

Развитие мелкой моторики.

Мелкая моторика — комплекс скоординированных действий, направленных на точное выполнение мелких движений пальцами и кистями рук и ног. В этом принимают участие нервная, мышечная, костная и даже зрительная системы. К ней относятся разнообразные движения: от всем привычных жестов до самых мелких манипуляций.

С точки зрения анатомии, 1/3 двигательной проекции на коре головного мозга составляет именно проекция кисти, расположенная рядом с речевой зоной. Поэтому так важно развитие мелкой моторики у детей 3-4-5 лет: от неё будет зависеть сформированность речевых навыков, успехи в школьном обучении, благополучная социализация ребёнка. В чём её возрастные особенности и как добиться её максимального прогресса у деток дошкольного возраста?

Особенности



В дошкольном возрасте в норме моторные навыки по сравнению с 2-3 годами становятся разнообразнее и сложнее. Доля манипуляций, требующих согласованных действий рук, увеличивается. Нужно знать, какими возрастными особенностями характеризуется развитие мелкой моторики у детей 4-5 лет, чтобы направить его в нужное русло.

1. К 3 годам, движения пальцев детей становятся, хоть как-то похожи на движения взрослого человека.
2. Навыки мелкой моторики, приобретённые ранее, совершенствуются.
3. Дети учатся класть вещи в определённое место.
4. До 3 лет малыш захватывал и держал преимущественно ладонью, а теперь он активнее использует пальцы.

5. Дошкольники от 3 до 5 лет пытаются рисовать круги и линии, резать ножницами бумагу, снимать и надевать свободную, просторную одежду.
6. Мелкая моторика теперь формируется в совокупности с кинестетическим чувством. Ребёнок начинает осознавать положение и перемещение собственного тела в пространстве. Запускается процесс развития зрительно-тактильно-кинестетических связей. Благодаря этому, движения рук выполняются под контролем зрения.

Таким образом, развитие мелкой моторики рук у детей 3-4 лет происходит последовательно, постепенно. Сначала надо научиться дотягиваться до предмета, чтобы схватить его, а после этого манипулировать им. Важное значение в этом процессе имеет координация движений обеих рук и глаз. Педагоги, психологи, физиологи определили нормы и отклонения в развитии мелкой моторики в дошкольном возрасте.

Нормы



По мнению специалистов, развитие моторики у детей 4 лет и даже 5 должно соответствовать следующим нормативным требованиям.

1. Стучит предметом о предмет.
2. Берёт бусинку или крошку хлеба (любую круглую мелкую деталь) двумя пальцами, причём это должны быть большой и указательный.
3. Рисует на листе бумаги, а потом перечёркивает рисунок.

4. Вытаскивает маленькие предметы из прозрачной банки.
5. По аналогии строит мостик из 3 кубиков.
6. Самостоятельно строит башню не менее, чем из 3 кубиков.
7. Старается нарисовать вертикальную линию: погрешность не должна превышать 30°.
8. Перерисовывает крестик, круг, квадрат.
9. Рисует человечка с не менее, чем 3 элементами.

Именно к таким нормам должно стремиться развитие мелкой моторики рук у детей 4-5 лет: если большую часть навыков из этого списка ваш ребёнок усвоил, формирование его мышления и двигательных способностей не требует коррекции. Когда наблюдается частичная задержка (и даже опережение) по 1 или 2 показателям, говорят о негармоничной динамике функций мышления, речи и мелкой моторики. В том случае, когда ребёнком не усвоена большая часть перечисленных навыков, необходима более точная диагностика на отставание в той или иной степени.

Отклонения

Если развитие мелкой моторики у детей 3-4 лет недостаточное для этого возраста, у ребёнка будут наблюдаться характерные отклонения от нормы:

- нарушена техника движений;
- страдают двигательные качества: ловкость, быстрота, сила, координация, точность;
- диагностируются недостатки психомоторики;
- плохо сформированы элементарные навыки самообслуживания;
- слабые технические навыки в рисовании, лепке, конструировании, аппликации;
- неумение правильно держать кисточку или карандаш, регулировать силу нажима на них;
- затруднения при использовании ножниц.

Если развитие моторики у детей 4-5 лет происходит по данному плану (5-6 нарушений), это отклонения. Несмотря на отсутствие у них грубых двигательных расстройств, уровень физического и моторного прогресса гораздо ниже, чем у нормально развивающихся малышей дошкольного возраста. И здесь очень важно вовремя это распознать.

Диагностика



Чтобы выявить, что развитие мелкой моторики у детей 3 лет и старше нарушено, нужна диагностика. Точные результаты скажет специалист, но в домашних условиях её тоже можно провести. Попросите малыша выполнить следующие несложные упражнения.

1. Прочтите ему потешку, выполняя при этом несложные движения пальцами и кистями рук, а потом попросите его повторить их вслед за вами.
2. Вытянуть перед собой руки. Одна рука сжата в кулак, другая выпрямлена. Нужно медленно, но одновременно изменить положение кистей.
3. У него должно получаться «шагать» по плоской поверхности пальцами (указательным и средним поочерёдно).
4. Он должен уметь «загибать пальчики» поочерёдно, начиная с мизинца.
5. Попросите его выполнить упражнение «щепоть-ладонь». Предлагается соединить пальчики левой руки в щепотку так, будто он изображает клюв дятла, и постучать по правой ладони, которая должна быть вертикально раскрыта. То же самое выполнить, поменяв руки.
6. Попросить развернуть одновременно обе руки в строгой последовательности: кулак — ребро руки — ладонь.
7. На глазах у ребёнка разберите пирамидку и дайте ему задание собрать её заново.
8. Похожее упражнение с матрёшкой: сначала её разбирают у него на глазах, а потом просят собрать.
9. Попросите срисовать домик, состоящий из обычных элементов, простых для воспроизведения даже при отсутствии таланта художника. Проверьте, насколько точна получившаяся копия. Особое внимание уделите таким мелким элементам, как крыльцо, труба, дверь, — именно они будут указывать на динамику развития в руках мелкой моторики.
10. Предложите обвести рисунок по точкам, но при этом заранее обговорите, что отрывать карандаш (ручку, фломастер) от бумаги нельзя.

