**Что надо знать по формированию навыков мелкой моторики у детей с ДЦП** .

ЧТО ТАКОЕ МЕЛКАЯ МОТОРИКА? Когда мы говорим «мелкая моторика», мы подразумеваем движения мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз» (зрительно-двигательной координации), поскольку полноценное развитие мелких движений рук обычно происходит под контролем зрения.

ПОЧЕМУ ВАЖНО РАЗВИВАТЬ НАВЫКИ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ? Потому что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ  
Новорожденный малыш сосредотачивает взгляд на висящей перед ним игрушке, затем тянется и ударяет по ней. Потом наступает время, когда он начинает хватать рукой интересующую его игрушку. С этого момента мы можем говорить о начале развития мелкой моторики. Развитие захвата, удерживания и манипулирования предметами проходит определенное количество последовательных этапов от захвата кулачком до точного захвата мелких предмета большим и указательным пальцем.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ДЦП, КОТОРЫЕ ВЛИЯЮТ НА ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ:  
• анатомические особенности строения кисти и запястья,  
• сниженный мышечный тонус,  
• избыточная подвижность суставов, обусловленная чрезмерной эластичностью связок,  
• проблемы со зрением, которые мешают развитию координации «рука-глаз»,  
• недостаточная устойчивость тела, связанная с ослабленным чувством равновесия

В КАКОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ РАЗВИВАЮТСЯ НАВЫКИ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ДВУХ ЛЕТ  
В это время малыш постепенно учится сидеть, вставать и делать первые шаги. Он начинает активно исследовать окружающий мир, брать в руки различные предметы, совершать простые действия. К примеру, в этот период ребенок учится брать небольшие легкие предметы и класть их в коробку, рисовать мелком каракули, брать руками твердую пищу и класть ее в рот, стаскивать с себя носки или шапку.

ОТ ДВУХ ДО ЧЕТЫРЕХ ЛЕТ  
Навыки, приобретенные на предыдущей стадии, постепенно совершенствуются. Дети в этом возрасте постепенно учатся класть предмет в определенное место. Если на предыдущем этапе ребенок преимущественно захватывал и держал предмет ладонью, то теперь он начинает активнее использовать пальцы. В это время он учится рисовать линии, круги, резать бумагу ножницами, снимать и надевать свободную одежду.

ОТ ЧЕТЫРЕХ ДО ВОСЬМИ ЛЕТ  
В этом возрасте дети учатся использовать приобретенные навыки мелкой моторики в повседневных действиях (например, во время еды и одевания). Кроме того, настает черед обучения тем видам деятельности, которые требуют более координированной работы мелких мышц и суставов кистей рук, пальцев (особенно большого) и запястий, в частности, письма. В этом возрасте ребята учатся поворачивать запястье, открывая винтовые крышки, краны в ванной комнате, держать тремя пальцами карандаш (щепотью). Они уже достаточно уверенно пользуются ложкой, вилкой, могут писать крупные буквы, рисовать простые картинки, резать бумагу ножницами вдоль нарисованной линии.

В КАКОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ ФОРМИРУЕТСЯ ЗАХВАТ  
• Ладонный захват — ребенок хватает предмет и отпускает его, действуя всей кистью.  
• Захват щепотью — ребенок берет предмет, удерживает его и манипулирует им, используя большой, средний и указательный палец.  
• Захват «пинцетом» — ребенок совершает действия с небольшим предметом, зажимая его между большим и указательным пальцем.

КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ ПАЛЬЦЕВ РУК  
Чтобы выполнять точные действия с мелкими предметами, пальцы руки должны действовать согласованно и координировано:  
большой, указательный и средний палец совершают координированные действия, а безымянный и мизинец обеспечивают необходимое устойчивое положение кисти.

