

Департамент образования и науки Костромской области.
Государственное дошкольное образовательное учреждение
Костромской области.
Центр развития ребёнка - детский сад № 13.

Программа
индивидуального сопровождения
«Тренируем наши
пальчики»

Подготовила
педагог – психолог ЦРР
Козлова Л.А.

2009 год

Руке посвящали стихи, писали оды. А народная мудрость о значимости руки отразилась в загадках: «А ну-ка отгадайте, что это за десять братьев, на которых двух шуб хватает?» в пословицах: «Отбиться от рук», «Все дело в его руках», «Дать волю рукам», «Глаза боятся, а руки делают».

Во всем этом отражаются психология, внутренний мир, состояние человека. Это доказано учеными. «Источники способностей и дарований детей - на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли» (В.А. Сухомлинский).

Оказывается, что у большинства современных детей отмечается общее моторное отставание, в особенности у детей городских. Посмотрите, сейчас дети носят на липучках, чтобы не завязывать шнурки. А еще 30 лет назад родителям, а вместе с ними и детям, приходилось больше делать руками: перебирать крупу, стирать белье, вязать, вышивать. Сейчас же на каждое занятие есть по машине.

Следствие слабого развития общей моторики, и в частности - руки, общая неготовность большинства современных детей к письму или проблем с речевым развитием. С большой долей вероятности можно заключать, что если с речью не все в порядке, это наверняка проблемы с моторикой. Однако даже если речь ребенка в норме - это вовсе не значит, что ребенок хорошо управляет со своими руками. Если в возрасте 4-5 лет завязывание шнурков вызывает у ребенка затруднения, а из пластилина кроме шариков и колбасок ничего не лепится, если в 6 лет пришивание настоящей пуговицы - невыполнимая и опасная задача - значит можно говорить о четко выраженной проблеме развития мелкой моторики у вашего ребенка.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш.

Больше всего на свете маленький ребенок хочет двигаться, для него движение - есть способ познания мира. Значит, чем точнее и четче будут детские движения, тем глубже и осмысленнее знакомство ребенка с миром.

Почему так важно для детей развитие тонкой моторики рук? Дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь. Была разработана программа занятий, нацеленных на создание условий для развития мелкой моторики рук.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

1. Тренировать движения пальцев и кисти рук путём удержания кисти рук в определённой позе.
2. Совершенствовать динамическую координацию движений.
3. Развивать ритмическую организацию движения.
4. Развивать интеллектуальные способности детей.
5. Способствовать развитию произвольности.

Цикл занятий по развитию тонкой моторики рук дошкольников разбит на 4 блока. Переход от одного блока к другому осуществляется только после качественной отработки каждого из них. Количество занятий при необходимости может быть изменено в сторону увеличения до закрепления навыка. В начале каждого занятия проводится самомассаж рук.

Массаж.

1. Лёгкими движениями обеих рук производим поглаживающие движения от кончиков пальцев до локтевого сустава (4-5 раз)
2. Последовательное растирание пальцев (от большого к мизинцу), пястья, запястья, предплечья, (2 – 3 раза)
3. Разминание (вторым, третьим, четвёртым пальцами) в том же направлении (2 – 3 раза)
4. Поглаживание.

В данной программе приведены игры и упражнения на развитие мелкой моторики, которыми можно заниматься как в детском саду, так и дома.

Занятия рассчитаны на небольшую группу в количестве 6 человек (не более) детей в возрасте 5 – 6 лет. Это обеспечивает индивидуальное сопровождение каждого. Занятия проводятся в игровой форме. Основой для зачисления в группу служат запросы родителей и воспитателей, диагностика, проводимая педагогом-психологом. Занятия рекомендуется проводить не реже 1 раза в неделю. Продолжительность занятий 25 – 30 минут. Необходимо обязательное наличие столов, за которыми дети выполняют задания. Для занятий нам потребуются сквозные пуговицы (2 и 4 отверстия) маленькие и большие по 5 штук, тонкие и толстые шнурочки, цветная бумага, фигуры для игры «Танграм». Возможно сопровождение упражнений спокойной музыкой.

После каждого занятия детям на дом выдаётся листок с заданием по прорисовке и штриховке.

После проведения занятий предполагается улучшение координации работы рук, положительная динамика в развитии мелкой моторики. Предполагается контрольная диагностика. Можно использовать тест

«Измерение скорости зрительно-двигательной реакции с помощью линейки» (по Н. В. Тихомировой); тест на скорость движений «Катушка» (по Н. И. Озерскому); графический тест «Нарисуй человека» Гудинафа –Хариса и графические пробы при которых учитывается качество выполнения работы, скорость и возможность непрерывного ведения линий.

