

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ.

«Развитие общей моторики у детей с ограниченными возможностями здоровья»

Точное, динамическое выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти. Особенно связано со становлением речи тонкие движения пальцев рук: почему человек, не находящий нужного слова для объяснения, часто помогает себе жестами, и наоборот, внимательно сосредоточившийся, рисующий, пишущий ребёнок, помогает себе, непроизвольно высовывая язык?

В результате многолетних наблюдений за 4-7-летними детьми имеющими общее недоразвитие речи дефектологи-логопеды, в процессе коррекционной работы убедились в том, что мелкую моторику пальцев рук моторику артикуляционного аппарата гораздо эффективнее развивать параллельно с общей моторикой, что дети с общим недоразвитием речи нуждаются в специальных упражнениях для развития качеств общей моторики, улучшения координации движения и слова, выработки чувства ритма, преодоления моторной неловкости.

Среди *упражнений без речевого сопровождения* выделяются движения, выполняемые стоя, сидя или лежа, упражнения с элементами йоги — гимнастики и психогимнастики. Проводятся они, как правило, с целью не только переключить детей на другой вид деятельности, но и организовать их внимание недисциплинарными методами, научить правильно и точно выполнять задания взрослых, когда одно задание предъявляется всем детям, при этом каждый ребёнок должен воспринимать его как обращённое лично к нему.

Упражнения на релаксацию проводятся на каждом этапе обучения. Они могут сопровождаться звучанием музыки. Детям предлагается, сидя на своем месте за столом, положить голову на стол (на руки) и закрыть глаза или лечь на спину на ковер, вытянуть руки вдоль туловища ладонями вниз, закрыть глаза и представить себя летящим на мягком, пушистом облаке (образы могут быть и другими), которое качает и баюкает ласково, как мама; тёплый ветерок нежно шевелит волосы и гладит по голове, по щекам. Упражнение заканчивается словами: «Но вот подул прохладный ветер, и нам захотелось вернуться на землю».

Упражнения с элементами психогимнастики также проводятся в любом периоде обучения. Идея проведения элементов психогимнастики заимствована нами у М. И. Чистяковой (1990). Это могут быть задания на изображение отдельных эмоций с помощью мимики, жестов, пантомимы. Для выражения



гнева предлагается игра-этюд «Мальчики поссорились» (для детей 4 —5 лет). Мальчики очень рассердились, они сдвинули брови, размахивают руками.

Упражнения с речевым сопровождением можно условно подразделить на речевые игры фонетической и лексико-грамматической направленности, которые включаются соответственно в занятия по формированию звукопроизношения или лексико-грамматических категорий.

Такие упражнения могут нести в себе целый комплекс коррекционных задач:

- снимать напряжение после изучения нового материала, когда требовалась максимальная концентрация произвольного внимания и памяти;
- развивать память, внимание, эмоции;
- содействовать развитию дыхания;
- закреплять произношение отдельных звуков речи;
- развивать просодическую сторону речи.

В текстах, используемых для проведения физкультминуток, присутствуют веселые, забавные, озорные образы, которые воздействуют на эмоции, вызывают положительные чувства, что в конечном итоге помогает более быстрому запоминанию движений, усвоению новых слов.

Для проведения физкультминуток используются игры разных народов, произведения устного народного творчества, при необходимости они адаптируются с учетом речевых возможностей детей. Для отбора необходимого практического материала приходится просматривать большое количество литературных источников по дошкольному воспитанию и логопедии, использовать многократно опубликованный поэтический материал, который не имеет ссылок на авторство и попадает в разряд «фольклора».

Для чего нужны занятия по фонетической ритмике: многолетние наблюдения позволяют сделать вывод, что дети дошкольного возраста, имеющие общее недоразвитие речи, в процессе коллективных игровых действий во время таких занятий становятся более уверенными, моторно активными, усваивают правила игр, которые затем переносят в самостоятельную игровую деятельность.

Такие занятия предупреждают переутомление дошкольников, служат средством эмоциональной разрядки, снимают статическую нагрузку, раскрепощают моторику и речь детей, позволяют достичь наибольшего коррекционно-обучающего эффекта.

