

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: «Развитие мелкой моторики руки у детей»

Все мамы знают, что у детей нужно развивать мелкую моторику рук. Но не все знают, как правильно это делать, да и вообще что является мелкой моторикой и какие особенности она имеет?

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Относительно моторики кистей и пальцев рук часто применяют термин ловкость. Область мелкой моторики включает большое количество разнообразных движений: от простых жестов (например, захват игрушки) до очень сложных движений (например, писать и рисовать).

Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка.

У мелкой моторики есть очень важная особенность. Она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что развитие мелкой моторики и развитие речи очень тесно связаны. А объясняется это очень просто. В головном мозге речевой и моторный центры расположены очень близко друг к другу. Поэтому при стимуляции моторных навыков пальцев рук речевой центр начинает активизироваться.

Можно использовать любые традиционные формы работы для развития мелкой моторики: гимнастику и специальные игры для пальчиков; лепку, рисование, вырезание из бумаги и аппликацию; нанизывание бусинок, конструирование и др. Естественно, что при этом мы учитываем состояние ребенка и никогда не даем ему иглу или ножницы, если он расторможен, возбужден или агрессивен; не работаем с пластилином и красками, если ребенок все тянет в рот...

Мы должны помнить об условиях, которые необходимо выполнять, чтобы занятия были результативными:

- всегда сначала следует ориентироваться на интересы и пристрастия ребенка, пытаюсь обыграть, придать эмоциональный смысл тому, что мы делаем;
- по возможности надо использовать сюжетный комментарий, что помогает более длительное время удерживать внимание ребенка на задании;
- обязательно нужно эмоционально поощрять ребенка, говорить, что с

каждым разом у него получается все лучше, ставить его работу «на выставку, чтобы все полюбовались» или дарить ее маме.

Для развития мелкой моторики руки используются разнообразные стимулирующие материалы, основанные на принципе дидактики «от простого к сложному». Подборка игр и упражнений, их интенсивность, количественный и качественный состав варьируются в зависимости от индивидуальных возрастных особенностей детей. Для разностороннего гармоничного развития двигательных функций кисти руки необходимо тренировать руку в различных движениях: на сжатие, растяжение, расслабление

Целесообразно использовать следующие методы и приёмы:

- Систематичность проведения игр и упражнений;
- Последовательность в проведении игр и упражнений „от простого к сложному“.

Все игры и упражнения должны проводиться по желанию ребенка, на положительном эмоциональном фоне. Для любого человека, независимо от его возраста, значим результат. Поэтому любое достижение ребенка должно быть утилитарным и оцененным.

Коррекционная работа выполняется по следующим направлениям.

1. Массаж и самомассаж.
2. Пальчиковые игры и речедвигательные упражнения.
3. Игры с предметами и материалами.
4. Изодетальность.

Целенаправленная, систематическая и планомерная работа по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста во взаимодействии с родителями способствует улучшению физического и психического здоровья ребенка, готовит его к успешному обучению в школе.

Диагностика развития мелкой моторики и координации движений рук. Определение уровня мелкой моторики и координации движения рук позволяет правильно спланировать коррекционную работу.

Цели:

- ▶ выявить реальный уровень развития моторной сферы ребенка дошкольного возраста и степень соответствия возрастным нормам;
- ▶ определить отклонения и недостатки отдельных сторон развития моторики.

Оценивается четкость выполнения, удержание позы, переключаемость, объем движения, точность, сила.

Все задания предлагаются ребенку В игровой форме.

1. Сжать пальцы в кулак.
2. Большие пальцы обеих рук отогнуты и направлены в сторону. Согнуть остальные пальцы, разогнуть. Повторить 2–3 раза
3. Ладони раскрыты. Согнуть-разогнуть большой палец каждой руки. Повторить 2–3 раза.
4. Загнуть каждый из пальцев попеременно то на правой, то на левой руке („пальчики прячутся“).
5. Соединить пальцы одной руки с пальцами другой (пальчики здороваются).

Исследование умения действовать с предметами. Оцениваются четкость выполнения, точность. Задания предлагаются ребенку в игровой форме. Материал: мозаика; пуговицы; карандаш; разлинованная тетрадь; нитка; бусинки; коробок со спичками.

- 1 Выложить узор из мозаики („дорожка“, „крест“, „домик“) и др.
2. Самостоятельно застегнуть пуговицы на специальном тренажере (сначала крупные, затем мелкие).
3. Чертить карандашом вертикальные линии („палочки“) в разлинованной тетради.
4. Нанизывать на нитку бусинки.

Массаж является несложным, но весьма эффективным методом развития мелкой моторики.

