

Игры и игровые упражнения для развития мелкой моторики рук у детей, страдающих ДЦП.

Подготовила :учитель начальных классов Ершова Л.Н.

При определении системы работы по развитию мелкой моторики следует учитывать, что личностная незрелость ребенка, страдающего ДЦП, проявляется в слабости волевых установок, эмоциональной лабильности. Стойкие неудачи при попытках воспроизвести нужное движение или действие может привести к отказу от занятий. Поэтому любое задание надо предлагать в игровой форме, которая вызовет у него интерес, но и за счет положительной эмоциональной стимуляции будет способствовать повышению психического тонуса, а следовательно, и улучшению работоспособности.

Каждое занятие по развитию мелкой моторики рук рекомендуется начинать с элементов самомассажа кисти и пальцев рук. При необходимости - оказание помощи. Дети опускают руки в емкость с водой, самостоятельно или с помощью взрослого выполняют комплекс упражнений.

Массаж является одним из видов пассивной гимнастики. Под его влиянием в рецепторах кожи и мышцах возникают импульсы, которые, достигая коры головного мозга, оказывают тонизирующее воздействие ЦНС, в результате чего повышается её регулирующая роль в отношении работы всех систем и органов.

Начинается и заканчивается самомассаж с расслабления кистей рук, поглаживания:

Самомассаж тыльной стороны кистей рук.

Самомассаж ладоней.

Самомассаж пальцев рук.

На одном занятии выполняется не более 5-6 упражнений.

1. Дети действуют подушечками четырех пальцев, которые устанавливаются у оснований пальцев тыльной стороны массируемой руки, и пунктирными движениями вперед-назад, смещая кожу примерно на 1 см, постепенно продвигают их к лучезапястному суставу («пунктирное» движение).

Утюг

Утюгом разгладим складки,

Будет все у нас в порядке.

Перегладим все штанишки

Зайцу, ежику и мишке.

2. Ребром ладони дети имитируют «пиление» по всем направлениям тыльной стороны кисти рук («прямолинейное» движение).

Пила

Пили, пила, пили, пила!

Зима холодная пришла.

Напили нам дров скорее,

Печь истопим, всех согреем!

3. Основанием кисти делаются вращательные движения в сторону мизинца.

Тесто

Тесто месим, тесто мнем,
Пирогов мы напечем
И с капустой, и с грибами.

- Угостить вас пирогами?

4. Самомассаж кисти руки со стороны ладони.

Мама

По головке мама гладит
Сына-малолеточку.

Так нежна её ладонь,
Словно вербы веточка.

- Подрастай, сыночек милый,
Добрый, смелый, честным будь,

Набирай ума и силы
И меня не позабудь!

5. Костяшками сжатых в кулак пальцев двигать вверх-вниз и справа налево по ладони массируемой руки («прямолинейное» движение).

Терка

Дружно маме помогаем,
Теркой свеклу натираем,
Вместе с мамой варим щи,

- Ты вкуснее пощи!

6. Фалангами сжатых в кулак пальцев производится движение по принципу «буравчика» на ладони массируемой руки.

Дрель

Папа в руки дрель берет,
А она жужжит, поет,
Будто мышка-непоседа
В стенке дырочку грызет!

7. Самомассаж пальцев рук. «Щипцами», образованными согнутыми указательным и средним пальцами, делается хватательное движение на каждое слово стихотворного текста по направлению от ногтевых фаланг к основанию пальцев («прямолинейное» движение).

Клещи

Ухватили клещи гвоздь,
Выдернуть пытаются.
Может, что-нибудь и выйдет,
Если постараются!

8. Двигается подушечка большого пальца, положенного на тыльную сторону массируемой фаланги, остальные четыре охватывают и поддерживают палец снизу («спиралевидное» движение).

Барашки

На лугах пасутся «барашки»,

Шубы в кудрях, погляди,
Все кудрявы, до одной,
Раскудрявые барашки.
«Бяшки» спали в бигуди,
Бегут кудрявою толпой.
Целый день всё: «Бе да бе»,
Утром сняли бигуди,
Уж такая у них мода,
Носят шубы на себе.
Попробуй гладкую найди.
У бараньего народа.

9. Движения, как при растирании замерзших рук.
Морозко

Заморозил нас Морозко,
У него свои заботы –
Влез под теплый воротник,
Знай морозь, да посильней
Как воришка, осторожно
Не балуй, Мороз, ну что ты
В наши валенки проник.
Так не жалуешь людей?

10. Сжимание и разжимание в ладони маленьких резиновых мячей:

Крепко мячики сжимаем,
Наши мышцы напрягаем,
Чтобы пальцы никогда
Не боялись бы труда!

11. Перекатывание мяча по дну емкости с водой с удержанием его сначала
(на первые две строки) между ладошками, затем между большими пальцами,
указательными, средними, безымянными, мизинцами.

Футбол

Поиграем мы в футбол
Средний - точно уж герой,
И забьем в ворота гол!
Забивает головой!
Палец большой
Безымянный вдруг споткнулся
За ворота - горой!
И с досады промахнулся!
Указательный - смельчак,
Малыш-мизинец - молодец,
Забивает гол - вот так!
Гол забил - игре конец!

**Весь комплекс упражнений по развитию мелкой моторики рук условно
можно разделить на 3 составляющие:**

1. Пальчиковая гимнастика

Пальчиковые игры - важная часть работы по развитию мелкой моторики рук. Они увлекательны и способствуют развитию речи, творческой деятельности. Пальчиковые игры - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок, стихов при помощи пальцев. Дети очень любят играть в теневые игры. В ходе «пальчиковых игр» дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Поначалу обучаем детей несложным статическим позам кистей и пальцев рук, постепенно усложняя их, затем добавляем упражнения с последовательно производимыми мелкими движениями пальцев и, наконец, с одновременно производимыми движениями. На первых занятиях все упражнения выполняются в медленном темпе. Педагог следит за правильностью позы кисти руки и точностью переключений с одного движения на другое. При необходимости помочь ребенку принять нужную позу, позволить поддержать и направить свободной рукой положение другой руки.

