

Развитие общей и мелкой моторики

Упражнения, направленные на развитие кистевой моторики.

Вот только некоторые из них:

- на плотном картоне рисуется контур кисти ребёнка с равномерно разведёнными пальцами (ребёнок фиксирует свою руку соответственно контуру) ;
- ребёнок кладёт кисть руки на стол и по просьбе взрослого поочередно приподнимает пальцы. Если ребёнку не сразу удастся выполнить это упражнение, взрослый может придерживать рукой те пальцы, которые должны остаться неподвижными;
- ребёнок складывает ладони, сжимает их и постукивает пальцами каждой пары (для увеличения мышечной нагрузки, на каждую пару пальцев можно надеть тонкую резинку небольшого диаметра) ;
- по заданию взрослого ребёнок показывает поочередно пальцы по одному, по два, по три; выдвигает вперёд второй и пятый палец («коза», остальные должны быть сжаты в кулак;
- отбивание такта каждым пальцем, имитация игры на пианино;
- «отстреливание» ватного шарика, бусины, пуговицы, шашки и т. д. одним, двумя и четырьмя пальцами правой и левой руки поочередно.

В работе по развитию мелкой моторики хорошо зарекомендовали себя специальные игры, упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов:

- работа со счётными палочками;
- нанизывание колец на тесьму, бусин на мягкую проволоку;
- работа с различными вкладышами;
- собирание пирамидок, матрёшек;
- работа с бумагой (сминание, обрывание, разглаживание) ;
- лепка из солёного теста, глины, пластилина;
- работа с различными видами шнуровок (плоскостных и объёмных) ;
- рисование в воздухе, на ладошке сверстника, на песке, крупе, соли;
- работа с мозаикой и конструкторами различной величины;
- игры с песком и водой;

- рисование двумя руками одновременно (обводка по пунктирным линиям и раскрашивание полученных контурных изображений двух одинаковых предметов/фигур) и др.

Развитию плавности и точности движений способствуют такие задания, как:

- раскрашивание картинок;
- точное обведение контуров предмета;
- рисование простых предметов по проставленным точкам;
- обводка контура предмета через стекло или кальку;
- штриховка готовых контурных изображений предметов и геометрических фигур в заданном направлении (в работе используются только простой и цветные карандаши) и т. д.

Очень важно суметь убедить ребёнка в полезности подобных упражнений и стимулировать его успехи, нужно отмечать ускорение темпа выполнения упражнения, его точность.

Систематическая работа по формированию мелкой моторики детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и ДЦП способствует развитию у них двигательных умений и навыков, тактильного восприятия; активизируются возможности осязания, узнавания предметов на ощупь, улучшается качество целенаправленных практических действий.

Играем с крупами.

Все детки любят перебирать пальчиками крупы. Дайте ребенку несколько разных емкостей, пусть пересыпает крупу. Можно для игры использовать тарелки разных цветов. Насыпав в них фасоль, считать – в какой больше всего, в какой меньше всего. Посадить разных животных возле каждой тарелки, причем подбирать их по цветам: из зеленой тарелки кушает лягушка, так как она тоже зеленая и любит этот цвет и т. д. Можно насыпать крупу на поднос и рисовать по ней пальчиками. Для ребят постарше смешайте несколько круп – поиграйте в «золушку» – отберите одну крупу от другой. Можно ребенку предложить опустить руки в крупу и найти там знакомый предмет.

Макароны – хороший материал для изучения формы, длины. Возьмите шнурок и нанизывайте их. Так получатся отличные бусы для куклы. Сортируем. Ложки и вилки отдельно. Большие ложки от маленьких.

Играем с крышечками. Полезно для развития мелкой моторики. Надеваем их на бутылочки (вращательные движения). Возьмите баночки, кастрюльки разного размера. Снимите с них крышечки и перепутайте, пусть ребенок подберет к каждой баночке свою крышечку.

Ежик. Возьмите яблоко, дайте ребенку зубочистки, пусть их втыкает в яблоко. Получится ежик. Полезно и для мелкой моторики и для развития фантазии малыша. Однако будьте внимательны: маленьким деткам лучше не давать острые зубочистки или делать под присмотром взрослых.

Игры с водой. Поставьте перед ребенком две тарелочки, одна из которых наполнена водой, а другая пуста. Покажите ребенку, как при помощи кухонной губки переливать воду из одной

емкости в другую. Обращайте внимание на льющуюся струйку и капли. Также можно пускать кораблики – губки по воде или крышечки. Можно на кораблики сажать моряков – например, фасоль. Бросаем предметы в воду, смотрим, что тонет, а что нет. Еще можно взять коктейльные трубочки и дуть ими в воду, будут идти пузырьки, которые развеселят вашего ребенка.

Играем с пинцетом. Берем большим пинцетом поролоновые кусочки и складываем в тарелку.

Игры с магнитами. Безделушки на магнитах, которыми принято украшать кухню, помогут взрослым придумать много интересных заданий и игр. Например, мама просит ребенка расположить их на дверце холодильника в определенном порядке: сначала только то, что можно кушать, потом всё остальное.