

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.

Тимергазина Елена Валерьевна,
учитель-дефектолог.

Возможность познания окружающих предметов у детей в большей степени связаны с развитием действий рук. Не случайно в истории развития человечества роль рук подчеркивается особо. Именно руки дали возможность развития путем тестов тот первичный язык, с помощью которого происходило общение первобытных людей. Исследования развития движений рук ребенка представляют интерес не только для педагогов и психологов, но и для других специалистов (философов, лингвистов, историков, биологов и т. д.), так как руки, обладая многообразием функций, являются специфическим человеческим органом.

Отставание в развитии тонкой моторики рук у дошкольников с ОВЗ препятствует овладению ими навыками самообслуживания, затрудняет манипуляции различными мелкими предметами, сдерживает развитие некоторых видов игровой деятельности. Все это обуславливает необходимость специальной целенаправленной работы по коррекции и развитию тонких координированных движений рук и ручной ловкости в целом у данной категории детей.

Методика коррекционной работы по тренировке, развитию и совершенствованию моторики кистей и пальцев рук

Массаж кистей и пальцев рук

Выполняя массаж пальчиков и кистей рук, тем самым воздействует на активные точки, связанные с корой головного мозга. Начинается массаж с растирания – те же движения, что и при намыливании рук. Растирание производится примерно в течении одной минуты. Затем выполняется активная разработка суставов: 5-8 раз резко сжать пальцы в кулак и медленно разжать, 5-8 раз медленнее сжать пальцы в кулак и с силой разжать, выбросив их в стороны.

После этого каждый палец разминается 2-3 раза от кончика к основанию со всех сторон, далее разминается ладонь – от внутреннего ее края к основанию. Заканчивается массаж опять растиранием кистей. Время массажа 5-6 минут.

Пальчиковая гимнастика

Начинается она с разминки пальцев рук – сжимания в кулак и разжимания пальцев. Движения производятся одновременно двумя руками под счет «Раз - два, раз – два!». Для этого упражнения можно использовать резиновые игрушки. Повторяется оно 5 раз.

Затем следуют упражнения на расслабление пальцев и кистей рук: «Погладим котенка» - плавные движения, имитирующие соответствующие действия: выполняются сначала одной, потом другой (от 3 до 5 раз).

«Веселые маляры» - синхронные движения кистей обеих рук вверх – вниз с одновременным подключением кистевого замаха (3 раза), затем влево - вправо (3 раза).

«Курочка пьет воду» - локти опираются на стол, пальцы сложены в виде клюва: ритмичные наклоны рук вперед с подключением кистевого замаха.

«Качаем лодочку» - пальцы сложены вместе, плавные движения кистей рук в горизонтальном направлении.

«Веселый оркестр» - имитация игры на различных инструментах и т.д. Далее даются упражнения на удержание позы кисти руки.

«Зайчик» - рука опирается на локоть: выпрямляются и разводятся в стороны указательный и средний пальцы, остальные пальцы сжаты в кулак.

«Кольцо» - большой и указательный пальцы соединяются в кольцо, остальные пальцы выпрямляются и разводятся в стороны.

«Гусь» - большой и указательный пальцы распрямляются и соединяются в виде клюва, остальные пальцы зажаты в кулак.

На первых занятиях все упражнения выполняются в медленном темпе. Далее идут более трудные задания.

«Пальчики поздоровались» - упражнения можно выполнять либо одной рукой, либо двумя. В первом случае рука опирается на локоть, кончик большого пальца поочередно прикасается к другим пальцам. Во втором случае обе руки опираются на локти, ладони обращены друг другу, кончики пальцев поочередно соприкасаются.

«Зайчик - кольцо» - упражнение, основанное на переходе из одной позиции в другую. Эти изменения позиции могут отрабатываться сначала одной, затем другой рукой, а в дальнейшем обеими руками вместе.

«Ладонь - кулак» - кисть руки опускается на стол ладонью вниз, затем сжимается в кулак. При одновременном движении двумя руками упражнение выполняется в симметричном (правая рука – «кулак», левая рука – «кулак») и асимметричном (правая рука – «кулак», левая рука – «ладонь») режимах. Усложнение задания достигается так же за счет увеличения числа переключений и ускорения ритма.

Эти задания выполняются при совместном действии взрослого и ребенка, по заказу, по слуховому восприятию (с использованием экрана).

«Пальчиковые игры» как бы отображают реальность окружающего мира – предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе «пальчиковых игр» дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д.

Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны.

Они способствуют развитию речи, творческой деятельности. В ходе пальчиковых игр дети повторяют движения взрослых, активизируют

ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Это инсценировка каких - либо рифмованных историй, сказок при помощи рук. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз». Игры также можно оформить разнообразным реквизитом – мелкими предметами, домиками, шариками, кубиками и так далее.

Улей

Вот маленький улей, (пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. где пчёлы спрятались,

Никто их не увидит.

На последнюю строчку резко

Вот они показались из улья.

поднять руки вверх с растопыренными

Одна, две, три, четыре, пять!

