

## Развитие мелкой моторики

Движения пальцев и кистей рук ребенка имеют особое развивающее значение.

У новорожденного кисти всегда сжаты в кулачки, и если взрослый вкладывает свои указательные пальцы в ладони ребенка, тот их плотно сжимает. Однако эти манипуляции ребенок совершает на рефлекторном уровне, когда его действия еще не достигли высокого мозгового контроля. По мере созревания мозга формируется хватательный рефлекс.

Чем чаще у ребенка действует хватательный рефлекс, тем эффективнее происходит эмоциональное и интеллектуальное развитие малыша.

Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще во втором веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждали, что игры с участием рук и пальцев (типа нашей “Сороки – белобоки”, “Ладушек” и других) приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии.

Японский врач Намикоси Токудзиро утверждал, что пальцы рук наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. По насыщенности акупунктурными зонами кисть не уступает уху и стопе. Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга.

Исследования отечественных физиологов также подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В.М. Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции речи высшей нервной деятельности.

Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они способствуют улучшению произношения многих звуков, а значит – развитию речи.

Известный исследователь детской речи М.М. Кольцова пишет: “Движения пальцев рук исторически, в ходе развития человечества, оказались тесно связанными с речевой функцией”.

Первой формой общения первобытных людей были жесты; особенно велика здесь была роль руки... Развитие функций руки и речи у людей шло параллельно. Примерно таков же ход развития речи ребенка. Сначала развиваются движения пальцев рук, затем появляется артикуляция слогов; все последующее совершенствование речевых реакций состоит в прямой зависимости от степени тренировки движений пальцев. Таким образом, “есть все основания рассматривать кисть руки как орган речи – такой же, как артикуляционный аппарат. С этой точки зрения проекция руки есть еще одна речевая зона мозга” - доказывает М.М. Кольцова.

Поэтому тренировку пальцев рук, то есть развитие мелкой моторики следует начинать как можно раньше, особенно у детей с общим недоразвитием речи.

Виды детской деятельности, способствующие развитию мелких мышц пальцев и кистей рук очень разнообразны. Сюда включают:

- самомассаж и массаж пальцев рук;
- предметную деятельность;
- пальчиковый игротренинг;
- занятия по изодетальности.

Рассмотрим каждый вид в отдельности.

Основной задачей во время массажа и самомассажа является нормализация состояния тонуса мелких мышц кистей рук. Для этого используют приемы поглаживания, разминания, растирания, легкую вибрацию, похлопывание. Можно инсценировать рифмованные истории, потешки. Всем знакома с детства “Сорока”, с помощью которой в процессе проговаривания взрослый производит поглаживания ладошки, затем поочередное растирание пальцев. В игре “Прятки”:

В прятки пальчики играли

И головки убирали.

Вот так, вот так,

Так головки убирали.

используется прием легкой вибрации, разминания. Во время массажа можно использовать грецкий орех, шишку, бусинку:

Покатаю я в руках

Бусинки, горошки.

Станьте ловкими скорей

Пальчики, ладошки.

Возможно использование холодной и горячей воды попеременно. Аналогично применение кубика льда.

Следующий вид – предметная деятельность включает в себя игры и действия с игрушками и предметами. Для тренировки пальцев рук следует давать ребенку перебирать сначала крупные предметы, а затем более мелкие. Для этих целей хороши деревянные раскрашенные бусы, нанизанные на резинку, пирамидки, мозаики, конструкторы, счетные палочки и многое другое.

Детям можно предложить следующие игры:

“Переложит игрушки”. Ребенок складывает в прозрачный сосуд мелкие предметы (пуговицы, фишки) сначала правой, затем, левой рукой.

“Шаловливый котенок” - смотать клубок ниток.

“Играем на балалайке” - между указательным и средним пальцами натянуть тонкую круглую резинку, перебирать ее, как струны балалайки.

“Выгладим платочки для мамы и дочки” - разгладить скомканный лист бумаги.

Хорошую тренировку движений пальцев обеспечивают пальчиковые игры с речевым и без речевого сопровождения. Они очень эмоциональные, простые. Пальчиковые игры как бы отражают объективную реальность окружающего мира – предметов, животных, людей, их деятельность.

В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук, тем самым, вырабатывая ловкость, умение управлять своими движениями. Самым простым является изображение пальцами разных фигурок.

1. “Флажок” - 4 пальца соединить вместе, большой опустить вниз.

2. “Очки” - соединить в кольцо большие и указательные пальцы.

3. “Стол” - левую ладонь сжать в кулак, поставив на стол, правую раскрытую положить сверху.

4. “Елка” - пальцы рук скрестить под углом друг к другу.

5. “Кораблик” - ладони округлить и прижать друг к другу.