**Перспективный план
коррекционных занятий
по развитию мелкой моторики рук.**

Занятия 1 блока (занятия № 1 – 5).

Задачи:

1. Оказывать тонизирующее действие на кожу посредством массажа.
2. Тренировать движения пальцев и кисти рук путём удержания кисти рук в определённой позе.
3. Способствовать координации движений тонкой моторики рук через упражнения с различными предметами.

План занятия № 1:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Разминка для суставов рук. Удержание кисти рук в определённой позе*. Позы: «Дом», «Дерево», «Цветок», «Свечка», «Щука», «Игла», «Кольцо», «Петушок», «Зайчик», «Коза», «Собачка». Упражнения можно сопровождать текстом: «Стоит в поле дом...» (3 – 5 минут).
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Домик»
 - б). Игры со шнурком «Петельки», «Узелки».

План занятия № 2:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Разминка для суставов рук. Удержание кисти рук в определённой позе*. Позы: «Дом», «Дерево», «Цветок», «Свечка», «Щука», «Игла», «Кольцо», «Петушок», «Зайчик», «Коза», «Собачка». Упражнения можно сопровождать текстом: «Стоит в поле дом...» (3 – 5 минут).
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Высокий домик»
 - б). Игры со шнурком «Петельки», «Бантик»
 - в). Чудесные пуговицы «Браслет»

План занятия № 3:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Разминка для суставов рук. Удержание кисти рук в определённой позе*. Позы: «Дом», «Дерево», «Цветок», «Свечка», «Щука», «Игла», «Кольцо», «Петушок», «Зайчик», «Коза», «Собачка». Упражнения можно сопровождать текстом: «Стоит в поле дом...» (3 – 5 минут).
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Ваза»
 - б). Игры со шнурком «Бантик – 2»
 - в). Чудесные пуговицы «Браслет – 2»

План занятия № 4:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Разминка для суставов рук. Удержание кисти рук в определённой позе*. Позы: «Дом», «Дерево», «Цветок», «Свечка», «Щука», «Игла», «Кольцо», «Петушок», «Зайчик», «Коза», «Собачка». Упражнения можно сопровождать текстом: «Стоит в поле дом...» (3 – 5 минут).
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Конфета»
 - б). Игры со шнурком «Бантик – 3»
 - в). Чудесные пуговицы «Бусы»

План занятия № 5:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Разминка для суставов рук. Удержание кисти рук в определённой позе*. Позы: «Дом», «Дерево», «Цветок», «Свечка», «Щука», «Игла», «Кольцо», «Петушок», «Зайчик», «Коза», «Собачка». Упражнения можно сопровождать текстом: «Стоит в поле дом...»
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Дом с трубой»
 - б). Игры со шнурком «Цепочка»
 - в). Бумага «Мордочка собачки»

*** Позы:**

- «Дом» - локти на столе, ладони подняты вверх, пальцы сомкнуты. Соединить кончики пальцев правой и левой руки.
- «Деревья» - локти на столе, ладони подняты, широко раздвинуть пальцы.

- «Цветок» - локти на столе, предплечья и кисти в вертикальном положении, ладони прижаты друг к другу. Ладони слегка раздвинуть, пальцы округлив.
- «Свечка» - предплечья и кисти лежат на столе. Ладони поднять, не отрывая предплечья, удерживать, отпустить.
- «Щука» - пальцы руки прямые, ладонь слегка согнута.
- «Игла» - рука опирается на локоть, указательный палец выпрямлен, остальные пальцы в кулак.
- «Кольцо» - рука опирается на локоть, сомкнуты концы большого и указательного пальцев.
- «Петушок» - рука опирается на локоть, сомкнуты концы большого и указательного пальцев в виде клюва, остальные гребешком вверх.
- «Зайчик» - рука опирается на локоть, указательный и средний пальцы выпрямлены и разведены в стороны, остальные в кулак.
- «Коза» - рука опирается на локоть, указательный и мизинец выпрямлены и разведены в стороны, остальные в кулак.
- «Собачка» - рука опирается на локоть, ладонь сомкнута, расположена ребром к столу, большой палец поднят вверх, мизинец опущен вниз.

Занятия 2 блока (занятия № 6 – 8).

Задачи цикла:

1. Развивать точность и согласованность движений рук в пространстве.
2. Совершенствовать навыки ручного труда.