пальчиками – пчёлы улетели.

Ззззззз!

Лодочка

Две ладошки прижму (соединить две ладони лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. Имитация паруса, волн и рыбок)

И по морю поплыву.

Две ладошки, друзья, -

Это лодочка моя.

Паруса подниму,

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам

Плывут рыбки тут и там.

Дружба

Дружат в нашей группе

(обхватить правой ладонью левую и покачивать в ритме стихотворения.

Девочки мальчики.

Мы с тобой подружим

Обхватить левую ладонь правой и покачивать

Маленькие пальчики.

Один, два, три, четыре, пять. (Соединить пальчики обеих рук, начиная с большого.

Пять, четыре, три, два, один Затем соединять, начиная с мизинца).

Также можно провести следующие игры: «Замок», «Зайцы», «Рыбки», «Мы писали», «С Добрым утром! », «Ладушки- ладошки», «Черепашка», «Повстречались», «Капустка», «Моя семья», «Грибок», «Яблоня» и так далее.

Для развития мелкой моторики можно использовать игрушки.

Различные пирамидки, матрёшки

Помогают развивать мелкую моторику, логическое мышление, освоение новых форм и размеров, а также цветов. Развивает тактильную чувствительность.

Кубики

При помощи них можно конструировать башни, строить крепости и дома, собирать картинки.

Способствуют развитию мелкой моторики и пространственного мышления, развитие внимания и логики.

Рамки и вкладыши

Пазлы или рамки – вкладыши способствуют развитию моторики, самостоятельности, внимания, цветового восприятия, целостного восприятия предмета, логического и ассоциативного мышления ребёнка.

Фигурки на магнитах

Поверхность холодильника – это замечательное «поле действий» для маленького исследователя.

Способствуют развитию мелкой моторики, координации движений и пространственного мышления. А фантазии малыша помогут раскрыться различные фигурки в виде разноцветных букв, цифр и геометрических фигур.

Кубы – сортеры

Дети учатся подбирать фигурки по форме и вставлять их в соответствующие отверстия.

Развивается мелкая моторика, дети знакомятся с различными геометрическими фигурами и различными цветами.

Доски Сегена

Это деревянные доски с вкладышами, на которых изображены различные живые или неживые предметы. Способствуют развитию речи, логики, координации движений, мелкой моторики рук, а также пространственного восприятия малыша.

Игры с прищепками

Способствует развитию мелкой моторики, вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, развивает чувственный опыт.

- Перекладывать с одной руки в другую,
- доставать прищепки из корзинки,
- прищепками «кусать» поочерёдно ногтевые фаланги,
- «сушим платочки» (развешивание платочков на верёвочку,
- «добавлялки» (подбираем недостающие детали для предметов, например, для ежа – иголки, для солнца – лучики, для дома – крышу и так далее,
- подбирать прищепки по цвету одежды, ткани.

Шнуровки

Способствуют развитию моторики, усидчивости, глазомера; совершенствуется координация движений и гибкость кистей рук; развитие логического мышления и органов артикуляции.

- Шнуровка сюжетная,
- «незаконченная картинка»,
- шнуровка на игрушке – основе.

Игры со счётными палочками, спичками

Способствуют развитию мелкой моторики, развитию речи, пространственного мышления.

- Брать палочки, спички разными пальцами, от указательных – к мизинцам,
- перекладывание с одного места на другое,
- выкладывание рисунка по схеме,
- свободная деятельность,
- наклеивание спичек по образцу.

Игры с водой и песком

Способствуют развитию мелкой моторики, тактильные ощущения.

- «закапывание» игрушки, предмета,
- поиск «клада»,
- различные изображения (рисование) на песке,
- работа с пипеткой (всасывание воды пипеткой,
- раскрашивание воды (опыты с водой,
- поделки с применением песка.

Игры с камушками, бусинками, пробками, макаронами

Способствуют развитию мелкой моторики, развитие ловкости рук, мышления, творчества, фантазии, пространственной ориентировки; развитие чувства цвета, формы, величины.

- перебирать, брать разными пальчиками,
- перекладывать с ладони на ладонь, на стол и так далее,
- находить по заданию взрослого заданный предмет (по цвету, размеру, форме,
- раскрашивание камушек, макарон,
- нанизывание бусинок, пробок, макарон на проволоку или шнурок,
- выкладывание по образцу,
- перекладывание из одной ёмкости в другую.
- изготовление поделок.

Игры с резинками и ленточками, проволокой

Способствуют развитию мелкой моторики, ловкости пальцев рук, внимания, усидчивости, терпения; развитие чувства цвета, размера.

- Складывать ленточки,
- наматывать на палочку,
- завязывать бантик,

- брать резинку со стола различными пальчиками,
- растягивать резиночку разными пальцами рук,

При систематических занятиях с ребенком предлагаемые системы упражнений способствуют успешному развитию мелкой моторики, что в свою очередь влияет на развитие связной речи ребенка. А речь как известно является средством общения людей друг с другом.