

ПОЧЕМУ НУЖНО РАЗВИВАТЬ МЕЛКУЮ МОТОРИКУ?

Мелкая моторика – это способность выполнять точные и мелкие движения кистями и пальцами рук. Ее развитие зависит от скоординированных действий сразу нескольких систем – мышечной, нервной и костной.

Онтогенез развития мелкой моторики

3,5 мес. - ребенок тянется к увиденному предмету одной или двумя руками, кисти раскрыты.

4 мес. - ребенок сводит руки по средней линии, тянется к ним, играет с ними.

5 мес. - ребенок уверенно тянет руку к игрушке, держит предмет, тянет его в рот.

6 мес. - ребенок перекладывает предмет из руки в руку.

7 мес. - ребенок вращает кистью руки, удерживая в ней игрушку.

8 мес. - ребенок может удержать между указательным и большим пальцами пуговицу.

9 мес. - ребенок хлопает в ладоши, пытается самостоятельно пить из чашки.

12 мес. - ребенок бросает предметы в игре, может подать игрушку взрослому, берет мелкий предмет двумя пальцами.

1 г. 2 мес. - ребенок пытается рисовать каракули.

1 г. 5 мес. - ребенок ставит кубик на кубик, пытается собрать пирамидку.

1 г. 7 мес. - ребенок может развернуть завернутый в бумагу предмет.

1 г. 8 мес. - ребенок ставит три кубика друг на друга, может чертить прямые линии.

2 г. - ребенок может откручивать крышку банки, пытается остановить катящийся к нему мяч, строит простые постройки из лего.

3 г. - ребенок может перелить жидкость из одной емкости в другую, нанизывать на шнур большие бусины, режет бумагу ножницами, раскатывает пластилин.

3-4 г. - ребенок уверенно держит карандаш пальцами, копирует формы несколькими штрихами, строит различные постройки из кубиков.

4-5 л. - ребенок рисует карандашами и цветными мелками, складывает бумагу более чем один раз, определяет предметы на ощупь, лепит из пластилина предметы, состоящие из 2-3 частей, шнуруют ботинки.

5-7 л. – ребенок аккуратно вырезает картинки, пишем буквы и цифры, дорисовывает недостающие детали на картинке, воспроизводит геометрические фигуры по образцу.

Преимущества развития мелкой моторики:

Первое преимущество: мелкие движения пальцами и кистями рук включают в работу головной мозг. Активная работа головного мозга важна для развития и выполнения любых психических процессов (мышления, памяти, внимания, речи).

Если идет работа двумя руками одновременно, то с одинаковой силой действуют правое (образное, эмоциональное) и левое (логическое) полушария головного мозга. Это обеспечивает максимальное проявление ребенком своего потенциала.

Как развивать?

- выполнять одинаковые движения двумя руками (например, пальчиковые гимнастики, кулак-ребро-ладонь, заяц-коза и т.д.)
- выполнять разные движения двумя руками (например, те же пальчиковые гимнастики, одной рукой, вторая делает то же, только с отставанием на одно движение или совсем другое)
- выполнять перекрестные движения пальцами, кистями.
- рисовать, писать одной рукой (правой, потом левой), двумя руками одно и то же (например, круг), двумя руками разные рисунки (одной- круг, другой- квадрат одновременно).

Второе преимущество: в головном мозге области, отвечающие за речь и за точные мелкие движения расположены очень близко, поэтому их работа будет положительно друг на друга влиять. Считается, что без развития мелкой моторики и речь плохо развивается. Есть такое мнение, что мелкие движения пальцев и кистей рук повторяют движения

органов артикуляционного аппарата. Не зря некоторые люди, чтобы облегчить свою речь активно жестикулируют руками, такой же прием используется для коррекции заикания, а также при исправлении звукопроизношения в последнее время стала активна биоэнергопластика – сочетание движения языка и кисти руки при выполнении артикуляционных упражнениях.

Что можно делать для развития?

