

Ум на кончиках пальцев: развитие мелкой моторики

Что такое мелкая моторика?

Ни для кого не секрет, что у детей нужно развивать мелкую моторику рук. Но не все знают, как правильно это делать, да и вообще, что является мелкой моторикой и какие особенности она имеет, какие занятия, игры и упражнения стоит проводить с детьми для развития моторики.

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Область мелкой моторики включает большое количество разнообразных движений: от простых жестов (например, захват игрушки) до очень сложных движений (например, писать и рисовать, застегивать, расстегивать и выполнять другие действия по самообслуживанию).

Почему важна мелкая моторика?

Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка. Психологи и неврологи утверждают, что мозговая деятельность соотносится с мелкой моторикой (мелкими движениями пальцев), что она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали,



ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ – ПРОСТО!

что развитие мелкой моторики очень тесно связано с развитием речи. А объясняется это очень просто. В головном мозге речевой и моторный центры расположены очень близко друг к другу. При выполнении мелких движений пальцами рук происходит давление на кончики работающих пальцев и в кору головного мозга устремляются сигналы, которые активизируют пока незрелые клетки коры головного мозга, отвечающие за формирование речи ребенка. Вот почему при выполнении разнообразных действий пальцами рук и происходит развитие речи, а значит, и мышления. Именно поэтому для своевременного развития речи ребенка необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики. Мелкая моторика непосредственно влияет на ловкость рук, на почерк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка. По особенностям развития мелкой моторики ребенка в дальнейшем судят о готовности его к обучению в школе. Если все в порядке, то ребенок подготовлен к обучению письму, умеет логически мыслить и рассуждать, имеет хорошую память, концентрацию, внимание и воображение, связную речь.

Как развивается мелкая моторика? Мелкая моторика развивается уже с новорожденности. Сначала малыш разглядывает свои руки, потом учится ими управлять. Сначала он берет предметы всей ладонью, потом только двумя (большим и указательным) пальчиками. Потом ребенка учат правильно держать ложку, карандаш, кисть... Следует помнить, что мелкая моторика развивается постепенно, это индивидуальный процесс и у каждого ребенка он проходит своими

темпами. Сначала движения малыша неловкие, неумелые и негармоничные. При высоком уровне развития моторики ребёнок успешно справляется с выполнением незначительных манипуляций в повседневной жизни и быту (одевание, застёгивание пуговиц, шнурование ботинок, еда ложкой и вилкой, мытьё рук с мылом и другое), что помогает чувствовать себя более уверенным. Если своевременно не позаботиться об этом, у детей может сложиться отставание в развитии. Придётся прибегнуть к помощи специалиста. Если это выявится в более позднем времени, ребёнок может понять, что отличается от других. Это вряд ли положительно повлияет на его самооценку. Поэтому родители должны позаботиться, чтобы ребёнок не отставал в развитии от сверстников.



Когда начинать заниматься? Начинать развитие мелкой моторики у детей нужно с самого раннего возраста. Уже со 2-ой недели жизни ребёнка можно делать упражнения с кистями рук, например, массаж. Затем по мере взросления вашего карапуза необходимо включать пальчиковые игры. Это и известная «Сорока-белобока», «Ладушки» и другие игры, связанные с работой пальцев рук. Также важно давать ребёнку проводить много времени на полу – а именно ползать. Многие родители мечтают, чтобы их ребенок пошел как

можно быстрее. Но не следует забывать о важности такого процесса как ползание. Во-первых, ползая, ребенок учится безопасным для себя способом ориентироваться в пространстве. Во-вторых, при ползании задействованы практически все мышцы, что очень хорошо сказывается на физическом развитии малыша. Ну а в-третьих, ползая, ребенок опирается на руки, идет мощное развитие ладоней и пальчиков малыша. Ребенок ошупывает большое количество разных фактур (все, что попадает ему «под руку» пока он ползает) и ребенок учится раскрывать ладонь, что является основой для дальнейшего развития мелкой моторики.



А затем добавляются все более сложные игры для развития моторики – манипуляции с предметами, нанизывания, вырезания, все виды творчества, игра на музыкальных инструментах.