Таким образом, физкультурно-оздоровительные занятия для дошкольников с ОНР, ЗПР должны быть разнообразны, носить преимущественно сюжетно-



игровой характер, включать упражнения и игровые задания с речитативами, элементами мышечной и психической релаксации, а также средства и методы данстерапии, ритмопластики, психогимнастики.

Коррекция особенностей моторного развития детей осуществляется путем специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Она направлена на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, развитие статической выносливости, упорядочение темпа движений, синхронного взаимодействия между движениями и речью, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции, развитие тонких двигательных координации, необходимых для полноценного становления навыков письма.

Этому служат следующие упражнения типа:

- сжимать резиновую грушу или теннисный мячик;
- разгибать и загибать поочередно пальцы из кулака и в кулак;
- отхлопывать ритм ладонями по столу, затем чередовать положение руки; ладонь-ребро (одной и двумя руками);
- поочередно каждым пальцем отстукивать в заданном темпе по поверхности стола;
- перебирать разными пальцами натянутую резинку или шнурок;
- отстреливать каждым пальцем поочередно пинг-понговый шарик;
- тренировать руку в захвате мячей различного диаметра;
- вырабатывать переключение движений правой и левой руки (ладонь— кулак, ладонь—ребро ладони и т.п.);
- воспроизводить различные положения руки (кулак—ладонь— ребро), пальцев (колечко—цепь, щепоть);
- захватывать поочередно мелкие предметы небольшого диаметра различными пальцами.

Подвижные игры, нормализуя моторную функцию ребенка, помогают решить и ряд других коррекционно-воспитательных задач: повышают активность, развивают подражательность, формируют игровые навыки, совершенствуют просодические компоненты речи, поощряют творческую активность детей.

Ритмокоррекция

1. Детям предлагается игра "**Похлопаем, потопаем, постучим**". Ребенок отхлопывает заданный ведущим ритм (без музыки) ладонями, оттопывает ногой (при усложнении задания просим ребенка оттопывать обеими ногами поочередно), отстукивает карандашом или палочкой.

Инструкция: "Послушайте, как я постучу, слушайте меня внимательно, а затем после моей команды постучите точно так же". Серии ритмов постепенно удлиняются и усложняются. Если ребенок испытывает затруднения в восприятии и воспроизведении заданных ведущим ритмов, то это может быть одним из признаков его предрасположенности к дислексии (нарушение формирования навыка чтения).

2. Следующая игра – **"Придумай сам"**. Ребенку предлагается придумать свой ритм и передать его ведущему. Если игра проводится в группе детей, то им предлагается передавать придуманные ритмы по кругу.

3. Игра **"Ничего я не скажу, лучше ритмом покажу"**. Ребенок пытается выразить свое состояние или какое-то чувство придуманным им ритмом. Остальным детям предлагается отгадать, что чувствует ребенок или что он хочет сказать своим ритмом.

4. **Словесные ритмы**. Стихотворная фраза (стихи должны соответствовать возрасту ребенка) делится на слова, произносится ребенком и синхронно оттопывается, а затем на слоги и так же отхлопывается. Если ребенок уже учится в школе, то желательно оттопывать и отхлопывать в орфографическом варианте.

Стихотворная фраза постепенно усложняется от занятия к занятию.

Одним из вариантов игр на словесные ритмы может стать игра **"Считалочка-бормotalочка"**. Попросите ребенка выучить, например, фразу из стихотворения А.Барто: "Самолет построим сами". В первый раз ребенок произносит все три слова, затем лишь два, делая хлопок вместо последнего третьего, а затем одно, делая уже два хлопка. В четвертый раз ребенок делает три хлопка, произнося все три слова "про себя". Выглядит это так:

1. Самолет – построим – сами.
2. Самолет – построим – хлопок.
3. Самолет – хлопок – хлопок.
4. Хлопок – хлопок – хлопок.

Возвращаемся к исходной фразе.

1. Самолет – хлопок – хлопок.
2. Самолет – построим – хлопок.
3. Самолет – построим – сами.

Стихотворные фразы усложняются от урока к уроку.