СТАБИЛЬНОСТЬ ЗАПЯСТЬЯ, Когда мы выполняем точные действия, запястья, совершая необходимые движения в разных плоскостях, регулируют положение наших рук. Маленькому ребенку трудно поворачивать и вращать запястье, поэтому он заменяет эти движения движениями всей руки от плеча. Чтобы мелкие движения были более точными и экономными, чтобы они не требовали от ребенка чрезмерных затрат энергии, ему необходимо постепенно овладевать разными движениями запястья.

КАКИЕ ИГРЫ ПОМОГАЮТ РАЗВИВАТЬ НАВЫКИ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ  
Для развития движений запястья малыш может играть в ладушки, вы можете наливать в подставленные ребенком ладони шампунь, насыпать крупу. Хорошо тренирует движения запястья и пальцев рук лепка из пластилина или глины, рисование мелком округлых форм, поворачивание дверных ручек. После трех лет можно учить малыша пользоваться ножницами, а также разучивать с ним простые пальчиковые игры.

Вы можете сами придумать массу интересных игр и занятий, которые будут способствовать развитию навыков мелкой моторики и зрительно-двигательной координации. Важно лишь подобрать подходящие, посильные виды деятельности и организовать игру так, чтобы было интересно и ребенку, и Вам!

До того, как ребенок станет полностью независимым и сам будет выполнять любые каждодневные дела, он должен научиться использовать свои руки, чтобы опираться на них, брать и класть предметы, манипулировать ими. Многим детям с церебральным параличом приходится все время подстраховывать себя руками: они опираются на руки, когда сидят и двигаются, подтягиваются за опору, когда встают и ходят. Поэтому на каждой стадии развития ребенка **необходимо** обучать **действовать руками,** и важность этого **переоценить невозможно.**

Развитие тонких движений рук зависит от того, как ребенок сохраняет позу, то есть от его стабильности, от развития крупных движений и от способности воспринимать и обрабатывать сенсорную информацию разного рода. Таким образом, тонкие движения развиваются только после приобретения перечисленных навыков, а возраст имеет лишь ориентировочное значение.

Как же недостаточная стабильность, неправильное положение тела в пространстве и неправильные образцы движений у ребенка с церебральным параличом отражаются на развитии тонкой моторики?

¨Из-за недостаточной стабильности туловища и таза ребенок не может стабилизировать (удерживать неподвижно) одну часть тела, а другой в то же время совершать какое-то движение.

¨Из-за неправильного положения и неправильных образцов движений туловища, плеча, предплечья и кисти ребенок не может дотянуться до предмета, захватить его, выпустить из рук, а также развивать другие навыки мелкой моторики.

¨Ладони могут быть постоянно сжаты в кулаки – при неправильном положении всего тела, или могут быть лишь слегка согнуты пальцы – при нарушении мышечного тонуса только в руке. К тому же у ребенка может понижаться чувствительность кисти, что особенно часто встречается при спастической гемиплегии.

¨Из-за полностью или частично нарушенного баланса у ребенка руки могут быть все время заняты – малыш использует одну или обе руки для опоры.

¨Развитие навыков мелкой моторики может остановиться на ранних этапах. Например, длительное время у ребенка сохраняются примитивный хватательный рефлекс (предмет зажимается между основанием ладони и двумя или более пальцами) и зеркальные движения, которые обычно наблюдаются у младенцев и маленьких детей.

¨Ребенок выпускает предмет из руки незрелым или неправильным способом. Например, при повышенном мышечном тонусе (спастические формы церебрального паралича) малыш, разжимая ладонь, сгибает запястье и разгибает пальцы, а при меняющемся тонусе и непроизвольных движениях (гиперкинетические формы) – отдергивает раскрытой ладонью и чрезмерно разогнутыми пальцами.

У одних детей способность действовать руками страдает из-за нарушений зрения и восприятия, у других – из-за неспособности одновременно слушать и следить за тем, что они делают. Это отражается не только на способности действовать руками, но и на темпах обучения и на способности сосредоточиваться.

Эти нарушения встречаются далеко не у всех детей, а в большинстве случаев со временем с ними можно справиться.