Как надо заниматься развитием мелкой моторики? Чтобы помочь малышу совершенствовать мелкую моторику, нужно играть с ним в развивающие игры. Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики. Их можно разделить на следующие группы: массаж пальчиков, пальчиковые игры (игры-потешки), игры-манипуляции с предметами (в том числе с мелкими предметами), творческие игры (лепка, рисование, аппликации, раскрашивание, вырезание), графические игры (штриховка, узоры), Монтессори-игры. Занятия по развитию моторики

должны проводиться в виде весёлых и занимательных игр. Также следует применять упражнения с учётом возраста ребенка. И естественно все игры должны проводиться под наблюдением взрослых. Иначе ребенок может проглотить какую-нибудь мелкую деталь или подавиться ей. Играть в игры и выполнять упражнения, развивающие мелкую моторику, нужно систематически. Занимаясь с ребенком каждый день, вы скоро заметите, что движения вашего малыша с каждым разом становятся все более плавными, четкими и скоординированными

Семь пунктов развития мелкой моторики

1. Обучение самомассажу рук и пальцев с целью укрепления кистей рук.
2. Развитие моторики рук, их двигательных функций, освоение мелких движений.
3. Развитие глазомера, координации глаз и рук.
4. Обучение умению целенаправленно управлять движениями своих рук в учебной деятельности, в бытовых ситуациях.
5. Обучение способам дифференцировки предметов по температурному и болевому признаку.
6. Развитие приемов активного осязания.
7. Развитие навыков самообслуживания.

Какие игры и упражнения развивают мелкую моторику?



Упражнения и игры для развития и совершенствования ручной моторики, которые могут выполнять родители вместе со своими детьми.

1. «Деревья» – поднять обе руки к себе, широко расставить пальцы (локти опираются на стол).
2. «Стол» – правую руку сжать в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку.
3. «Гнездо» – пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.
- 4 «Дом», «Крыша», «Башня» – держа пальцы вверх, соединить кончики пальцев левой и правой руки.
5. «Магазин» – руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательные пальцы расположить в горизонтальном положении перед «крышей».
6. «Коза» – вытянуть указательный палец и мизинец, остальные пальцы прижать к ладони. Сначала упражнения выполнять правой, затем левой рукой, потом обеими руками вместе.

7. «Кошка» – пальцы в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательный палец и мизинец слегка согнуты.

8. «Очки» – образовать два кружка из указательного и большого пальцев обеих рук, соединить их.

9. «Зайчик» – вытянуть вверх указательный и средний пальцы, а кончики безымянного и мизинцев соединить с кончиком большого пальца. Упражнение выполнять сначала правой, потом левой рукой, затем обеими руками.

10. Массаж ладошек. Массаж начинают делать с самого раннего возраста. Самое простое – лёгкий поглаживающий массаж ладони по часовой стрелке. В центре ладони находится очень важная точка – центр развития речи. Кроме того, следует массировать пальчики в направлении от кончиков к запястью, растирая их со всех сторон, а затем легко надавливать на подушечку каждого из них. Затем каждый пальчик несколько раз согнуть и разогнуть. Делать такой массаж надо по 2-3 минуты ежедневно. Он помогает воздействовать на активные точки, связанные с корой головного мозга. Это самый простой и универсальный для любого возраста способ развития мелкой моторики.

11. Пальчиковые игры и «бабушкины игры-потешки». На ладошках и на стопах есть проекции всех внутренних органов. И все пальчиковые игры и «бабушкины потешки» – не что иное, как массаж в игре.

Они не только помогают сделать ручки ловкими, но также настроить правильную работу внутренних органов, улучшить эмоциональный фон (ведь обычно все дети играют в них с удовольствием).

«Ладушки-ладушки»

- «Ладушки, ладушки» *(выпрямите пальчики малыша на своей ладони).*
- «Где были? У бабушки!» *(соедините его ручки ладошка к ладошке).*
- «Что ели? Кашку!» *(хлопните в ладоши).*
- «Что пили? Бражку!» *(хлопните в ладоши).*
- «Кашка масленька, бражка сладенька, бабушка добренька» *(хлопайте в ладоши).*
- «Попили, поели, ш-у-у-у-у полетели!» *(помашируйте ладошками как крылышками).*
- «На головку сели!» *(положите раскрытые ладошки малыша ему на голову – это самый важный момент: малыш прикасается к своей голове, раскрывая ладонь на круглой поверхности).*

Это наверно одна из самых известных игр-потешек, которая научит ребенка разжимать пальчики и раскрывать ладошки (а если ладошка научится раскрываться, то и головка активнее начнет работать).

12. Разрывание бумаги. Это упражнение подходит деткам с 7 месяцев. Можно дать малышу старые газеты или листы мягкой цветной бумаги. Дети сначала начнут ощупать новый материал, вертеть в руках и ну а потом уже и рвать. Обычно деткам нравится рвать. Мой сын с удовольствием перервал огромное количество газет.