Если ребенок без труда выполняет игры на простые словесные ритмы, то следует перейти к чтению или заучиванию веселых стихов и отхлопыванию их (желательно в орфографическом варианте) по слогам, но с чередованием темпа, от медленного к постепенно убыстряющемуся.

5. С большим успехом в этой работе можно пользоваться **упражнениями из логоритмики**, которые сочетают в себе работу с речью, ритмом, интонацией и движением. Ритм речи, особенно ритм стихов, поговорок, пословиц, способствует развитию координации, общей и тонкой произвольной моторики. С помощью стихотворной ритмической речи вырабатывается правильный ритм дыхания, темпа речи, развивается речевой слух, речевая память. А главное, ребята очень любят эти игры. Они доставляют им много радости и веселья.

Начинать следует с простых, доступных детям текстов. Мы читаем текст, сопровождая его соответствующими движениями, которые можно придумать самим исходя из текста стихотворения. Потом мы еще раз читаем текст и просим

ребенка делать такие же движения, как мы вместе с нами. После нескольких повторений можно предложить делать движения и одновременно повторять вместе с нами текст веселого стихотворения.

Не делайте замечаний ребенку, если у него не сразу все получается! Наоборот, поддержите его восторженным одобрением и похвалой. Помните, что только обучение в радостной и психологически комфортной обстановке принесет желаемый результат. Весело смейтесь над собственными промахами, показывая ребенку, что ошибаться могут даже взрослые и это не страшно.

Вот несколько стихов, которые можно использовать в работе.

Мы играем на гармошке:

Громко хлопаем в ладошки,

Головой слегка качаем,

Руки кверху поднимаем.

Рано утром на полянке

Так резвятся обезьянки:

Левой ножкой – топ, топ!

Правой ножкой – топ, топ!

Руки вверх, вверх, вверх!

Кто поднимет выше всех?

Руки вниз – и наклонились,

За мысочки уцепились!

А теперь на четвереньках

Погуляем хорошенько!

А потом мы отдохнем,

Посидим и спать пойдем!

Развитие памяти

Этот этап развивающей работы хорошо знаком учителям, он традиционен в педагогической практике. Поэтому я представлю его достаточно кратко, хотя в реальности это долговременная программа занятий с детьми. Начинать ее следует еще с дошколятами, готовя их к школе, а затем продолжить и в начальном звене, но на более сложном учебном материале. Слухоречевую и зрительную память следует развивать одновременно, чередуя на занятиях упражнения, связанные с этими видами памяти

Упражнения на развитие слухоречевой памяти

1. В игровой форме предлагаем детям прослушать цепочки звуков, а затем повторить их. От занятия к занятию объем цепочки постепенно увеличиваем.

Ведущий: "Ребята, кто из вас больше запомнит звуков? Я буду произносить цепочку звуков, вы сначала внимательно ее послушайте, а затем по моей команде повторите".

Даем первую цепочку: "А–О–У–Э". Затем ведущий просит повторить ее одного из ребят. Если звуки произнесены верно, то цепочку звуков повторяет хором вся группа. Если же была допущена ошибка, то ведущий просит: "Ребята,

я был невнимателен и прослушал. Помогите мне, пожалуйста, повторите звуки еще раз".

Вторая цепочка может выглядеть так: "У–А–Ы–И–Э–О". Работа с ней идет по тому же алгоритму.

Затем в звуковые ряды вводятся вместе с гласными и согласные звуки

Самое главное – постепенное увеличение объема после того, как вы убедитесь, что дети легко справляются с предыдущим упражнением.

3. Выстраиваем цепочку слогов. Работаем по тому же алгоритму. Цепочка может быть, например, такой:

ПА–НА–РА; ПА–НА–РА–КА;

ПА–НА–РА–КА–ДА.

В этой работе очень важны фантазия и чувство юмора самого ведущего. Так, ребятам можно сказать, что это язык марсиан. Можно даже в них поиграть, давая возможность ребенку на более поздних этапах развивающей работы самому придумать новый язык (цепочку слогов или звуков) – упражнение "Галактическое собрание".

Упражнения на развитие зрительной памяти

Это та же серия упражнений, но в которой мы предъявляем ребенку материал к запоминанию, используя карточки, картинки, небольшие плакаты.