Упражнения могут проводиться на разных уровнях сложности: по подражанию, по речевой инструкции. Сначала словесная инструкция сопровождается показом, т.е. дети работают по подражанию. Затем степень их самостоятельности увеличивается - показ устраняется и остается только словесная инструкция.

Эти упражнения рекомендуется проводить регулярно, в зависимости от состояния моторики ребенка. Если ребенок сам не способен делать эти упражнения самостоятельно, то родителям рекомендуется брать руку ребенка и делать упражнения его рукой. Следует помнить, что эти упражнения могут проводиться как в водной среде, и как самостоятельное средство развития моторики детей с ДЦП.

Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца («пальчики здороваются»). То же самое левой рукой, обеими руками.

Пальцы правой руки дотрагиваются до пальцев левой – по очереди «здороваются»: большой палец с большим, указательный с указательным и т.д.

Выпрямит указательный палец правой руки и вращать им («оса»). То же самое пальцем левой руки

Указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по воде («человечек»). То же самое другой рукой, обеими руками («дети бегают наперегонки»).

Вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, другие пальцы зажать большим пальцем («коза»). То же другой рукой.

Образовать два кружка большими указательными пальцами обеих рук и соединить их («очки»).

Поднять руки ладонями к себе, широко расставить пальцы («деревья»).

Поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого пальца. То же левой рукой. Затем так же сгибать пальцы, начиная с мизинца.

Сжать пальцы правой руки в кулак, поочередно выпрямить их. То же левой рукой.

Согнуть обе руки в кулаки, большие пальцы вытянуть вверх, приблизить друг к другу, подвигать ими («двое разговаривают»).

Пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить друг к другу («гнездо», «миска»).

Соединить под углом кончики пальцев обеих рук («крыша», «дом»).

Держать пальцы вверх, соединить кончики средних и безымянных пальцев обеих рук. Другие пальцы поднять вверх или вытянуть горизонтально внутрь («мост», «ворота»).

Руки в вертикальном положении, прижать ладони обеих рук друг к другу. Затем слегка раздвинуть их и округлить («часы», «бутон»).

Вытянуть указательный палец правой руки, остальные пальцы «бегут» по воде («бежит собака, лошадь»).

Опустить правую руку в воду, поднять указательный и средний пальцы, расставить их, пошевелить («улитка с усиками»).

Правая рука как в предыдущем упражнении, а левую положить сверху («раковина улитки»).

Средний и безымянный пальцы правой руки согнуты и прижаты к ладони большим пальцем, указательный палец и мизинец слегка согнуты, рука поднята вверх («кошка»).

Концы пальцев направить вперед, прижать ладони друг к другу, слегка приоткрыть («лодочка»).

2. Хорошо зарекомендовали себя упражнения в воде для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов:

На занятиях с игрушками с целью развития моторики рук ребенку предлагается выполнить различные по трудности движения. Ход занятий следующий.

Для расслабления кистей рук используют приемы, описанные выше. Затем побуждают ребенка взять правильно игрушку из разных положений - сверху, снизу, сбоку от него, помогают рассмотреть её, ощупать, поманипулировать ею. Вслед за этим развивают простые действия. Вначале они осуществляются пассивно, т.е. педагог выполняет их рукой ребенка. Отрабатываются следующие действия:

произвольно отпустить игрушку из руки в воду (по инструкции: «Дай»);

вынуть - вложить игрушку самостоятельно или с помощью взрослого;

покатать машину, мяч, кораблик по воде;

собрать из воды мелкие предметы двумя пальцами, варьируя вес, форму и величину предметов;

брать крупные предметы, различные по весу, материалу, форме игрушки всей кистью;

брать предметы сразу двумя руками (меняют фактуру, объем, вес этих предметов).

Упражнения проводятся ежедневно в течение 5-8 мин.

3. Важное место в работе по развитию моторики детей занимает ритмическая организация движений, производимых ребенком в воде, оказывающая положительное влияние на совершенствование слухозрительно-двигательной организации движений. Достигается это в упражнениях, суть которых состоит в том, что ребенок должен воспроизвести движениями определенный ритмический рисунок в виде единой плавной кинестетической мелодии. Такими движениями могут быть хлопки, постукивания и т.д.

Заключение

При формировании мелкой моторики рук у детей с ДЦП в дошкольном возрасте необходимо учитывать следующее:

1. Принципиальный путь помощи детям с ЦП - это раннее комплексное и целенаправленное коррекционное воздействие с учетом индивидуальных особенностей и возможностей ребенка.
2. Особое внимание должно уделяться интенсивности развития сохранных и коррекции нарушенных функций ребенка.
3. Коррекционно-развивающие занятия предполагают постепенное усложнение приемов, направленных на формирование психических функций ребенка.
4. Система коррекционно-развивающей работы предусматривает активное участие в ней родителей ребенка. Наряду с ежедневным посещением занятий, выполнением заданий, по окончании курса реабилитации родители получают рекомендации по дальнейшему развитию ребенка, страдающего ДЦП.

Использованная литература

Галкина В.Б., Хомутова Н.Ю. Использование физических упражнений по развитию мелкой моторики рук при коррекции нарушений речи у учащихся начальных классов. - Ж. Дефектология, № 3, 1999.

Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушениями речи. - Ж. Дефектология, № 4, 1999.