

РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ МОТОРИКИ

В младшем школьном возрасте продолжается интенсивный процесс развития двигательных функций ребенка. Наиболее важный прирост по многим показателям моторного развития (мышечной выносливости, пространственной ориентации движений, зрительно-двигательной координации) отмечается именно в возрасте 7-11 лет.

В этот период наблюдается ярко выраженный психомоторный прогресс. Начинают вступать в строй высшие корковые уровни организации движений, что обеспечивает прогрессивное развитие точных и силовых движений, а также создает необходимые условия для освоения все большего числа двигательных навыков и предметных ручных манипуляций. По этой же причине у детей заметно возрастает ловкость в метании, лазании, легкоатлетических и спортивных движениях.

Развитие моторики играет важную роль в овладении учебными навыками, прежде всего письмом. Последнее является сложнейшим психомоторным навыком, успешное становление которого опирается на согласованное взаимодействие всех уровней организации движений, как правило, уже достигших необходимого развития к началу младшего школьного возраста.

Однако практика показывает, что дети 6-7 лет нередко имеют неудовлетворительный уровень развития мелкой и крупной моторики. Они не способны проводить достаточно четкие и прямые линии при срисовывании образцов геометрических фигур, начертании печатных букв (так называемая "дрожащая линия"), не умеют точно вырезать по контуру фигуры из бумаги, у них плохая координация движений при беге, прыжках, общая двигательная неловкость и неуклюжесть.

Причины недостаточного развития моторики различны и многообразны. Но среди них можно выделить наиболее распространенные, отражающие общие условия развития и воспитания современных детей.

Прежде всего это *ослабленное здоровье и сниженные показатели общего физического развития*. По данным медиков, только 20-25% поступающих в школу детей можно отнести к группе полностью здоровых. Все чаще в анамнезе современных будущих первоклассников встречаются указания на неблагоприятные перинатальные факторы (перенесенные родовые травмы, асфиксия и пр.). Все это серьезно осложняет полноценное развитие двигательных функций в детском возрасте.

Наряду с физиологической недостаточностью отставания в развитии моторики объясняются и рядом *социальных факторов*. В частности, "домашние" дети, не посещавшие до школы детский сад, иногда имеют катастрофически низкий уровень сформированности навыков тонкой ручной моторики (рисование, вырезание из бумаги и пр.), поскольку родители не уделяли этому аспекту развития должного внимания. Неумение ребенка они, как правило, объясняют тем, что "ему не нравится раскрашивать книжки с картинками", "он не любит заштриховывать фигуры", и не считают нужным предложить ребенку более привлекательное занятие, также способствующее развитию ручной умелости.

Можно указать и еще одну очень важную причину, во многом объясняющую снижение уровня общего моторного развития детей. Она состоит в практически полной утрате *культуры детских дворовых игр*. Современные дошкольники и младшие школьники почти не играют в подвижные коллективные игры, которыми

был заполнен досуг их сверстников 20-30 лет назад. Между тем одно из предназначений этих игр как раз и состоит в совершенствовании двигательных навыков.

Из сказанного следует, что развитию моторики детей следует уделять специальное внимание. Необходимость в этом испытывают не только первоклассники, осваивающие сложный навык письма, но и все учащиеся начальных классов, а также дети других возрастных групп, поскольку, как отмечалось выше, развитие двигательной сферы выступает важным условием общего психического развития.

Упражнения и игры по развитию моторики должны быть самостоятельным разделом развивающих занятий, организуемых психологом; они могут быть рекомендованы учителям для включения в план уроков, а также родителям для дополнительных занятий с ребенком во внеурочное время.

Приведем некоторые виды таких занятий.

I. Упражнения для развития тонкой моторики руки и зрительно-двигательных координации.

1. Срисовывание графических образцов (геометрических фигур и узоров разной сложности).

2. Обведение по контуру геометрических фигур разной сложности с последовательным расширением радиуса обводки (по внешнему контуру) или его сужением (обводка по внутреннему контуру).

3. Вырезание по контуру фигур из бумаги (особенно вырезание плавное, без отрыва ножниц от бумаги).

4. Раскрашивание и штриховка (как отмечалось выше, этот наиболее известный прием совершенствования моторных навыков обычно не вызывает интереса у детей младшего школьного возраста и поэтому используется преимущественно только как учебное задание (на уроке). Однако, придав этому занятию соревновательный игровой мотив, можно с успехом применять его и во внеурочное время).

5. Различные виды изобразительной деятельности (рисование, лепка, аппликация и пр.).

6. Конструирование и работа с мозаикой.

7. Освоение ремесел (шитье, вышивание, вязание, плетение, работа с бисером и пр.).

II. Игры и упражнения для развития крупной моторики (силы, ловкости, координации движений).

1. Игры с мячом (самые разные).

2. Игры с резинкой.

3. Игры типа "Зеркало": зеркальное копирование поз и движений ведущего (роль ведущего может быть передана ребенку, который сам придумывает движения).

4. Игры типа "Тир": попадание в цель различными предметами (мячом, стрелами, кольцами и пр.).

5. Весь спектр спортивных игр и физических упражнений.

6. Занятия танцами. Аэробика.