Мы предлагаем ребенку запомнить рисунки с изображенными на них буквами, цифрами, слогами, словами, фразами, конкретными предметами. Работая с детьми, мы не должны забывать про важность игровых моментов на своих занятиях. В свою программу я активно включаю игры и упражнения, которые, с одной стороны, работают на развитие памяти, внимания, речи, а с другой, делают занятие веселым и непринужденным.

Я говорю о целой серии упражнений под общим названием "Дразнилка". Целью этих занятий является развитие высокого уровня подражания, имитации, копирования задаваемых ведущим моделей речи (темп, интонация, высота голоса и др.), движений ("Подвигаемся, как..."; "Побегаем, как..."; "Походим, как..." и др.), мимики (радуемся, огорчаемся, съели кислое и др.) и их различных сочетаний и вариаций.

Параллельно с развитием памяти, как вы уже, наверное, поняли, весь этот блок программы развивает еще и внимание ребенка. Игры, в которых нужно внимательно послушать, внимательно посмотреть, постараться точно скопировать рукой, мимикой, двигаться всем телом и др., направлены на развитие произвольного полимодального внимания, которое необходимо ребенку, чтобы "научиться быть отличником".

Развитие межполушарных взаимодействий

При несформированности межполушарного взаимодействия не происходит полноценного обмена информацией между правым и левым полушариями, каждое из которых постигает внешний мир по-своему. При этом правое полушарие, осуществляя чувственное восприятие, дает необходимые образы для после-

дующего абстрактно-логического анализа левому полушарию. В нем определяются сходство и различие между предметами, явлениями, событиями, обрабатывается речевая информация.

Развитие межполушарного взаимодействия является основой интеллектуального развития ребенка.

Для совместной работы обоих полушарий требуется их функциональная связь. Формируется она в период младенчества, во время ползания благодаря постоянным скрестным движениям рук и ног. Если же период ползания оказывается сокращен, то недостаточно развиваются координация движений, координация деятельности полушарий между собой и координация мозга и тела в целом.



Развивая координацию движений, моторику ребенка, мы создаем предпосылки для полноценного функционального становления многих психических процессов.

Первым блоком программы развития межполушарного взаимодействия является **блок "Движение"** – через комплексы специальных игр и упражнений мы как бы проходим сначала двигательное развитие ребенка от младенчества до раннего возраста.

Комплекс упражнений для дошкольников и младших школьников

Проводится как индивидуально, так и малой группой. Желательно использование специального зала или просторной, хорошо проветриваемой комнаты с ковровым покрытием. Рекомендуется спортивная одежда, не сковывающая движений ребенка.

1. Упражнение на дыхание.

Ребенок лежит на полу лицом вверх, руки вдоль тела. На счет от 1 до 6 идет медленный вдох носом, руки при этом поднимаются вверх вдоль тела, скользя по полу. На счет от 1 до 6 идет медленный выдох через рот, руки опускаются в исходное положение, но поверху. Повторяем 3 раза.

2. "Потягушки"

Ребенок лежит на полу лицом вверх, руки подняты вверх над головой (на полу). На счет от 1 до 6 медленно потянуться, осторожно растягивая позвоночник в разные стороны: пятка правой ноги "ползет" по полу вперед, а левая вытянутая рука одновременно тянется в противоположную сторону; затем то же самое делает левая пятка ребенка и правая рука. Повторяем 5–7 раз.

3. "Бревнышко"

Ребенок лежит на полу лицом вверх, руки плотно прижаты к телу, ноги соединены. Мы предлагаем ребенку закрыть глаза и почувствовать себя частью могучего ствола красивого дерева. На счет от 1 до 6 тело ребенка начинает перекатываться по полу, например справа налево. На счет от 6 до

1, перекатываясь в противоположном направлении, ребенок возвращается на исходную позицию. Повтор 5–7 раз

В этом упражнении можно варьировать темп – убыстрять, замедлять. Можно не использовать счет вообще, предоставив ребенку возможность спонтанного движения.

