Развитие мелкой моторики пальцев рук у детей

 Исследованиями института физиологии детей и подростков АПН установлено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Как правило, если движения пальцев развиты в соответствии с возрастом, то и речевое развитие ребёнка в пределах возрастной нормы.

 Поэтому тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребёнка, способствующим улучшению артикуляционной моторики, подготовке кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга.

 У большинства детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушением речи специальными исследованиями выявлен недостаточный уровень сформированности не только крупной моторики, но и тонких движений кистей и пальцев рук. Отставание в развитие тонкой моторики рук у дошкольников препятствует овладению ими навыками самообслуживания, затрудняет манипуляции различными мелкими предметами, сдерживает развитие некоторых форм игровой деятельности.

 Все это обусловливает необходимость специальной целенаправленной работы по коррекции и развитию тонких координационных движений рук и ручной ловкости в целом у данной категории детей.

 Благодаря развитой руке, расширяются возможности ребенка в формировании пространственных представлений, в знакомстве со свойствами и качествами предметов через непосредственные практические действия с этими предметами.

 Словесное сопровождение со стороны взрослого предметных действий ребенка с называнием предметов, их свойств, назначения и обозначением положения в пространстве, последовательности в характере выполняемых действий способствует усвоению родного языка и развитию собственной речи ребенка.

 Кроме того, действия с предметами, в отличие от обычных гимнастических упражнений, осознаются и принимаются детьми благодаря их наглядности и практической направленности, как необходимые им («Это мне нужно! Я хочу научиться это делать!»). В связи с этим, у детей повышается мотивация к таким занятиям, начинает проявляться осмыслённость и целенаправленность при выполнении тренировочных заданий. Таким образом, упражнения с предметами приобретают для ребёнка ценностно-смысловой характер, что позволяет детям в большинстве случаев достигать значительных результатов в развитии тонкой моторики рук, ручной ловкости.

 Можно использовать следующие виды работы, способствующие развитию мелких мышц пальцев и кистей рук:

 1. Игры с пальчиками, сопровождающиеся стишками и потешками.

 2. Специальные упражнения без речевого сопровождения, объединённые в комплекс гимнастики для развития мелкой моторики рук, так называемая пальчиковая гимнастика.

 3. Игры и действия с игрушками и предметами: раскладывание пуговиц, палочек, зёрен, жёлудей и т.д., нанизывание бус, колечек, пуговиц на нитку, пришивание, застёгивание и расстёгивание пуговиц, игры с мозаикой, строительным материалом и т.д.

 4. Изобразительная деятельность: лепка из пластилина и глины, раскрашивание картинок, обведение контуров, штриховка, рисование карандашами и красками различными способами (кистью, тампоном, пальцем, свечой и т.д.), разнообразная работа с ножницами, поделки из природного материала.

 Работа по развитию кистей рук проводится систематически, по 3-5 минут ежедневно, в детском саду и дома:

 а) упражнения для развития мелкой моторики включаются в занятия логопеда и воспитателей;

 б) игры с пальчиками – в режимные моменты и прогулки;

 в) пальчиковая гимнастика проводится в комплексе с артикуляционной, воспитателями, в специально отведённое в режиме дня время, а также дома с родителями;

 г) игры и действия с предметами – на физкультурных занятиях.

 В начале учебного года дети часто испытывают затруднения в выполнении многих упражнений для рук. Эти упражнения прорабатываются постепенно, вначале выполняются пассивно, с помощью взрослого, а по мере усвоения дети переходят к самостоятельному выполнению.

 Двигательные навыки, приобретаемые детьми в процессе занятий со спортивной атрибутикой, используются затем в игровой деятельности, переносятся на действия с предметами в быту, т. е. становятся важным составным компонентом их повседневного двигательного поведения.

 Для развития тонкой моторики рук используется разнообразный спортивный инвентарь и некоторые другие мелкие предметы (игрушки)– скалки, гимнастические палки, малые мячи, кольца, палочки, флажки, утяжелённые мешочки и др.

 Знакомство детей с новыми упражнениями, начальное освоение моторных действий с предметами осуществляется на физкультурных занятиях, для чего в структуре занятий отводится специальное время. Для дальнейшего формирования тонких движений рук, совершенствования двигательных навыков, развития моторных координаций и оптико-пространственных представлений используются разнообразные формы занятий по физическому воспитанию – занятия по физкультуре, различные формы работы в режиме дня (утренняя гимнастика, физминутки, подвижные игры во время прогулки), занятия ЛФК, подготовка к спортивным праздникам. Также даются рекомендации по использованию необходимого речевого материала при освоении ребёнком манипуляций с предметом.

 Значительное место в работе с детьми по развитию тонкой моторики рук отводится упражнениям с малым мячом.

 Многообразие наборов мячей, во-первых, позволяет использовать те или иные из них, в зависимости от задач педагога и индивидуальных, возрастных, физических и др. особенностей ребёнка. Во-вторых, через мышечное чувство, зрительную и тактильную чувствительность, в процессе действий ребёнок научается сравнивать предметы (мячи), осуществлять простейшие операции анализа и синтеза, обогащая этим самым свой конкретно– чувственный опыт.