На самом деле, будет лишь пустой тратой времени учить ребенка, у которого **повышена чувствительность к прикосновениям (гиперестезия),** свободно действовать руками или осознавать взаиморасположение частей тела и закономерности их передвижения, либо ожидать, что ребенок, у которого **кисть сжата в кулак,** научится захватывать предметы и выпускать их из рук. Но как же мы можем помочь в каждом из этих случаев?

**Открытая ладонь**

Пока у ребенка сохраняется хватательный рефлекс новорожденного (то есть при любом прикосновении к ладони пальцы сжимаются в кулак), или до тех пор, пока большой палец ложится поперек ладони, когда она сжимается в кулак, научиться правильно захватывать предметы и выпускать их из рук малыш не сможет.

Поэтому, **прежде** чем учить ребенка действовать руками, **первым делом** попытайтесь раскрыть его ладонь так, чтобы пальцы были выпрямлены, большой палец отведен, а запястье разогнуто. Для этого разверните руку в плечевом суставе **наружу,** разогнув в локтевом суставе, предплечьем и ладонью вверх. Сначала делайте так, когда обе руки ребенка отведены в стороны, а потом – когда они вытянуты вперед*.*

Раскрыть ладонь можно и другим способом – проведите пальцем по тыльной поверхности ладони от большого пальца к мизинцу. У ребенка постарше можно прижать основание ладони к твердой поверхности, разогнув его руку в локте, и отводить пальцы, начиная от их **основания.**

Как только вы раскрыли ладонь, перенесите вес ребенка на ладонь – дайте ему **опереться на нее,** осторожно надавливая на плечи.

Многие дети могут действовать руками, несмотря на то, что большой палец прижат к ладони. Это в особенности касается детей, у которых двигательные нарушения выражены на одной половине тела (спастическая гемиплегия). Если у ребенка сохранится данный образец движения, он будет захватывать предметы не большим и указательным пальцами, а средним и безымянным или безымянным и мизинцем и не научится отводить и приводить большой палец. Не имея возможности пользоваться большим пальцем, ребенок будет вынужден захватывать предметы всей ладонью, отводя кисть в лучезапястном суставе в сторону мизинца, то есть кисть будет отведена наружу, по направлению от большого пальца.

Избежать закрепления этого неправильного образца движения можно одним способом – как можно **раньше** использовать фиксатор для большого пальца. На рис. 7.6 показан фиксатор для большого пальца. Вы можете сделать его сами, не тратя денег. Он не только выпрямляет и отводит большой палец, но и разгибает запястье, что особенно важно в раннем возрасте. Если ладонь находится в таком положении, вам проще научить ребенка **опираться на руки.**

**Первые тактильные ощущения**

***Младенцы с повышенной чувствительностью к прикосновению***

Младенец с повышенной чувствительностью (гиперестезией) неадекватно реагирует на прикосновения, отдергивает руки, когда ему дают игрушку, «не любит» материалы с какой-то определенной фактурой. Поэтому любая тактильная стимуляция должна быть очень мягкой и не вызывать у ребенка неприятных ощущений. Только тогда, когда малыш научится переносить какой-то стимул, воздействие можно постепенно усиливать.

***Приемы ранней стимуляции младенца***

¨Держите ребенка за руки чуть ниже плечевых суставов и привлекайте его внимание к тому, что вы проделываете с его ручками: пусть он посмотрит, как его ладошки потирают друг друга, хлопают, прижимаются друг к другу. Подержите руку малыша за предплечье, одновременно с наружной и внутренней стороны. Возьмите его за запястье и помашите его ладошкой, показывая «до свидания».

¨Погладьте ладонями ребенка его лицо, голову и живот. Потом помогите ему погладить ваше лицо двумя ладонями. Начиная от ладонной и тыльной поверхностей кисти, легонько целуйте ручки малыша, щекочите и «переступайте» по ним своими пальцами, поднимаясь на наружную и внутреннюю поверхности предплечья.

¨Вложите между ладонями ребенка резиновую игрушку-пищалку и надавливайте на нее, сводя его ладони. Вложите в ладони малыша привычный ему предмет, например, его бутылочку.