- Разминка „Согреем ладошки“

Руки крепко прижимаем

И ладошки растираем.

Сильно, сильно, сильно трем,

Разогреться им даем.

- Разминание ладони

1) поглаживание наружной и внутренней поверхностей руки ребенка;

2) упражнение „Дорожки на ладошке“.

Растираю я ладошку. Вниз спускаюсь по дорожке. Как ладошку разотру, на другой руке начну.

- Сгибание и разгибание всех пальцев руки одновременно (за исключением большого пальца).

- Отведение и приведение большого пальца в трех направлениях: вперед-назад, вбок, по кругу.

- Точечные нажатия большим и средним пальцами на середину каждой фаланги пальцев по направлению от их кончиков к основанию к центру.

Прямолинейное поглаживание тыльной и ладонной поверхности кисти подушечками выпрямленных пальцев (кроме большого) — это „лучи солнца“

„Пиление“ ладони одной руки гребнями пальцев другой руки.

Обратите внимание ребёнка на то, что суставы сложенных пальцев напоминают зубья пилы.

Принялась она за дело,

Завизжала и запела.

Ела, ела дуб, дуб,

Поломала зуб, зуб. С. Маршак

Круговое разминание ладони одной руки подушечкой большого пальца другой руки.

- Массаж с резиновым (пластмассовым, деревянным с гладкой или ребристой поверхностью) шариком

- Массаж с бигудями-липучками (расческой-щеткой) Катание бигудей между ладошками.

Пальчиковые игры.

Это направление работы играет чрезвычайно важную роль в формировании у детей навыка принятия и удержания определенной позы рук. Удержание позы (первоначально одной ведущей рукой, а затем и обеими руками) несёт статическую нагрузку и развивает зрительно-двигательную координацию, поскольку ребенок удерживает взгляд на зафиксированной в определённой позе руке. Умение зафиксировать заданной позе является основой любой ручной работы, например: удерем фломастера, кисточки с клеем или действия с карандашом. Навык удержания позы способствует развитию ручной умелости и является основой для формирования произвольного управления — ручной и кистевой динамикой. Для развития кинестетической основы движений руки необходимо начинать со следующих простых упражнений (без речевого сопровождения) Обращать внимание на качество составления фигуры, координацию движений отдельных пальцев и всей кисти.

- «Пальчики здороваются». Кончики пальцев обеих рук соединяются: большой с большим, указательный с указательным и т. д.;
- «Коза». Вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой.
- «Очки». Образовать два кружка из большого и указательного пальцев

обеих рук, соединить их.

- «Улитка». Положить правую руку на стол, поднять указательный и средний пальцы, расставить их.
- «Ежик» Ладони соединить, прямые пальцы выставить вверх и растопырить.
- «Ножницы». Указательный и средний пальцы правой и левой руки имитируют стрижку ножницами.
- «Кольцо». Большой и указательный пальцы образуют кольцо, остальные вверх.

Занятия с предметами и материалами. Существует огромное количество игр и упражнений, развивающих мелкую мускулатуру;

- Игры с резинками, направленные на повышение упругости ручной мускулатуры.
- Игры-нанизывания
- Игры с разноцветными камешками. Выкладывая красочные узоры, дети закрепляют знания о цветах, формах, развивают воображение.
- Игры со счетными палочками (дети берут детали двумя пальцами руки):
 - ▶ выкладывание геометрических фигур разного размера:
 - ▶ выкладывание вертикальных фигур (колодец),
 - ▶ перекалывание палочек разными способами (используя разные пальцы)
- Игры с кубиками (веревочками, шнурками, горохом, карандашами)
- Игры с разноцветными прищепками (скрепками).
- Игры с клавишами
- Игры с поролоном.
- Игры с мозаикой (конструктором)
- Игры с пуговицами (бусинами, колбочками, семенами плодов).
- Игры с пинцетом
- Игры на пересыпание (переливание).
- Игры с шариками. Обучать рассчитывать силу толчка и направление движения шарика
 - ▶ Перекалывание от ладони к ладони по столу
 - ▶ Подбрасывание и ловля шарика одной рукой.
- Игры со шнурком. Обучать шнуровать фигурной строчкой.
- Игры, обучающие застегиванию, расстегиванию, различных застёжек.

Развитию ручной умелости способствует художественный ручной труд, представляющий собой творческую работу с разными материалами, в процессе которой создается поделка. Это могут быть рисование пальцами, аппликация из спичек (соломки), различные виды аппликации из бумаги, работа с крупой и бобовыми, вышивка и др. Данная деятельность подготавливает кисть к письму и, что не менее важно, повышает работоспособность коры головного мозга, стимулирующей развитие внимания, воображения, фантазии, дисциплинирует, воспитывает усидчивость.