 В-третьих, в процессе упражнений проводится специальная работа по развитию лексико-грамматической стороны речи ребёнка – дети знакомятся с названием конкретных действий, различных признаков и свойств предмета, а позднее могут сами дать описание разных мячей и выполняемых с ними манипуляций.

 Для более «мягкого» вхождения в систему работы по развитию ручной ловкости желательно использовать на начальном этапе в качестве предмета для манипуляций утяжелённый мешочек (песок). В зависимости от индивидуальных возможностей ребёнка и этапа работы над освоением движений можно варьировать характер манипуляций с утяжелённым мешочком или другими предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля…), темп работы и степень её сложности, количество одновременно задействованных в работе предметов, организацию занятия (под контролем и самостоятельно, дети действуют по одному и в парах).

 Приводим для примера упражнения различной направленности.

 УПРАЖНЕНИЯ В ПЕРЕКЛАДЫВАНИИ ПРЕДМЕТА

 1. Основная стойка, мешочек в правой руке. На счёт 1-2 – руки в стороны – вдох. 3-4-руки вниз перед собой (или за спину), мешочек переложить в правую руку – выдох. То же – мешочек в правой руке.

 2. Стойка ноги на ширине плеч, мешочек в правой руке. На счёт 1– руки в стороны. 2 – наклон к правой ноге, не сгибая коленей, переложить мешок в левую руку за правой пяткой. 3 – руки в стороны. 4 – исходное положение (И. п.). То же, но наклон к левой ноге.

 3. Основная стойка, мешочек в правой руке. На счет 1 – руки в стороны. 2 – правую согнутую ногу поднять, спина прямая. Переложить мешочек под коленом в левую руку. 3– руки в стороны, ногу опустить. 4 – и. п. То же, но поднять и согнуть левую ногу.

 4. Положение, сидя, ноги врозь, мешочек в правой руке у бедра. На счёт 1 – руки в стороны – вдох. 2 – 3 наклон к ноге (левой), переложить мешочек в левую руку – выдох. 4 – и.п. тоже, наклон к правой ноге

 5. Лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, ступни на полу, мешочек в правой руке. На счёт 1-2 колени приблизить к подбородку, голени сомкнуть, переложить через них мешочек в левую руку. 3-4 и. п. То же, но мешочек в левой руке.

 УПРАЖНЕНИЯ В ПОДБРАСОВАНИИ ПРЕДМЕТА, ПЕРЕБРАСОВАНИИ И ЛОВЛЕ.

 1. Стойка ноги врозь, мешочек в правой руке. На счёт 1-2– подбросить мешочек перед собой, поймать его двумя руками . 3-4 – то же. То же мешочек в левой руке.

 2. Стойка ноги врозь, мешочек в правой руке. На счёт 1-4-подбросить перед собой мешочек, сделать хлопок, поймать мешочек двумя руками, выдержать паузу. То же, но сделать два хлопка. То же, мешочек в левой руке.

 3. Стойка ноги врозь левой, мешочек в правой руке. На счёт 1-4– подбросить мешочек правой рукой, поймать его левой, переложить в правую, выдержать паузу. То же, мешочек в левой руке. То же, без паузы в виде серии бросков.

 4. Стойка ноги врозь, мешочек в правой руке. На счёт 1-4– подбрасывать мешочек и ловить правой рукой. То же левой рукой.

 5. Стойка ноги врозь, мешочек в правой руке. На счёт 1-2– подбросить мешочек правой рукой, поймать левой, 3-4– наоборот.

 УПРАЖНЕНИЯ В ЖОНГЛИРОВАНИИ ДВУМЯ ПРЕДМЕТАМИ, УЧАСТВУЮТ ОБЕ РУКИ.

 1. Стойка ноги врозь левой. В обеих руках по мешочку. Попеременные броски каждой рукой мешочка вертикально вверх и ловля его. То же одновременно двумя руками.

 2. В обеих руках по мешочку. Бросок мешочка правой рукой вертикально вверх, за время его полёта переложить мешочек из левой руки в свободную правую и освободившейся левой рукой поймать падающий мешочек, выдержать паузу. То же без паузы, сериями ( левой рукой ловить, а правой одновременно бросать– «Каскад»– то же, начиная с левой руки).

 3. В обеих руках по мешочку. Бросок мешочка правой рукой вверх по дуге слегка влево , затем после короткой паузы бросок левой рукой мешочка в верх по дуге вправо под первый мешочек, который еще в воздухе ( перекрест траектории), первый мешочек ловит левая рука, а второй– правая, сделать паузу. То же, но бросок начинать левой рукой ,то же , но без остановок, непрерывно.

 Использование упражнений с различными мелкими предметами позволяет ребёнку с различной речевой патологией достигать заметных результатов в развитии двигательной сферы. Дети с увлечением работают с мелким инвентарём на различных занятиях, продолжают самостоятельно совершенствовать своё ''жонглёрское искусство'', в свободное от занятий время и в домашних условиях. Они с гордостью демонстрируют товарищам и родным свои возможности в ручной ловкости.

 --