¨Дайте подержать младенцу шершавый, гладкий, влажный, сухой, теплый, холодный или липкий предметы. Если он тянет предметы в рот, позаботьтесь о том, чтобы они были **крупными и неопасными.**

¨Наденьте резиновую, шерстяную или брезентовую перчатку и дайте малышу потрогать ваши пальцы и взять вас за руку.

¨Обратите внимание ребенка на его руки и ноги, когда вы их моете – намыливаете и споласкиваете.

¨Сгибайте и разгибайте руки, ладони и пальцы малыша, когда вытираете их. То же самое проделайте с его ногами.

¨Покажите ребенку противоположные действия – вложите ему в кулак два пальца и попросите отпустить их. Теперь возьмите ручку малыша в свою – сжимайте и разжимайте свою руку, захватывая и отпуская ручку ребенка.

¨Игрушки, которые надевают на палец или на руку, прекрасно привлекают внимание младенца, он с удовольствием смотрит на них, трогает и берет. Кроме этого, вы можете спрятать свой палец и опять показать его малышу – так в игре появиться «сюрприз», а малыш будет учиться ждать и удивляться.

***Как помочь ребенку действовать руками***

Чтобы ребенок смог вывести вперед плечи и руки, расположить кисти рук перед собой по средней линии, его поза должна быть симметричной и устойчивой:

¨чтобы ребенок мог видеть игрушку в своих руках, его голова должна быть расположена по средней линии;

¨следите за тем, чтобы хватательные движения не вызывали нарушение позы и повышение мышечного тонуса остальных частей тела;

¨помогайте малышу захватывать предметы так, чтобы его предплечье было в нейтральном положении, а запястье – разогнуто. Если это удается с трудом, пусть время от времени ребенок опирается на ладонь прямой руки, нагружая ее;

¨заниматься и играть нужно с привычными для малыша предметами – они не вызовут у него дополнительного напряжения;

¨**даже если** вы ожидали от ребенка одного действия, а у него хорошо получилось другое, закрепите удачу **повторением.**

### **Хватательные движения**

У ребенка первых месяцев жизни ладонь раскрыта, только когда он расслаблен, – во сне или после еды. Уже в 3 месяца она открыта большую часть времени, но если малыш прикоснется ладонью к одеялу или одежде, то рефлекторно и неуклюже крепко вцепится в них.

Пока еще младенец не может сам потянуться за погремушкой и схватить ее, но, если вложить игрушку ему в руку, он сожмет ее, согнув мизинец, безымянный, иногда и средний пальцы. Однако он не видел погремушки и сам не стремился завладеть ею, поэтому и рассматривать ее он не станет, а получит только тактильные ощущения.

Размахивая руками, он мельком заметит погремушку и в какой-то момент задержит руку, чтобы посмотреть на нее. Он засунет ее в рот и исследует ее форму и поверхность, а время от времени будет доставать ее, чтобы рассмотреть получше. Это – **первый этап** развития координации глаз-рука, то есть координации между прослеживающими движениями глаз и движениями руки.

***Ребенок с церебральным параличом***

Когда некоторые дети с церебральным параличом захватывают предмет рукой, они часто слишком сильно сгибают руки, поворачивают их внутрь в плечевых суставах и выводят плечи вперед (протракция плеч); они так крепко вцепляются в погремушку, что ее невозможно забрать. В таком случае, прежде чем вложить погремушку малышу в руку, выпрямите руку, поверните наружу в плечевом суставе так, чтобы внутренняя поверхность предплечья и ладонь были направлены вверх, попробуйте еще взять погремушку с более толстой ручкой.

Если ребенок плохо сжимает ладонь, удерживайте его кисть своей рукой с тыльной стороны, предварительно выпрямив его руку и **разогнув** запястье. Когда он держит игрушку во рту, следите за тем, чтобы его рука была поднята до уровня плеч, а локоть – отведен **в сторону.** Как только ребенок поймет, что в руке что-то есть, плавно поводите ею в разных направлениях. Останавливайте его руку и потряхивайте ею, чтобы младенец мог связать движение руки со звоном погремушки. Подобные игры развивают координацию глаз-рука, а кроме того, привлекают внимание малыша к собственным действиям Целенаправленные действия малыш дотягивается до игрушки и бьет по ней рукой

Координация между движениями глаз и рук развивается, как только ребенок обретает способность фокусировать зрение на предмете, который притягивает его внимание. До шести месяцев детям легче определять положение своей руки по отношению к тем предметам, которые в ответ двигаются или издают звуки.

Пока малыш размахивает руками хаотично, его движения при попытках ударить рукой по игрушке неразмеренные и плохо координированны. Однако со временем он начинает попадать в цель, потом начинает хватать рукой конкретную игрушку и делать с ней то, что он хочет.

Любопытно, что, когда ребенок тянется за игрушкой, предвкушая, как он ее схватит, он заранее сжимает и разжимает пальчики. То же самое происходит, когда вы даете ему игрушку.

***Ребенок с церебральным параличом***

Как мы уже подчеркивали, для того чтобы помочь малышу с церебральным параличом осваивать эти навыки, очень важно сначала убедиться, что поза малыша устойчива и позволяет ему держать голову по средней линии и выводить вперед руки и плечи.

***Игрушки***

Игрушка должна реагировать на малейшее прикосновение, вознаграждая усилия ребенка. На данной стадии развития прекрасно подойдут игровые и развивающие центры активности для детских кроваток. В эти центры включены простые игрушки, состав которых можно менять, это могут быть и парные предметы, и игрушки, которые при прикосновении по-разному кружатся, гремят, звенят и двигаются.

***Как помочь ребенку с церебральным параличом освоить произвольные хватательные движения***

Поскольку многим детям с церебральным параличом легче дотягиваться до игрушки, захватывать ее и играть, если они поддерживают себя второй рукой, то время от времени полезно сажать малыша, поддерживая его, к себе на колени перед столом. Хороший способ – положить любимую игрушку на кусочек мягкой ткани в пределах досягаемости малыша, чтобы он брал ее и двигал к себе. Сначала он будет только захватывать игрушку, но однажды обнаружит, что его руки могут придвинуть ее. Таким образом он научится и удерживать игрушку, и доставать желаемый предмет.

Примерно до девяти месяцев ребенок, прежде чем схватить игрушку, смотрит на нее. Поэтому следите за тем, чтобы она находилась прямо перед ним – кладете ли вы игрушку или даете малышу в руку.

Когда младенец, например, тянется за игрушкой, подвешенной над его кроваткой, дотягивается до нее и раскрывает кисть, то вторая его рука совершает те же движения: ладошка открывается и рука «хватает предмет»; такие движения второй, неактивной, рукой и называют зеркальными.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ  
  
При формировании мелкой моторики рук у детей с ДЦП в дошкольном возрасте необходимо учитывать следующее:  
1. Принципиальный путь помощи детям с ЦП - это раннее комплексное и целенаправленное коррекционное воздействие с учетом индивидуальных особенностей и возможностей ребенка.  
2. Особое внимание должно уделяться интенсивности развития сохранных и коррекции нарушенных функций ребенка.  
3. Коррекционно-развивающие занятия предполагают постепенное усложнение приемов, направленных на формирование психических функций ребенка.  
4. Система коррекционно-развивающей работы предусматривает активное участие в ней родителей ребенка. Наряду с ежедневным посещением занятий, выполнением заданий, по окончанию курса реабилитации родители получают рекомендации

ЛИТЕРАТУРА

1. Галкина В.Б., Хомутова Н.Ю. Использование физических упражнений по развитию мелкой моторики рук при коррекции нарушений речи у учащихся начальных классов. - Ж. Дефектология, № 3, 1999.
2. Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушениями речи. - Ж. Дефектология, № 4, 1999.