13. Перелистывание страниц. После года разрывание бумаги можно заменить перелистыванием страниц какой-нибудь книжки с картинками или журнала. Начинать лучше все же с картонных книг, тогда риск распрощаться с книгой минимизируется.

Характеристика возраста

Дошкольный возраст завершается кризисом семи лет. В этот период несмотря на все трудности ребенок связан с семьей, но с этого времени он готов к более широкому общению. Основное новообразование, вызывающее кризис, – утрата детской непосредственности.

Появление рефлексии, которая вклинивается между внутренней и внешней жизнью ребенка, приводит к тому, что его поведение может резко измениться, если до этого момента внешнее поведение выражало происходящие в нем процессы «Что думаю, то и говорю, и делаю», то теперь мышление развилось настолько, что можно «увидеть себя из стороны». Это в некоторых случаях приводит к тому, что его поведение приводит к манерничанью, вычурности в поведении, кривлянию, паясничанию. Ребенок начинает говорить писклявым голосом, ходить изломанной походкой, рассказывать непристойные взрослые анекдоты, что производит впечатления какого-то странного немотивированного поведения.

Проявлением семилетнего кризиса могут быть демонстрация ребенком нарочитого взрослого поведения. Стремление взяться за выполнение «взрослых» дел, в высказываниях отстаивания собственной позиции.



Вместе с тем, проявляется интерес к собственному внешнему виду, возможны конфликты из-за одежды.

Однако вместе с потерей непосредственности возникает много позитивных изменений. Появляется требовательность к себе, предпринимаются осознанные попытки самонаблюдения, саморегуляции, самонаказания.

Во взаимоотношении с взрослыми складывается новое общение – ребенок узнает, как общаться с врачом, милиционером и т.д. он вступает в ролевое взаимодействие, принимая требования ситуации. Изменяется общение со сверстниками появляется привязанность дружба.

Разница в позициях родителей и учителя для младшего школьника заключается именно в том, что учитель является «представителем общества», «носителем общего знания», который по определению не может знать меньше родителей или ошибаться. Поэтому мудрый житейский совет «выбирать не школу, а учительницу». Стремясь соответствовать всем предписаниям, ребенок начинает относиться ко всем с повышенным требованиям. Такие дети порой воспринимаются взрослыми, как юные «правдолюбцы» или «ябеды». Они требуют четкого выполнения неких предписаний и от своих сверстников, и от взрослых. Порой взрослые нарушают предписания, которым они учили ребенка, и в этой ситуации возникают конфликты.

С другой стороны, ребенок, стремясь соблюдать все правила, предписанные взрослыми, в какой-то момент ослабевает под этим непосильным грузом, тогда он может начать жить своей «тайной» жизнью (тайное чтение книг) и т.д. Одно из направлений развития в этом возрасте становится установление разнообразных социальных связей, выстраивание собственного

психологического пространства и пробовать себя в разных ролях.

Это возраст «тайников» и «секретиков», начало освоения подвалов и чердаков. Подписываются книги, украшаются велосипеды, наклеиваются в самые невероятные места наклейки. Таким образом, он осязает границы своего «Я». Поэтому стертая наклейка или снятая картинка родителями воспринимается, как трагедия.



Учебная деятельность

Признание ведущей деятельности основано на том, что дети в этом возрасте являются активными исследователями всего нового. Лучшей наградой за учение призваны быть новые знания, которые приобрел ученик. Внешние подкрепления в виде похвалы и поощрения не могут быть лучшей мотивацией учения. А вот интересные занятия, имеющие характер путешествий по неизведанной стране, удивительные открытия, позволяют выработать у ребенка устойчивую мотивацию.

Иногда родители выстраивают отношения с ребенком по принципу успеха или неуспеха. Часто

первоклассники любят рисовать пятерки, очень красивые, кругленькие и мрачные двойки. По мнению В.А. Сухомлинского оценка становится идолом. Поэтому главной педагогической задачей в этом возрасте свержение идола, который подменяет обращение взрослого к личности ребенка, оцениванием его личных качеств, когнитивных процессов: мышления, памяти, внимания, воли.



Подготовка к школе

По мнению многих ученых подготовка к школе не может и не должна быть обучением ребенка тому, чему его будут учить в школе. Нужно не учить его писать, а готовить к письму, не учить читать, а сделать все, чтобы сам процесс чтения не вызывал трудностей.

Как подготовить детей к формированию правильного графического навыка, для этого можно использовать графические задания:

- * перед каждым заданием объясните ребенку его цель: «что будем делать, для чего и как». Объясняя, используйте только знакомые слова. Объяснив – покажите;

- *убедитесь, что ребенок понял инструкции.