4. "Лодочка" (лежа на спине лицом вверх)

Ребенок лежит на полу лицом вверх, руки подняты вверх над головой. На счет от 1 до 4 он медленно поднимает одновременно руки, ноги (мысочки при этом оттянуты), голову, делая "лодочку". Держит эту позицию на счет от 1 до 4, медленно возвращается в исходное положение тоже на счет от 1 до 4. Далее следует релаксационное расслабление. Затем повторение упражнения. Делается 3–5 раз.

5. "Лодочка" (лежа на животе лицом вниз)

Выполняется ребенком точно так же.

Далее следуют два упражнения на активное ползание.

6. "Поспешим к Айболиту"

Можно рассказать детям историю о сказочном лесе, в котором появился злой охотник и ранил зверят: зайчика в передние лапки, а медвежонок в задние. Зверята ползут к доброму Айболиту, который их обязательно вылечит.

а) "Раненый зайчик"

Ребенок лежит на животе, голова приподнята над полом, руки плотно прижаты к телу. Поочередно сгибая в коленях то правую, то левую ногу, ребенок начинает ползти до указанного ведущим препятствия.

б) "Раненый медвежонок"

Исходное положение то же, но ноги соединены. Ребенок попеременно сгибает в локтях то правую, то левую руку и, опираясь на локти, ползет до указанного места.

Рекомендуется упражнения а и б проводить на счет, то есть задавая определенный ритм и темп попеременной работы правой и левой частей тела.

7. "Четвереньки"

Ребенок становится на четвереньки, опираясь о пол коленями и ладонями рук. Ведущий четко задает ритм и темп ползания на четвереньках. При ползании необходимо переставлять вперед противоположные руки и ноги одновременно. Можно использовать веселое музыкальное сопровождение. Можно ввести игровой и соревновательный моменты, предложив детям, например, ползать с закрытыми глазами.

8. "Канатоходец"

Исходное положение – стоя, руки опущены, перед ребенком кладется длинная веревка. Это канат под куполом цирка, по которому надо пройти как настоящему канатоходцу (в руки ребенку можно дать флажки или ленточки).

Шаг правой ноги – поднимаем левую руку, шаг левой ноги – поднимаем правую руку, а левая при этом опускается. Мысочки ног при таком движении должны быть оттянуты.

9. Упражнение на дыхание

Мы заканчиваем комплекс упражнением на дыхание (см. упражнение 1).

Второй блок – "**Моторика**" – развитие моторики ребенка по нескольким кинезиологическим программам, позволяющим активизировать межполушарное взаимодействие, достигая при регулярности занятий синхронизации работы полушарий.

Приведем пример одного из комплексов упражнений. Подробнее с кинезиологическими программами можно познакомиться в книге А. Л. Сиротюк "Обучение детей с учетом психофизиологии".

Комплекс упражнений для дошкольников и младших школьников (в сокращении)

1. Зеркальное рисование

На листе чистой бумаги, взяв в обе руки карандаши или фломастеры, мы предлагаем ребенку рисовать одновременно обеими руками зеркально симметричные рисунки, буквы, цифры. Рекомендуется при выполнении этого задания использовать музыку.

2. Колечко

Поднимаем вверх ладошки обеих рук и начинаем перебирать пальцы на обеих руках, соединяя в кольцо с большим пальцем поочередно указательный, средний, безымянный и др. Выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем обеими. Ведущий меняет темп выполнения, то убыстряя, то замедляя его.

Можно использовать при этом текст стихотворения.

В гости к пальчику большому

Приходили прямо к дому

Указательный и средний,

Безымянный и последний.

Сам мизинчик-мальшок

Постучался на порог.

Пальцев дружная семья –

Друг без друга им нельзя.

3. "Кулак – ребро – ладонь"

Ведущий показывает ребенку три положения ладони на столе, последовательно сменяющих друг друга: раскрытая ладонь на столе, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе. Сначала упражнение выполняется вместе с ведущим:

а) ладонью правой руки;

б) ладонью левой руки;

в) обеими ладонями одновременно.

При этом меняем темп выполнения, то убыстряя, то замедляя его. Затем ребенок выполняет упражнение сам. Если у ребенка все получается, то при этом можно одновременно произносить веселые стихи.

Три мудреца в одном тазу

Пустились по морю в грозу.

