандаша между пальцами (от большого к мизинцу и обратно, поочередно каждой рукой).

5. Игра "Повтори движение" (вариант игры Б. П. Никитина "Обезьянки")
Взрослый, садясь напротив ребенка, делает пальцами своей руки какую-либо "фигуру" (какие-то пальцы согнуты, какие-то выпрямлены - любая комбинация). Ребенок должен точно в такое же положение привести пальцы своей руки - повторить "фигуру". Задание здесь усложняется тем, что ему еще необходимо зеркально отразить (ведь взрослый сидит напротив).

Если данное задание вызывает у ребенка сложности, то сначала можно потренироваться, проводя упражнение, сидя рядом (а не напротив ребенка). Так ему будет легче копировать положение пальцев руки.

6. Игры с рисованием. Если у ребенка плохо развита мелкая моторика и ему трудно обучаться письму - то можно поиграть в игры с рисованием. Ребёнку предлагается обводить наперегонки квадратики или кружочки, продвигаться по нарисованному заранее лабиринту (наиболее интересно, когда ребенок рисует лабиринт для родителя, а родитель - для ребенка).



7. Игры с предметами домашнего обихода. Достоинством игр на развитие мелкой моторики у детей является то, что для их проведения не требуются какие-то специальные игрушки, пособия и т.п. В играх используются подручные материалы, которые есть в любом доме: прищепки, пуговицы, бусинки, крупа и т.д.

1) Возьмите яркий поднос. Тонким равномерным слоем рассыпьте по подносу любую мелкую крупу. Проведите пальчиком ребенка по крупе. Получится яркая контрастная линия. Позвольте малышу самому нарисовать несколько хаотических линий. Затем попробуйте вместе нарисовать какие-нибудь предметы (забор, дождик, волны), буквы и т.д.

2) Подберите пуговицы разного цвета и размера. Сначала выложите рисунок сами, затем попросите малыша сделать то же самостоятельно. После того, как ребенок научится выполнять задание без вашей помощи, предложите ему придумывать свои варианты рисунков. Из пуговичной мозаики можно выложить неваляшку, бабочку, снеговика, мячики, бусы и т.д.

3) Дайте ребенку круглую щетку для волос. Ребенок катает щетку между ладонями, приговаривая:

"У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки.

Но еще сильнее, чем ельник,

Вас уколёт можжевельник".

4) Насыпаем в кастрюлю 1 кг гороха или фасоли. Ребенок запускает туда руки и изображает, как месит тесто, приговаривая:

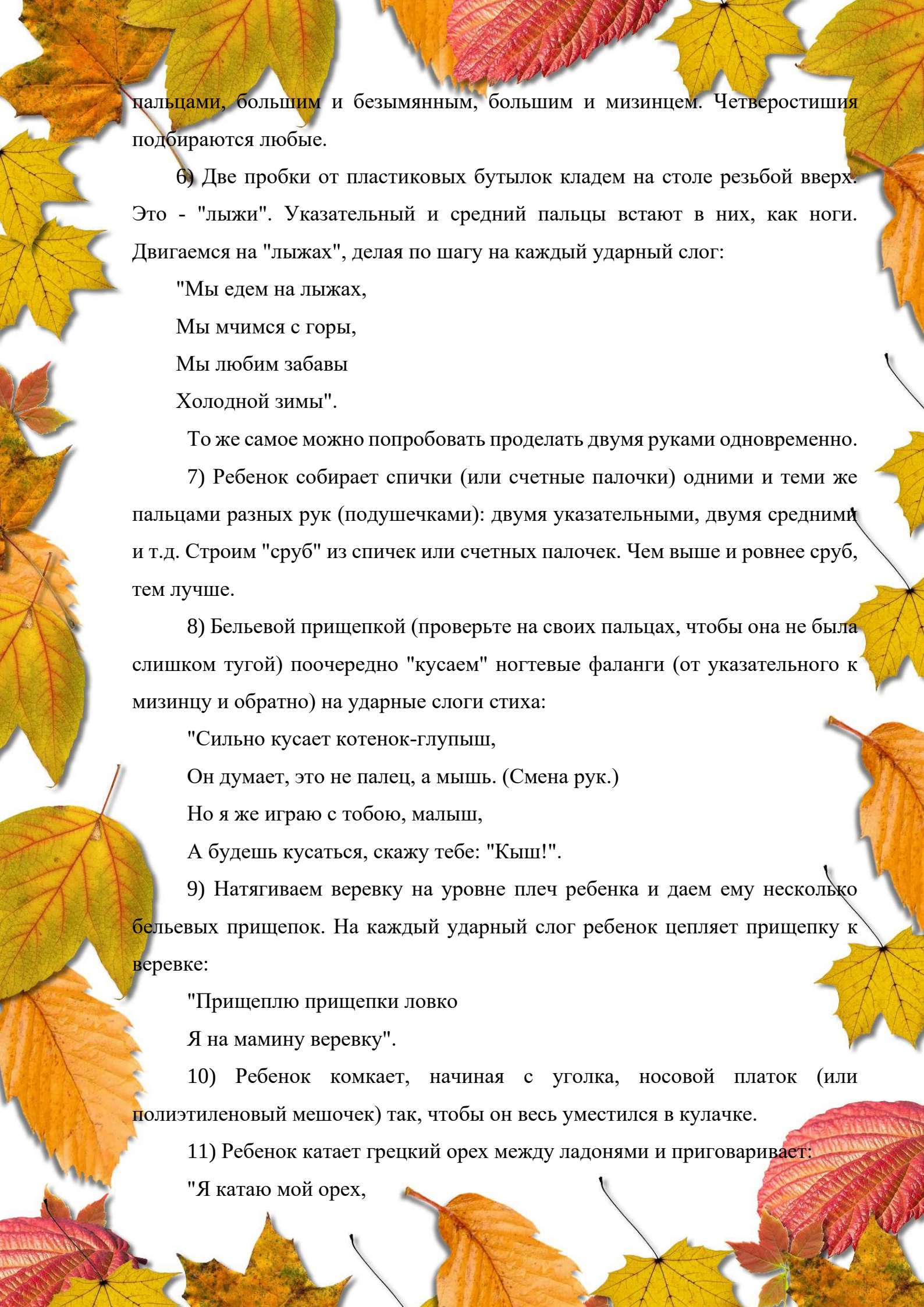
"Месим, месим тесто,

Есть в печи место.

Будут-будут из печи

Булочки и калачи".

5) Насыпаем в кружку сухой горох. Ребенок на каждый ударный слог перекладывает горошины по одной в другую кружку. Сначала одной рукой, затем двумя руками одновременно, попеременно большим и средним



пальцами, большим и безымянным, большим и мизинцем. Четверостишия подбираются любые.

6) Две 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".

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно.

7) Ребенок собирает спички (или счетные палочки) одними и теми же пальцами разных рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д. Строим "сруб" из спичек или счетных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.

8) Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) 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!".