- «ручной» теневой театр – зрелищное представление, организуемое с помощью рук ребенка, родителя или совместно. Включает в себя единичные (статичные) позы или смену динамичную смену поз (пример, на рисунке 1)

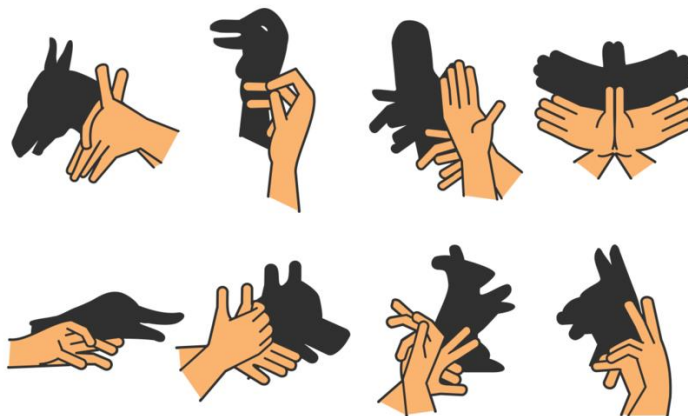


Рис. 1. – «Ручной» театр теней.

Третье преимущество: успешное овладение навыками рисования и письма, а также любой творческой деятельностью, предполагающей производство «продукта».

Как способствовать развитию?

- обводилки (копирование рисунка, рисование по точкам, завершение второй половины рисунка).
- вырезание (по заранее заготовленному шаблону, по линиям разного характера – прямые, квадратные, волнистые, спиральные и т.д.).
- графический диктант (рисование по клеточкам на основе инструкций взрослого, с определением пространственного направления и количества клеток).
- штриховка (в разном направлении – вертикально, горизонтально, по диагонали и т.д.).
- раскрашивание (мандалы, простые раскраски, буквы, цифры и т.д.).

Когда и какие упражнения использовать, можно сориентироваться, посмотрев особенности онтогенеза мелкой моторики.

Развитие мелкой моторики – важная составляющая психического развитие ребенка.

С одной стороны, развитию кисти принадлежит важная роль в развитии головного мозга и речи, с другой – тонкие движения кисти позволяют ребенку быть самостоятельным (сложить мозаику, завязать шнурки, застегнуть пуговицы и др.). Поэтому нужно уделять внимание развитию мелкой моторики уже на самых ранних этапах развития.

Развитие мелкой моторики начинается с хватательных движений. Для этого подойдут любые предметы с возможностью захвата – погремушки, которые удобно брать ручкой, палочки, веревочки, тряпочки. Когда ребенок сможет уверенно держать простые предметы, начните предлагать ему более сложные (нетипичный/неудобный захват или габарит) – это потребует от него перестройки движения руки, что повлечет за собой большее разнообразие движений. Важно, чтобы в период с 1 года до 3-х лет ребенок получил большой опыт

действия с разными предметами по форме, размеру, весу, поверхности (гладкие, шероховатые, колючие и др.). Это позволит ему разнообразить движения руки.

После трех лет пора переходить к развитию тонких движений кисти – движения, которые выполняются несколькими пальцами. Для этого подойдут мелкие предметы. Отличный материал для игр в этом возрасте – бусинки, пуговицы, фасоль, горох и т.д. Можно перекладывать, делать картины, сортировать и др.

Существует достаточно большой сегмент на рынке детских игрушек – бизиборды, развивающие коврики и др., которые как раз и предназначены для развития моторики в младшем дошкольном возрасте. Любые предметы, которые требуют застегивания, шнуровки, открывания/закрывания и др. позволят ребенку тренировать мелкие движения руки.

Очень полезными для развития мелкой моторики будут лепка из пластилина /глины/ теста, аппликация или конструирование из мелких деталей, пальчиковые игры, сопровождающиеся стихотворным текстом.

В старшем дошкольном возрасте, когда уже встает вопрос подготовки руки к письму, важно не только развивать разнообразные движения, но и тренировать выносливость. Для этого хорошо использовать разные виды рукоделия и творчества, которые предполагают многократное повторение мелких движений – бисероплетение, поделки из фольги, пластилинография и др. Также перед школой важно научить ребенка и расслаблять руку. Для этого нужно выучить несколько вариантов пальчиковой гимнастики.