Будь попрочнее старый таз,
Длиннее был бы мой рассказ.

Особое внимание в коррекционно-развивающей работе следует уделять леворуким детям или детям с элементами левшества.

В этом случае в комплекс упражнений рекомендуется включать, например, следующие упражнения, пришедшие в образовательную практику из нейропсихологии.

4. "Пальчики шалят"

Ладони плотно лежат на столе. Начиная с мизинца поднимаем по одному пальцу:

- а) на правой руке;
- б) на левой руке;
- в) на обеих одновременно.

Меняем темп выполнения упражнения, то убыстряя его, то замедляя. В усложненном варианте добавляем игру "Путаница":

а) просим: "Делаем то, что слышат наши ушки, а не то, что я показываю", – при этом мы сидим рядом с ребенком и работаем вместе с ним;

б) даем установку: "Делаем то, что видят глазки, а не то, что слышат ушки". В этом случае мы активизируем слуховое и зрительное внимание ребенка, работаем над формированием самоконтроля в деятельности.

5. "Моторчик"

Пальцы сжимаем в кулак. Начиная вращение кулаком и кистью:

- а) правой руки;
- б) левой руки;
- в) обеими руками одновременно.

Сначала вправо, затем влево, при этом ведущий меняет темп выполнения. Для дошкольников рекомендуется при этом одновременное чтение веселых стихов. Например:

Самолет построим сами,
Понесемся над лесами,
Понесемся над лесами,
А потом вернемся к маме.

6. "Веселые карандаши"

На стол выкладывается 5–10 карандашей. Собираем карандаши в кулак:

- а) правой рукой;
- б) левой рукой;
- в) обеими руками одновременно.

Затем по одному выкладываем карандаши на стол:

- а) правой рукой;
- б) левой рукой;
- в) обеими руками одновременно.

При выполнении упражнения группой детей можно провести соревнование на самого быстрого и ловкого или на самого аккуратного – и другие упражнения.

Третий блок представлен кинезиологическими упражнениями из программы "Гимнастика мозга", дополненными игровыми и соревновательными моментами, специально подобранной музыкой, ритмическими стихами и текстами. Поскольку он очень обширен, приведу примеры лишь нескольких упражнений.

1. "Перекрестные шаги"

Координируем движения ребенка так, чтобы в такт движения руки одновременно двигалась противоположная нога.

Ладонь правой руки при ходьбе касается левого колена, ладонь левой руки – правого.

Локоть правой руки при ходьбе касается левого колена, локоть левой руки – правого.

Завожу правую ногу при ходьбе влево, а правая и левая рука поворачиваются вправо, левую ногу при движении заводим вправо, а обе руки поворачиваются налево – и другие модификации перекрестного шага.

2. "Перекрестные прыжки"

Выполняются так же, но ребенок не ходит, а подскакивает.

3. "Перекрестный шаг сидя"

Ребенок представляет себя мотоциклистом.

Заводим мотоцикл и "едем": локти рук касаются противоположных колен.

4. "Вращение шеи"

Дышим глубоко, расслабляем плечи, опускаем голову вниз. Медленно вращаем головой из стороны в сторону, снимая напряжение на выдохах.

И многие другие упражнения, часть из которых описана в книге Ирины Друбачевской "Избавимся от двоек".

Конечно, проблема разностороннего индивидуального развития ребенка, а также проблема преодоления возникшей школьной неуспеваемости слишком серьезна, чтобы решить ее, используя только несколько упражнений. Занятия с ребенком должны носить комплексный характер, то есть каждый урок составляется из игр и упражнений, взятых из ритмокоррекции, развития памяти, произвольного внимания, межполушарной синхронизации. Занятия должны быть насыщены веселыми музыкальными ритмами, речевками и стихами.

Упражнения для развития тактильной чувствительности и сложнокоординированных движений пальцев и кистей рук.

