

Рощупкина Татьяна Алексеевна,

воспитатель,

МКДОУ «Детский сад № 20»,

г. Новомосковск

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ МЫШЦ РУК У ДЕТЕЙ С ОВЗ

*«Представление, что при любом двигательном тренинге...
упражняются не руки, а мозг, вначале казалось парадоксальным и лишь
с трудом проникло в сознание педагогов».*

Н.А. Бернштейн

Сегодня хорошо известно, что развитие мелкой моторики пальцев рук через определённые зоны в коре головного мозга положительно сказывается на становлении детской речи, повышает работоспособность ребёнка, его внимание и умственную активность, симулирует интеллектуальную и творческую деятельность. Особенно полезно развитие мелкой моторики детям с ОВЗ.

Физиологи под термином «мелкая моторика» подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т.к. развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребёнка? Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребёнку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т.д.

Многие дети с комплексными нарушениями плохо координируют движения руки и глаза, у них слабо развита мелкая мышечная моторика и координация пальцев рук. Дети не умеют строить свою деятельность и копировать предъявленный им образец, недостаточно хорошо ориентируются в пространстве. Отмечается снижение темпа графической деятельности. А, как

известно, низкий уровень подготовки руки к овладению письмом в дальнейшем может привести к неуспеваемости в школе.

При составлении плана работы необходимо иметь в виду связь деятельности детей по развитие мелкой моторики с режимом дня. Однако связь не должна быть жёсткой. Хотя целесообразно посвящать этому утренние часы, когда работоспособность наиболее высока, но можно охватывать свободное от занятий время. (Смотреть Рисунок. 1)

Задачи:

1. Улучшить координацию и точность движений руки и глаза, гибкость рук, ритмичность.
2. Содействовать нормализации речевой функции.
3. Развивать воображение, логическое мышление, произвольное внимание, зрительное и слуховое восприятие, творческую активность.
4. Создавать эмоционально-комфортную обстановку в общении со сверстниками и взрослыми.
5. Совершенствовать предметно-развивающую среду группы для развития мелкой моторики.
6. Развивать мелкую моторику пальцев рук у детей дошкольного возраста через использование разнообразных форм, методов и приемов.

Формы работы:

- совместная деятельность воспитателя с детьми;
- индивидуальная работа с детьми;
- свободная самостоятельная деятельность самих детей.

Методы и приемы работы:

- массаж кистей рук;
- пальчиковая гимнастика, физкультминутки;
- пальчиковые игры со стихами, со скороговорками;
- лепка из пластилина с использованием природного материала (семена, крупы, ракушки и т. д.);

- нетрадиционные техники рисования: кистью, пальцем, зубной щеткой, свечкой;
- конструирование: из бумаги в технике оригами, работа с конструктором ЛЕГО;
- различные виды аппликаций;
- рисование по трафаретам;
- штриховка;
- дорисовка (по принципу симметрии);
- лабиринты;
- дидактические игры;
- шнуровка;
- игры с мелкими предметами;
- пазлы, мозаика.

1. Пальчиковая гимнастика

«Пальчиковые игры» – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и др. Дети старше 5 лет могут оформить игры разнообразным реквизитом – домиками, кубиками, мелкими предметами и т.д.

2. Игры с палочками

В группе имеется набор счётных палочек на каждого ребёнка. Дети выполняют из них разные фигурки, которые сопровождает короткое стихотворение, для того чтобы у ребёнка возник не только зрительный образ предмета, но и слуховой. Использовать этот материал как часть занятия по математике, конструированию. В совместной деятельности, дети играют с удовольствием и в свободное время.

При составлении фигурок ставятся различные задачи:

1. Развивать мелкую моторику пальцев.
2. Сосчитать палочки, из которых выполняются фигуры.

3. Если фигура составлена из разноцветных палочек, то предлагаем сосчитать палочки каждого цвета.

4. Сосчитать геометрические фигуры, изображающие предмет.

5. Сосчитать углы, входящие в фигуру.

6. Самому придумать и сложить фигуру.

3. Физкультминутки и динамические паузы

Оптимальный вариант развития мелкой моторики – использование физкультминуток. Физкультминутка, как элемент двигательной активности, активно предлагается детям для переключения на другой вид деятельности. Сочетание пальцевых упражнений с речевым сопровождением в стихотворной форме, позволяет достичь наибольшего обучающего эффекта. Включение упражнений на развитие пальцевой моторики в физкультминутки, на занятиях, а также 2-3 мин. В утреннюю гимнастику, играет положительную роль в коррекционном обучении детей с нарушением речи. Это позволяет:

1. Регулярно опосредованно стимулировать действия речевых зон коры головного мозга, что положительно сказывается на исправлении речи детей.