11. Нужно заштриховать фигуру прямыми линиями, при этом стараясь не выходить за её контуры. Просите ребёнка использовать штриховку разного вида: горизонтальную, вертикальную, по диагонали, волнистую.

Теперь подведите итоги. Если в 3 года ему позволительно выполнять хотя бы 30% от всех этих упражнений, то к 5 годам мелкая моторика должна быть так развита, что нормой считается 80-90% этих заданий. Если у вас эти показатели ниже, с малышом нужно больше заниматься. Иначе это потом плачевно скажется на его дальнейшем речевом и даже интеллектуальном развитии.

Важнейшим фактором, который определяет развитие мелкой моторики детей 3 лет и старше, является своевременно организованная помощь коррекционно-педагогического характера. Дети с отклонениями должны быть направлены в коррекционные группы при специализированных детских садах. Чтобы этого не случилось, родители должны как можно больше заниматься с ребёнком дошкольного возраста, развивая мелкую моторику в пальчиках: методик и способов имеется очень много.

Методики развития

Чтобы развитие мелкой моторики у детей 3-4 лет было в рамках нормы, его можно ускорять. Есть разные методики.

Игры с мелкими предметами

Ребёнку с 3 лет просто необходимо предлагать все те игры, где нужно собирать мелкие части в единое целое:

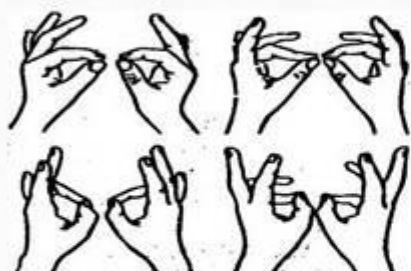
- мозаика;
- пазлы;
- конструктор.

Такие игры не только способствуют развитию мелкой моторики, но и формируют творческое воображение, ориентировку в пространстве.

Пальчиковые игры

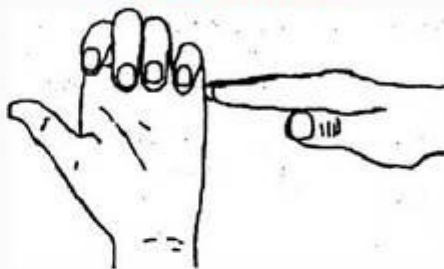
Пальчиковая гимнастика

1. «Колечко».



Поочерёдно и как можно быстрее перебираем пальцы рук, соединяя с большим. Упражнение выполняется с каждой рукой отдельно, затем вместе.

2. «Лезгинка».



Левую руку сжимаем в кулак, большой палец отставляя в сторону.

Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасаемся к мизинцу левой руки. (6-8 раз)

Пальчиковые игры для развития мелкой моторики

Пальчиковые игры на развитие мелкой моторики для детей 3-4 лет могут опираться на:

- цветные палочки;
- скороговорки;
- стихи;
- пальчиковый алфавит;
- пальчиковый театр.

В первое время для трёхлетних малышей будет нормой повторение движений вслед за взрослым. Но в 5 лет, слыша стихотворение, в котором заложено задание на выполнение простейших движений пальчиками, он должен делать их уже самостоятельно.

Массаж кистей и пальцев

Такой способ развития у рук мелкой моторики предполагает несколько методик:

- профессиональный массаж у специалиста;
- самостоятельная разминка пальчиков и кистей родителями («как умеют», что называется);
- предлагайте ребёнку запускать мелкий волчок, чтобы он крутился как можно дольше;
- пусть он запускает руки в крупы (рис, пшено, гречку) и песок, трогая там пальчиками по отдельности каждую крупинку.

Игры с элементами массажа очень хорошо способствуют развитию в пальчиках и кистях мелкой моторики.

Лепка

Здесь трудно формулировать какие-то конкретные задания. Просто давайте дошкольнику пластилин в руки: пусть его пальчики творят из него то, что придумает его неуёмное воображение. Главное — чтобы лепка присутствовала в ежедневных занятиях малыша с 3 до 5 лет.

Рисование



Несмотря на то, что рисование точно так же, как и лепка, требует полёта фантазии, она нацелена на более конкретное развитие мелкой моторики. Поэтому здесь есть выполнение определённых заданий:

- рисование по трафаретам;
- штриховка;
- рисование по фигурным линейкам;
- работа с интересными прописями специально для дошкольников.

Работу по развитию мелкой моторики рекомендуется проводить регулярно по 5 минут несколько (5-6) раз в день. Результатов можно добиться, используя разные виды деятельности: игру, лепку, рисование, аппликации, конструирование. Регулярные занятия способствуют попутно формированию восприятия, речи, чувства цвета. Только в совокупности всех этих усилий, которые потребуются и от родителей, и от самих дошкольников, развитие мелкой моторики детей 3-4 лет может быть успешным.