1. Ребенок опускает кисти рук в сосуд, заполненный каким-либо однородным наполнителем (вода, песок, различные крупы, дробинки, любые



мелкие предметы). 5 - 10 минут как бы перемешивает содержимое. Затем ему предлагается сосуд с другой фактурой наполнителя. После нескольких проб ребенок с закрытыми глазами опускает руку в предложенный сосуд и старается отгадать его содержимое, не ощупывая пальцами его отдельные элементы

2. Оpozнание фигур, цифр или букв, "написанных" на правой и левой руке

3 Оpozнание предмета, буквы, цифры на ощупь поочередно правой и левой рукой. Более сложный вариант - ребенок одной рукой ощупывает предложенный предмет, а другой рукой (с открытыми глазами) его зарисовывает.

4. Лепка из пластилина геометрических фигур, букв, цифр. Для детей школьного возраста лепка не только печатных, но и прописных букв. Затем опознание слепленных букв с закрытыми глазами.

5. Исходное положение - сидя на коленях и на пятках. Руки согнуты в локтях, ладони повернуты вперед. Большой палец противопоставлен остальным. Одновременно двумя руками делается по два шлепка каждым пальцем по большому пальцу, начиная от второго к пятому и обратно.

6. "Резиночка". Для этого упражнения можно использовать резинку для волос диаметром 4-5 сантиметров. Все пальцы вставляются в резинку. Задача состоит в том, чтобы движениями всех пальцев передвинуть резинку на 360% сначала в одну, а затем в другую сторону. Выполняется сначала одной, потом другой рубкой.

7. Перекатывание карандаша между пальцами от большого к мизинцу и обратно поочередно каждой рукой.

8. Игра "Разноцветные снежинки" (возраст - 4 года). Направлена на развитие мелкой моторики рук, формирование аккуратности.

Материал: фломастеры, белая бумага, ножницы.

Ведущий показывает, как сделать снежинки из листов бумаги, прорезая их. После того как дети сделают много разных снежинок, он говорит, что снежинки получились хоть и разные, но одноцветные. Тут пришли друзья-фломастеры и подарили снежинкам разноцветные платья. Ведущий просит детей раскрасить снежинки.

Т.к. снежинки получаются ажурными, необходимо, чтобы бумага была попрочнее. Движения по закрашиванию влияют на развитие мелкой моторики рук.

9. "Повтори движение" (вариант игры Б. П. Никитина "Обезьянки")

Взрослый, садясь напротив ребенка, делает пальцами своей руки какую-либо "фигуру" (какие-то пальцы согнуты, какие-то выпрямлены - любая комбинация). Ребенок должен точно в такое же положение привести пальцы своей руки - повторить "фигуру". Задание здесь усложняется тем, что ему еще необходимо зеркально отразить (ведь взрослый сидит напротив). Если данное задание вызывает у ребенка сложности, то сначала можно потренироваться, проводя

упражнение сидя рядом (а не напротив ребенка). Так ему будет легче копировать положение пальцев руки.

Дайте ребенку круглую щетку для волос. Ребенок катает щетку между ладонями, приговаривая:

*"У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки.
Но еще сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник".*

Возьмите решетку для раковины (обычно она состоит из множества клеточек). Ребенок ходит указательным и средним пальцами, как ножками, по этим клеткам, стараясь делать шаги на каждый ударный слог. "Ходить" можно поочередно то одной, то другой рукой, а можно - и двумя одновременно, говоря:

*"В зоопарке мы бродили,
К каждой клетке подходили
И смотрели всех подряд:
Медвежат, волчат, бобрят".*

Берем пельменницу. Ее поверхность, как вы помните, похожа на соты. Малыш двумя пальцами (указательным и средним) изображает пчелу, летающую над сотами:

*"Пальцы, как пчелы, летают по сотам
И в каждую входят с проверкою: что там?
Хватит ли меда всем нам до весны,
Чтобы не снились голодные сны?".*

Насыпаем в кастрюлю 1 кг гороха или фасоли. Ребенок запускает туда руки и изображает, как месят тесто, приговаривая:

*"Месим, месим тесто,
Есть в печи место.
Будут-будут из печи
Булочки и калачи".*

Насыпаем в кружку сухой горох. Ребенок на каждый ударный слог перекладывает горошины по одной в другую кружку. Сначала одной рукой, затем двумя руками одновременно, попеременно большим и средним пальцами, большим и безымянным, большим и мизинцем. Четверостишия подбираются любые. Насыпаем горох на блюдце. Ребенок большим и указательным пальцами берет горошину и удерживает ее остальными пальцами (как при сборе ягод), потом берет следующую горошину, потом еще и еще - так набирает целую горсть.