2. Совершенствовать внимание и память, слуховое восприятие – психические процессы тесно связанные с речью.

3. Развивать пространственную ориентировку.

4. Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками

Эти игры оказывают прекрасное тонизирующее и оздоравливающее действие. Детям предлагается сортировать, угадывать с закрытыми глазами, катать между большим и указательным пальцем, придавливать поочередно всеми пальцами обеих рук к столу, стараясь при этом делать вращательные движения. Можно научить ребенка перекачивать пальцами одной руки два грецких ореха или камешка, пальцами одной руки или между двух ладоней шестигранный карандаш. Отлично развивает руку разнообразное нанизывание. Нанизывать можно все что нанизывается: пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки и т.п. Можно составлять бусы из картонных

кружочков, квадратиков, сердечек, листьев деревьев, в том числе сухих, ягод рябины.

Можно предложить детям выкладывать буквы, силуэты различных предметов из мелких предметов: семян, пуговиц, веточек и т.д. Все занятия с использованием мелких предметов должны проходить под строгим контролем взрослых!

5. Вырезание ножницами

Особое внимание уделяется усвоению основных приемов вырезания – навыкам резания по прямой, умению вырезать различные формы (прямоугольные, овальные, круглые). Получая симметричные формы при сгибании бумаги, сложенной гармошкой (хоровод) или по диагонали (снежинки), дети должны усвоить, что они вырезают не целую форму, а ее половину. Прежде чем приступить к вырезыванию силуэта, следует продумать, откуда, с какого угла, в какую сторону листа, направить ножницы, т.е. планировать предстоящее действие. Игра на вырезание узоров из сложенных листочков бумаги имеет замечательное свойство: как бы коряво ни вырезал ребенок, все равно получится узор, отдаленно напоминающий снежинку или звездочку.

6. Аппликации

Из вырезанных фигурок дети могут составлять композиции – аппликации. Для начала удобней вырезать геометрические формы и фигурки из цветных журналов, и клеящим карандашом, закреплять их на листе.

7. НОД по лепке с использованием природного материала – это составление узоров камешками, семенами растений, фруктов и т.д.

Это кропотливый, интересный труд развивает внимание, совершенствует сенсомоторику – согласованность в работе глаза и руки, координации движений, их точность.

8. Шнуровки – зачем они?

Сейчас в продаже встречается множество разнообразных игр со шнурками. В целом, их можно разделить на несколько видов.

Во-первых, шнуровки сюжетные. Ребенку предлагается “незаконченная” картинка (изображение ежика, белочки, елки, вазы с букетом, домика), к которой нужно пришнуровать недостающие детали: грибы, фрукты и орехи, новогодние игрушки, цветы, окошки и т.п.

Второй вид шнуровок: пуговицы, башмачки, цилиндры или любые другие, сделанные из дерева или мягкого безопасного материала, цельные предметы, в которых проделаны отверстия для шнурков. К ним прилагаются веревочки и инструкции по созданию художественных переплетений на игрушке-основе.

Наконец, третий вид шнуровок: изготовленные из ткани детали домиков, книжек и т.п., которые предлагается соединить с помощью шнурков, чтобы получилась цельная мягкая игрушка или сюжетная мягкая “картина”. Таков, например, “Теремок” – игрушка, разработанная еще М. Монтессори, родоначальницей всех современных детских игрушек со шнурками.

9. Рисование, раскрашивание

Раскрашивание – один из самых легких видов деятельности. Вместе с тем, оно продолжает оставаться средством развития согласованных действий зрительного и двигательного анализаторов и укрепления двигательного аппарата пишущей руки. Необходимо учить детей раскрашивать аккуратно, не выходя за контуры изображенных предметов, равномерно нанося нужный цвет. В процессе рисования у детей развиваются не только общие представления, творчество, углубляется эмоциональное отношение к действительности, но формируются элементарные графические умения, столь необходимые для развития ручной ловкости, освоения письма. Рисую, дети учатся правильно обращаться с графическим материалом и осваивают различную изобразительную технику, у них развивается мелкая мускулатура руки. Рисовать можно черными и цветными карандашами, фломастером,

мелом, акварельными красками, гуашью. Рисование различными материалами требует различной степени нажима для того, чтобы на бумаге остался след от пишущего предмета. Это тоже способствует развитию ручной умелости.

Безусловно, рисование способствует развитию мелких мышц руки, укрепляет ее. Но надо помнить, что при обучении рисованию и письму специфичны положения руки, карандаша, тетради (листа бумаги), приемов проведения линий.

Для начала хорошо использовать:

- Обводку плоских фигур. Обводить можно все: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, плоскую игрушку и т.д. Особенно подходят для этой цели формочки для приготовления печений или кексов;

- Рисование по опорным точкам;
- Дорисовывание второй половины рисунка;
- Рисунок по образцу, не отрывая руки от бумаги.

10. Графические упражнения

Графическая деятельность способствует лучшей ориентировке в условиях двумерного пространства листа бумаги и готовит руку ребенка к обучению письму. Важно, чтобы графические задания имели образно-смысловую значимость. С этой целью для рисования выбираются такие объекты как волны, радуга, клубы дыма, чешуйки у рыб. Здесь можно взять задание и на дорисовывание недостающих деталей у цветов и предметов, обводка лекал, заштриховка и раскрашивание контурных изображений, картинок в альбомах для раскрашивания. Предусматривается постепенный переход к работе по заданной схеме действия, например: «Нарисуй волны, большие и маленькие, три большие волны и три маленькие». Затем усложняется работа по дорисовыванию орнаментов и лабиринтов.

Опыт графических движений ребенок приобретает, выполняя различные виды штриховки, рисуя, копируя рисунки, обводя контуры по точкам и пунктирным линиям, рисуя орнаменты по клеточкам. При этом

ведется обучение правильным приемам действий: вести линию сверху вниз и слева направо; штриховать ровно, без пробелов, не выезжая за контур.

11. Штриховка

Задания со штриховкой выполняются на нелинованной бумаге. Способствуют подготовке руки к письму. Ребенок должен стараться не отрывать ручку от бумаги и не прерывать линии. Умение свободно рисовать плавные линии слева направо важно при формировании почерка. Штриховка, как один из самых легких видов графической деятельности, вводится в значительной мере и для усвоения детьми необходимых для письма гигиенических правил. Раскрашивание рисунков предполагает четыре вида штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движения.

Виды штриховки:

- раскрашивание короткими частыми штрихами;
- раскрашивание мелкими штрихами с возвратом;
- центрическая штриховка (круговая штриховка от центра рисунка);
- штриховка длинными параллельными отрезками.

При первых попытках штриховки рука быстро утомляется, дети сильно нажимают на карандаш, нет координации пальцев, но работа сама по себе увлекательна и ребенок возвращается к ней сам. По рисункам можно проследить совершенствование мускульного аппарата. Для штриховки можно использовать простой и цветной карандаши, фломастеры и цветные ручки.

12. Графическая моторика

Большое значение для «постановки руки» имеет развитие графической моторики. Особое место занимает здесь штриховка, обведение по трафарету или предметов, с использованием простого и цветного карандаша.

Трафареты на разную тематику: овощи, фрукты, посуда, одежда, животные.

Для штрихования используем книжки для раскрашивания. При выполнении штриховки ставим следующие задачи:

- подготовка руки к письму (развитие мелких мышц пальцев и кисти руки);
- развитие глазомера (формирование умения видеть контуры фигур и при штриховании не выходить за их пределы, соблюдая одинаковое расстояние между линиями).

Заданий и упражнений, направленных на развитие мелкой моторики, очень много. При желании, особенно, если подключить фантазию и воображение, придумывать их можно бесконечно. И главное здесь - учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его возраст, настроение, желание и возможности. Умелыми пальцы станут не сразу. Игры и упражнения, пальчиковые разминки, проводимые систематически с самого раннего возраста, помогают детям уверенно держать карандаш и ручку, самостоятельно заплетать косички и шнуровать ботинки, строить из мелких деталей конструктора, лепить из глины и пластилина и т.д. Таким образом, если будут развиваться пальцы рук, то будут развиваться речь и мышление ребенка, отпадут проблемы обучения не только в первом классе, но в дальнейшем.



Рисунок 1. Центр по мелкой моторике "Умные пальчики"