- *соблюдайте последовательность занятий, не торопитесь, не перешагивайте через ступеньки;

* не переходите к следующим занятиям, если не освоены следующие;

*не забывайте, что дети 5-6 лет лучше осваивают все в игре, чем в работе;

*продолжительность выполнения графических занятий не должна быть больше 3-5 минут.

Первый шаг: учимся правильно сидеть.

Второй шаг: учимся правильно держать ручку и бумагу.

Третий шаг: учимся рисовать прямые линии - вертикальные, горизонтальные, наклонные.

Четвертый шаг: учимся рисовать прямые и наклонные параллельные линии.

Пятый шаг: учимся рисовать полуovalы - верхние, нижние.

Шестой шаг: учимся рисовать круги и овалы.

Седьмой шаг: учимся рисовать зигзаги (плавно передвигая руку).

Восьмой шаг: учимся рисовать линии, полуovalы, овалы определенной величины (вводим ограничительную линейку- строку).

Девятый шаг: учим печатные буквы и учимся писать их правильно.

Десятый шаг: учим элементы письменных букв.

Начальная школа – наиболее благоприятный период для преподавания из любой области знаний.

Младший школьный возраст – время обретения умелости и компетентности. Первоклассники старательные ученики и послушные воспитанники. Школьник- это первый социальный статус ребенка, почти каждый ребенок стремится делать все правильно. Ведущая деятельность учеба. мир в этом возрасте представляется системой научных знаний и понятий, которыми надо овладеть.

В процессе учебы ребенок должен доверительные отношения с другим взрослым, с учителем. Учитель очень значимая личность. так как он является «социально установленным» авторитетом, но, если учитель допускает лояльное отношение к установленным правилам, для ребенка это правило разрушается тоже.

Обучение грамотности

- ✚ Научитесь внутренне визуализировать слово(представлять), начиная с маленьких и простых слов.
- ✚ Посмотрите на воображаемый внутренний образ слова и напишите его в обратной последовательности (справа на лево).
- ✚ Проверьте написанное слово. Разберите слово на группы и постройте картинку слова из этих групп последовательно.
- ✚ Мысленно раскрасьте слово своим любимым цветом. Мысленно расположите слово на знакомом для вас фоне.

- ✚ Если слово длинное, мысленно уменьшите размер букв так, чтобы слово целиком легло представлялось.
- ✚ Нарисуй в воздухе пальцами слово в зеркальном отражении. Начиная конструирование слова визуальное, заканчивайте в позитивной кинестетике (как правило, позитивные чувства связаны со средней линией тела).



Леворукость – многовековая загадка

Одна из тем, которая интересует родителей – это леворукость. Ее соотносят, не как к индивидуальному варианту нормы, а как к нарушению развития. Если сравнить статистику, то леворуких жителей планеты насчитывают только 5-12%.

Леворукие известные и гениальные люди – это Александр Македонский, Наполеон, Леонардо да Винчи, Джеймс Клерк, И.П. Павлов, В.И. Даль, Чарли Чаплин, Полл Маккартни, Дж. Буш и Б. Клинтон и много выдающихся спортсменов, которые показали, что никакой вид деятельности для них не является недоступным. Так, ***что леворукость еще остается загадкой, потому что исследования должны быть продолжены, не только на уровне нескольких стран, но и отдельно взятой страны, чтобы глубже понять и раскрыть уникальность леворуких.***

Причем изучение функциональной организации мозга у леворуких детей ведется в разных

направлениях в том числе и на основе анализа характера и особенностей межполушарного взаимодействия. Уже с семилетнего возраста выделяются различия между выполнением зрительно – моторных реакций ведущей и не ведущей рукой, как у праворуких, так и леворуких детей 4-15 лет. Поэтому при помощи тренировки некоторые родители, воспитатели, учителя начинают усиленно переучивать левшу, *что не рекомендуется делать.*



Как же определить леворукость ребенка?

Это может сделать сам родитель вместе с ребенком.

Например, французская исследовательница М. Озья использовала 20 заданий для определения леворукости ребенка.

1. Завинтить крышки на бутылках.
2. Зажечь спички.
3. Разрезать бумагу ножницами.
4. Наколоть, нанизать (но не на стержень (иголку), а стержень необходимо вставлять в небольшое отверстие пуговиц, бусин, геометрических фигур).
5. Почистить обувь щеткой.
6. Намотать нитку на катушку.
7. Перелить воду из одного сосуда в другой.
8. Попасть иголкой, булавкой в небольшую точку.

9. Отвинтить гайку.
10. Сложить мелкие детали (пуговицы, бусины) в узкий цилиндр.
11. Разложить (раздать) карточки (карты).
12. Проколоть дырочки (5-6 ударов).
13. Стереть ластиком предварительно нарисованные крестики.
14. Продеть нитку в иголку.
15. Почистить себя, стряхнуть с себя соринки, пыль.
16. Капнуть из пипетки в узкое отверстие бутылочки.
17. Достать бусинку ложкой из стакана.
18. Позвонить колокольчиком, дернуть за шнур звонка.
19. Закрывать, открыть молнию на сумке.
20. Взять стакан и сделать несколько глотков.

Переучивать левшей не рекомендуется, это может привести к неврозам – это серьезные заболевания, проявление которых может выражаться в ярко выраженной симптоматике: это нарушение сна, нарушение аппетита, головных болях (боли в животе), страхи, энурез, заикание, тики, навязчивые движения, повышенная возбудимость, раздражительность, укачивание в транспорте, повышенная чувствительность жару, духоте, запахам, укачивание в транспорте, длительное беспокойство, неусидчивость, вялость, заторможенность, резкая смена настроения, неадекватные реакции. Переучивание левшей, скорее всего носит бытовой характер. Важно учитывать биологические особенности детей, то что заложено в ребенке.

Игры на манипулирование с предметами

1. Бусы. Детям нравится перебирать мелкие предметы, и это очень полезно. Поэтому можно надеть на себя какие-нибудь бусы с бусинами различного размера и формы. Ребенок будет с интересом перебирать их пальчиками. Для этих целей хорошо



подойдут слингобусы. А еще можно предложить малышу специальную игру – бусы для нанизывания. Они могут быть деревянные, пластмассовые или из любого другого материала, на ваш выбор.

2. Вкладыши. Это могут быть и рамки-вкладыши, которые помимо развития моторики формируют у ребенка понятие о форме предметов, и стаканчики-вкладыши, которые формируют у ребёнка понятие о размере предметов, а еще из них можно строить башни, домики, вкладывать их друг в друга, вынимать. Игр можно придумать много, главное включить фантазию. У нас много разных рамок-вкладышей из разных материалов (дерево, картон, пластик).

3. Крупы, песок и т.п. Их можно перебирать, пересыпать, перекидывать рукой, ложкой... в общем все опять же зависит от вашей фантазии. Игры с

крупой хорошо развивают мелкую моторику и тактильные ощущения:

- В миску можно насыпать любую крупу и дать её малышу. Он будет трогать крупу рукой или просыпать её сквозь пальчики.
- В миску можно насыпать разные крупы и дать ребенку по очереди опускать руку в каждую из мисок. Так он сможет прощупать разные крупинки и брать их пальчиками.
- Можно усложнить задачу. На глазах ребенка закопать какой-нибудь маленький предмет в крупу и предложить ему найти этот предмет.
- С возрастом ребенка можно попросить отделить к примеру зерна от риса...
- Или накормить любимую игрушку бобами...
- Или сделать дорожку из фасоли...
- Или научить рисовать на песке. Насыпьте песок на поднос, возьмите пальчик ребенка в свою руку и проведите им по песку. Начать можно с простых фигур – линий, прямоугольника, круга, постепенно усложняя задание.

4. Помпоны. Одна из наших любимых игр – это игра с помпонами. Дать ребенку лоток для яиц, и он с удовольствием раскладывает туда помпоны. Задачу можно усложнить, выдав ребенку по несколько помпонов одного цвета и попросить его сложить все помпончики одного цвета в одну ячейку. Также можно попросить ребенка переложить помпоны из ведерка в



лоток с помощью ложки или пинцета. Можно научить ребенка нанизывать помпоны на леску и делать свои собственные игрушки. Либо делать из помпонов аппликации.

5. Крышки, ключи, замки, выключатели... Такое простое занятие, как завинчивание и раскручивание крышек банок, бутылок, пузырьков развивает ловкость пальчиков. Пусть дети учатся включать-выключать с помощью выключателей... Вставлять ключи в замки... Открывать-закрывать задвижки... Надевать цепочки... У каждого в доме найдется ненужные вещи, которые пылятся где-нибудь на балконе - их и выкинуть вроде жалко, и в дело уже не пустишь...



6. Рисование и раскрашивание. Рисовать можно на чем угодно и чем угодно. Раскрашивать можно любую раскраску, даже заготовленную лично вами. Мы начинали рисовать с легкосмываемых фломастеров с толстым наконечником. Потом перешли на пальчиковые краски, карандаши. Сейчас в основном рисуем мелками на мольберте.