План занятия № 6:

1. Массаж. (4 минуты).
2. Упражнения на развитие и совершенствование динамической координации движений: «Разминка для суставов», «Волны», «Весёлые маляры», «Катаем лодочку», «Птички летят», «Ёжик», «Поднимаем пальцы», «Постучим», «Кулачки», «Оса», «Человечек», «Пальчики здороваются», «Заячьи ушки». Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеими. (5 - 7 минут).
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Парусник»
 - б). Волшебные пуговицы «Поясок»
 - в). Бумага «Мордочка Кота»

План занятия № 7:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на развитие и совершенствование динамической координации движений: «Разминка для суставов», «Волны», «Весёлые маляры», «Катаем лодочку», «Птички летят», «Ёжик», «Поднимаем пальцы», «Постучим», «Кулачки», «Оса», «Человечек», «Пальчики здороваются», «Заячьи ушки».

Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеими. (3 – 5 минут)

3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Кошка»
 - б). Бумага «Дерево»

План занятия № 8:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на развитие и совершенствование динамической координации движений: «Разминка для суставов», «Волны», «Весёлые маляры», «Катаем лодочку», «Птички летят», «Ёжик», «Поднимаем пальцы», «Постучим», «Кулачки», «Оса», «Человечек», «Пальчики здороваются», «Заячьи ушки». Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеими. (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Ракета»
 - б). Бумага «Ворон»

Занятия 3 блока (занятия № 9 – 12).

Задачи цикла:

1. Совершенствование взаимодействия слухового, зрительного и двигательного анализаторов.
2. Совершенствовать навыки ручного труда.

План занятия № 9:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Стол», «Ладонь – кулак», «Ладонь – кулак – ребро», «Игла – кольцо», «коза – зайчик», «Кольцо – оса». Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеими. (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Корова»
 - б). Бумага «Лисёнок»

План занятия № 10:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Стол», «Ладонь – кулак», «Ладонь – кулак – ребро», «Игла – кольцо», «коза – зайчик», «Кольцо – оса». Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеими. (3 – 5 минут)

3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Жираф»
 - б). Бумага «Соловей»

План занятия № 11:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Стол», «Ладонь – кулак», «Ладонь – кулак – ребро», «Игла – кольцо», «коза – зайчик», «Кольцо – оса». Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеим (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Лебедь»
 - б). Бумага «Самолёт»

План занятия № 12:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Стол», «Ладонь – кулак», «Ладонь – кулак – ребро», «Игла – кольцо», «коза – зайчик», «Кольцо – оса». Выделенные упражнения выполняются сначала ведущей рукой, затем второй, затем обеими. (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Птица»
 - б). Бумага «Курочка»

Занятия 4 блока (занятия № 13 – 16).

Задачи цикла:

3. Совершенствование взаимодействия слухового, зрительного и двигательного анализаторов.
4. Совершенствовать навыки ручного труда.

План занятия № 13:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Отстукивание ритма», «Азбука Морзе», «Ладушки», (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм «Всадник»
 - б). Бумага «Кораблик»

План занятия № 14:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Отстукивание ритма», «Азбука Морзе», «Ладушки», (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Чудесные пуговицы «Бусы 4 дырочки»
 - б). Бумага «Галчонок»

План занятия № 15:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Отстукивание ритма», «Азбука Морзе», «Ладушки», (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Чудесные пуговицы «Поясок с оплёткой(24)»
 - б). Бумага «Треуголка»

План занятия № 16:

1. Массаж. (3 – 5 минут)
2. Упражнения на ритмическую организацию движений и переключаемость: «Отстукивание ритма», «Азбука Морзе», «Ладушки», (3 – 5 минут)
3. Играем пальчиками, рассказываем стихотворение. (3 – 5 минут)
4. Практические задания для работы с мелкими предметами**
 - а). Танграм
 - б). Бумага

Литература:

1. Мальцева Е.В. «Коррекция недостатков мелкой моторики рук»
2. Большакова С.Е. «Формирование мелкой моторики рук»,
3. Алябьева Е.А. «Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения»,
4. Светлова И. Е.«Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук»
5. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова «Ступеньки к школе. Азбука счёта»
6. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова «Ступеньки к школе. Тренируем пальчики»
7. Журналы: «Воробушек», «Карапуз», «Логопед».



Департамент образования и науки
Костромской области

**ДИПЛОМ
III СТЕПЕНИ
НАГРАЖДАЕТСЯ**

Козлова Любовь Александровна

педагог-психолог
государственного дошкольного образовательного учреждения
Костромской области Центр развития ребенка детский сад №13,
призёр регионального методического конкурса
учителей образовательных учреждений
Костромской области
в номинации “Авторская учебная программа”

Директор департамента



Т.Е.Быстрикова

Приказ №754 от 21.04.2010 г.