Эти и другие упражнения можно посмотреть в книге С.Е. Большаковой “Формирование мелкой моторики рук”, И.Лопухиной “Логопедия. Ритм, речь, движения”, А.Е. Белая, В.И. Мирясова “Пальчиковые игры”, А.П. Савина “Пальчиковая гимнастика”, М.С. Рузина, С.Ю. Агронькин “Страна пальчиковых игр”.

Необходимо помнить, что упражнения проводят в медленном темпе, от 5 до 8 раз, сначала одной рукой, затем – другой, а в завершении – двумя руками вместе. Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки ребенка и точностью переключения с одного движения на другое. Указания должны быть спокойными и четкими. Нельзя требовать от ребенка немедленного выполнения того или иного упражнения: отработав одно подражание, постепенно переходим к другому.

Используя игровую ситуацию, а также подражательные способности детей, можно разыгрывать различные инсценировки: “На птичьем дворе”, “Мама – птичка и птенчики”, “На скотном дворе”. Дети изображают кистями рук птиц, животных и подражают им. Игры, обычно, проходят на высоком эмоциональном уровне.

Дети младшего возраста хорошо воспринимают игры для одной руки, более старшие дети осваивают игры, которые проводят двумя руками: например, одна рука домик, другая – кашка, или используют несколько событий, сменяющих друг друга.

Например, игра “Котята” - сжать пальцы в кулачок и разгибать по одному.

Один котенок пьет молочко

Оно такое вкусное, что идет

Еще один котенок.

Два котенка пьют молочко

Оно такое вкусное, что идет

Еще один котенок...

Большое место в развитии мелкой моторики руки детей отводится изобразительной деятельности. Детей учат раскрашивать, рисовать пальчиком, ладошкой, т.е. разными способами; работать ножницами, лепить. В процессе выполнения заданий у детей развивается и фразовая речь.

Для детей, имеющих речевые нарушения, характерно замедление в развитии двигательной сферы. Это выражается в неточном выполнении движений, несоблюдении заданного темпа, недостаточной координации.

Для обследования мелкой моторики рук предлагаются следующие упражнения: “Пальчики здороваются” - попеременное касание четырьмя пальцами большого пальца. “Играем на пианино” - держа кисти рук горизонтально над столом, касаться его поверхности поочередно: 1-2, 1-3, 1-4, 1-5 пальцами.

Выполняются 1-2 упражнения правой, левой и обеими руками.

“Птички клюют” - держа руку с карандашом на локте, по команде поставить в нарисованном круге три точки. Локоть не отрывать. Диаметр круга 10 сантиметров.

Чтобы развить ручную умелость, можно выполнять следующие упражнения с малышами:

- запускать пальцами мелкие волчки,
- разминать глину, пластилин,
- катать по очереди каждым пальцем камешки, бусинки, шары,
- нанизывать бусы, пуговицы, сортировать крупу,
- наматывать клубки, проволоку,
- застегивать пуговицы, молнии, липучки,
- закручивать шурупы, гайки,
- складывать матрешек, пирамидки и многое другое.

У детей с плохо развитой ручной моторикой возникают трудности во время шнуровки ботинок, застегивания пуговиц, эти дети неловко держат ложку, карандаш. Им бывает трудно собрать рассыпавшиеся детали конструктора, работать с пазлами, счетными палочками, мозаикой. Они отказываются от любимых другими детьми лепки и аппликации, не успевают за ребятами в группе детского сада на занятиях.

Таким образом, возможности освоения мира детьми с общим недоразвитием речи оказываются обедненными. Дети часто чувствуют себя несостоятельными в элементарных действиях. Это влияет на эмоциональное благополучие ребенка, его самооценку. С течением времени уровень развития сложнокоординированных движений руки оказывается недостаточным для освоения письма, формирует в дальнейшем школьные трудности. Вот почему специалистам и родителям важно следить за уровнем развития мелкой моторики.

Какие же общие рекомендации следует соблюдать по формированию сложнокоординированных движений руки?

- Выполнение упражнений должно быть регулярным.
- Поскольку развитие ручной умелости предполагает определенную степень зрелости мозговых структур, заставлять ребенка заниматься “через силу” неэффективно. Нужно начать с того уровня упражнений, который будет получаться, и доставлять удовольствие.
- Время выполнения упражнений не может быть долгим, т.к. внимание и интерес ребенка быстро иссякают.
- Нужно соблюдать комфортный для ребенка темп выполнения.
- Занятия должны быть совместными. Это определяется необходимостью точного выполнения движений, в противном случае результат не будет достигнут.
- Ребенку всегда предлагается инструкция, которая должна быть простой, короткой и точной.

Повторение инструкций, а также проговаривание действий в процессе выполнения облегчает работу. Регулярное повторение способствует развитию внимания, мышления, памяти, оказывает благоприятное влияние на речь ребенка.

Работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки расширяется, углубляется и становится важной частью подготовки к школе.