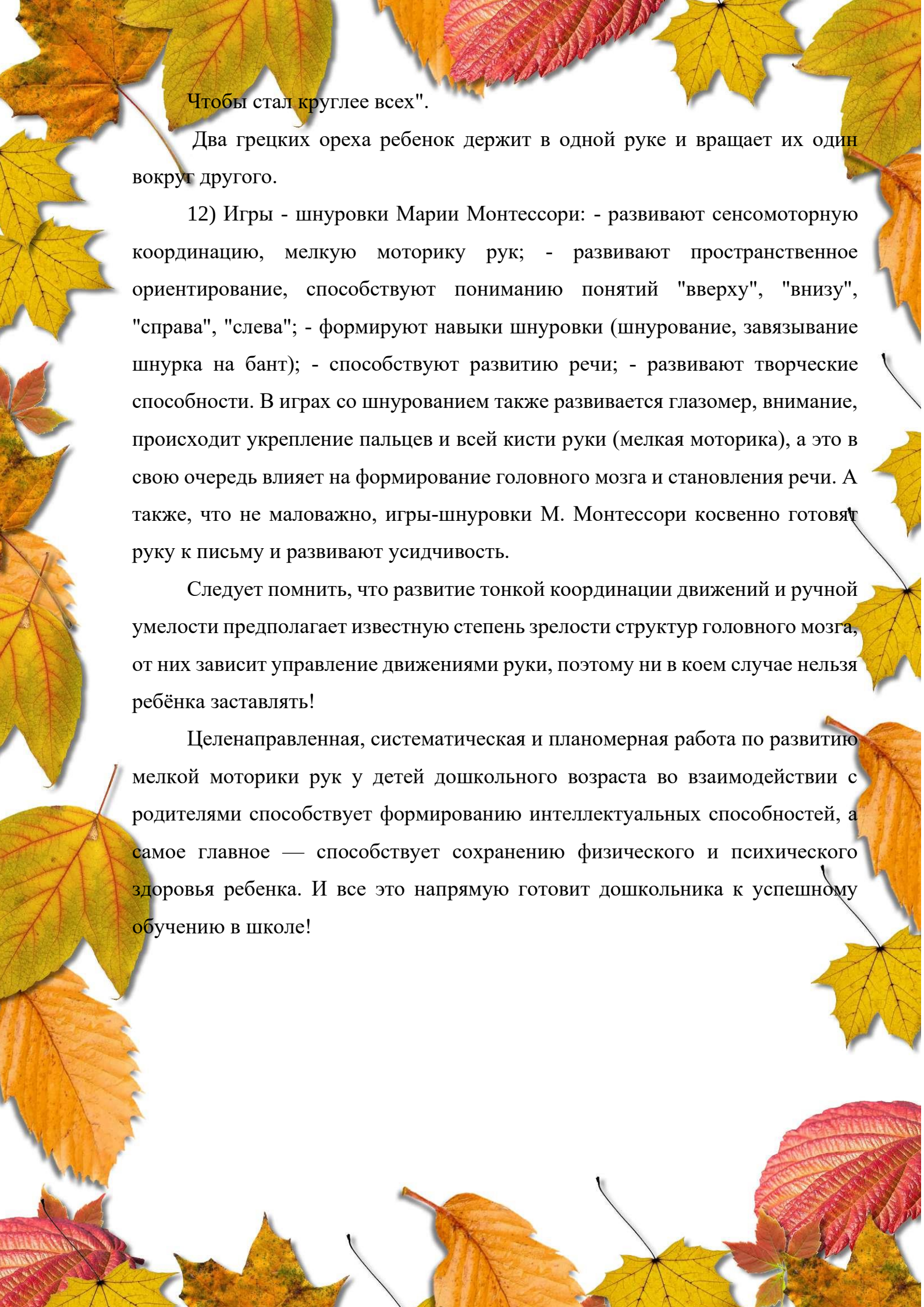
9) Натягиваем веревку на уровне плеч ребенка и даем ему несколько бельевых прищепок. На каждый ударный слог ребенок цепляет прищепку к веревке:

"Прищеплю прищепки ловко
Я на мамину веревку".

10) Ребенок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый мешочек) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

11) Ребенок катает грецкий орех между ладонями и приговаривает:

"Я катаю мой орех,



Чтобы стал круглее всех".

Два грецких ореха ребенок держит в одной руке и вращает их один вокруг другого.

12) Игры - шнуровки Марии Монтессори: - развивают сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук; - развивают пространственное ориентирование, способствуют пониманию понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева"; - формируют навыки шнуровки (шнурование, завязывание шнурка на бант); - способствуют развитию речи; - развивают творческие способности. В играх со шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика), а это в свою очередь влияет на формирование головного мозга и становления речи. А также, что не маловажно, игры-шнуровки М. Монтессори косвенно готовят руку к письму и развивают усидчивость.

Следует помнить, что развитие тонкой координации движений и ручной умелости предполагает известную степень зрелости структур головного мозга, от них зависит управление движениями руки, поэтому ни в коем случае нельзя ребёнка заставлять!

Целенаправленная, систематическая и планомерная работа по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста во взаимодействии с родителями способствует формированию интеллектуальных способностей, а самое главное — способствует сохранению физического и психического здоровья ребенка. И все это напрямую готовит дошкольника к успешному обучению в школе!