- Работа с карандашом. Обведение фигур простой конфигурации по трафарету и шаблону, с последующей штриховкой в разных направлениях. Дети обучаются держать карандаш разными способами, стремятся провести больше несоприкасающихся линий.
- Выкладывание по контуру мелкими предметами (семенами, скрепками, нитками). Необходимо начинать с простого контура (круг, овал), затем фигурных изображений (снеговика, елочки). Следить, чтобы ребенок придерживался контура предмета.
- Лепка. Размазывание пластилина внутри шаблона, отрывание кусочков от большого фрагмента.
- Работа с ножницами. Вырезать фигуры по нарисованному контуру; резать по прямой, параллельными линиями. Добиваться качественного выполнения работы.
- «Штампики» (на закрепление знаний цвета и формы, приучение все делать по очереди).

Материалы: вырезанные из картофеля заготовки-«шtamпы»; краска; поролон; чистый лист бумаги.

Показать ребенку, что сначала надо приложить «шtamпик» к поролону с краской, а потом на лист бумаги. Так можно создавать разные картины.

- «На что похоже?» Ребенок выучил геометрические фигуры. Теперь ему пора понять, что на что похоже (например, круг похож на голову).

Рассмотрим ещё наиболее простые и эффективные игры:

1. Массаж ладошек

Это самый простой и универсальный для любого возраста способ развития мелкой моторики. Своим пальцем водите по ладошкам ребенка, гладьте их и массируйте. Свои действия сопровождайте присказкой «Сорока-ворона».

2. Ладушки

Все с детства знают потешку «Ладушки-ладушки». Эта игра научит самых маленьких распрямлять пальчики и хлопать в ладоши.

3. Разрывание бумаги

Это упражнение подходит деткам с 7 месяцев. Дайте малышу несколько листов мягкой цветной бумаги. Он с удовольствием ощупает ее, начнет вертеть в руках и рвать. Это занятие доставит ему несказанное удовольствие.

4. Перелистывание страниц

После года разрывание бумаги можно заменить перелистыванием страниц какой-нибудь книжки с картинками или журнала.

5. Бусы

Детям нравится перебирать мелкие предметы, что очень полезно. Поэтому можно надеть на себя какие-нибудь бусы с бусинами различного размера и формы. Ребенок будет с радостью и заинтересованностью перебирать их пальчиками.

6. Вкладыши-мисочки

Из них можно строить башенки, вкладывать их друг в друга. Эта игра формирует у ребёнка понятие о размере предметов.

7. Крупы

В миску насыпьте любую крупу и дайте её ребенку. Он будет трогать крупу рукой или просыпать её сквозь пальчики. Эта игра хорошо развивает мелкую моторику и тактильные ощущения.

8. Баночки с крупами

Насыпьте в баночки разные крупы и дайте ребенку по очереди опускать руку в каждую из банок. Так он сможет прощупать разные крупинки и брать их пальчиками. Можно усложнить задачу. На глазах ребенка закопайте какой-нибудь маленький предмет в крупу и дайте ему баночку. Пусть попробует найти этот предмет.

9. Рисование на песке

Насыпьте на поднос песок. Возьмите пальчик ребенка в свою руку и проведите им по песку. Начать можно с простых фигур – линий, прямоугольника, круга, постепенно усложняя задание.

Игрушки для развития мелкой моторики

10. Горошина

Вам понадобятся горошина и баночка со снимающейся крышкой. Покажите ребенку, что сначала надо снять крышку, затем взять горошину пальчиками и положить в баночку, после закрыть крышку. Попросите ребенка

проделать те же действия. Не расстраивайтесь, если с первого раза ничего не получится. Покажите малышу всю цепочку действий медленно несколько раз и тогда он обязательно сможет все повторить. Активным деткам эта игра быстро надоедает, в этом случае не нужно их заставлять. Предложите ребенку другую игру.

11. Завинчивание крышек

Такое простое занятие, как завинчивание и раскручивание крышек банок, бутылок, пузырьков развивает ловкость пальчиков. Предложите вашему ребенку сосуды разного размера и формы, это сделает игру более разнообразной.

12. Застегивание, расстегивание и шнуровка.

Для этого упражнения не потребуются никаких дополнительных игрушек. Постепенно включайте ребенка в процесс одевания. Пусть сам застегивает и расстегивает себе пуговицы и молнии. Это не только разовьет движения рук, но и приучит ребенка к самостоятельности. Еще дайте ребенку какой-нибудь ненужный ботинок со шнуровкой, который станет прекрасным тренажером для рук.