Можно делать это одной или двумя руками.

Две пробки от пластиковых бутылок кладем на столе резьбой вверх. Это - "лыжи". Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на "лыжах", делая по шагу на каждый ударный слог:

*"Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,
Мы любим забавы холодной зимы".*

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно.

Ребенок собирает спички (или счетные палочки) одними и теми же пальцами разных рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д.

Строим "сруб" из спичек или счетных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.

Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) поочередно "кусаем" ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

*"Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: "Кыш!"*

Берем веревку (толщиной с мизинец ребенка) и завязываем на ней 12 узлов. Ребенок, перебирая узлы пальцами, на каждый узел называет месяц года по порядку. Можно сделать подобные приспособления из бусин, пуговиц и т.д.

Натягиваем веревку на уровне плеч ребенка и даем ему несколько бельевых прищепок. На каждый ударный слог ребенок цепляет прищепку к веревке:

*"Прищеплю прищепки ловко
Я на мамину веревку".*

Ребенок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый мешочек) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

Ребенок катает грецкий орех между ладонями и приговаривает:

*"Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех".*

Два грецких ореха ребенок держит в одной руке и вращает их один вокруг другого.

12. Игры - шнуровки Марии Монтессори:

- развивают сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук;
- развивают пространственное ориентирование, способствуют пониманию понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева";
- формируют навыки шнуровки (шнурование, завязывание шнурка на бант);
- способствуют развитию речи ;
- развивают творческие способности.

В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика), а это в свою очередь влияет на формирование головного мозга и становления речи. А также, что не маловажно, игры-шнуровки Монтессори косвенно готовят руку к письму и развивают усидчивость. Познают мир "руками" не только крохотные малыши - игрушки, которые требуют работы кисти, пальцев полезны и детям постарше. Мария Монтессори почти сто лет назад давала своим детям кусочки кожи с дырками и шнурки - и руки развивает, и сосредотачиваться учит, и в жизни пригодится. Нам, в отличие от Монтессори, не придется сидеть с ножницами и тряпочками. Можно просто купить "игру-шнуровку" - набор из разноцветных шнурков и башмака, пуговицы, "куска сыра" или какой-нибудь еще деревянной штуки с дырками. Иногда к ним прилагается еще и деревянная иголка. Представляете, как приятно девочке заполучить запретные иголку с ниткой и стать "совсем как мама".

Следует помнить, что развитие тонкой координации движений и ручной умелости предполагает известную степень зрелости структур головного мозга, от них зависит управление движениями руки, поэтому ни в коем случае нельзя ребёнка заставлять.

Чем можно объяснить тот факт, что сейчас появилось так много игрушек-шнуровок? Ведь у теперешних родителей в детстве таких игрушек не было, тем не менее, выросли они нормальными людьми. Возникает недоумение, зачем это все надо? Оказывается, что у большинства современных детей отмечается общее моторное отставание, в особенности у детей городских. Вспомните, сейчас даже в детские сады просят приносить обувь на липучках, чтобы воспитателям не брать на себя труд учить ребенка завязывать шнурки. Еще 20 лет назад родителям, а вместе с ними и детям, приходилось больше делать руками: перебирать крупу, стирать белье, вязать, вышивать. Сейчас же на каждое занятие есть по машине.

Следствие слабого развития общей моторики, и в частности - руки, общая неготовность большинства современных детей к письму или проблем с речевым развитием. С большой долей вероятности можно заключать, что если с речью не

все в порядке, это наверняка проблемы с моторикой. Однако даже если речь ребенка в норме - это вовсе не значит, что ребенок хорошо управляется со своими руками. Если в возрасте 4-5 лет завязывание шнурков вызывает у ребенка затруднения, а из пластилина кроме шариков и колбасок ничего не лепится, если в 6 лет пришивание настоящей пуговицы - невыполнимая и опасная задача - значит, и ваш ребенок не исключение.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш.