

Департамент социальной защиты населения
администрации Владимирской области
ГКУСО ВО «Муромский реабилитационный центр
для детей и подростков с ограниченными возможностями»
Отделение абилитации детей раннего возраста

«Школа заботливых матерей». Советы социального педагога

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 0 ДО 3 ЛЕТ

Муром 2013 г.



На что влияет мелкая моторика, как, и зачем ее развивать? Пожалуй, эти вопросы сегодня волнуют каждую мамочку. Хотя ответ на них довольно прост! Сегодняшняя актуальность мелкой моторики заключается в том, что она, как ни что другое, способна влиять на нервную систему, развитие речи и навыков ребенка к письму, рисованию, самостоятельной еде. Первое развитие мелкой моторики руки ребенка начинается еще в период младенчества, когда кроха постепенно учится хватать игрушки, после переключать их из одной ручки в другую.

Известно, что всем детям нравятся «пальчиковые игры». Но кроме того, что они забавляют ребенка, они помогают взрослым развивать у ребенка мелкую моторику и координацию движений, активизировать речевые навыки, память мышление, пробудить творческое воображение и внимание.

Прежде чем разучить с малышом упражнения, необходимо самим хорошо освоить каждое из них. Необходимо, чтобы у ребенка осталось впечатление легкости и эмоционального подъема от увиденного. Тогда он с удовольствием будет выполнять задание и в дальнейшем вспомнит его сразу, увидев соответствующую картинку.

Взрослым, которые хотят не просто заниматься со своим ребенком, а заниматься правильно, грамотно, с интересом и юмором, предлагаем эти упражнения и советы по развитию мелкой моторики у детей от 0 до 3 лет.

1. Специальные упражнения, развивающие мелкую моторику от 0 до 1 года

В 4-5 месяцев для массажа используем крупные шарики. Изменяется и массаж: держа руки ребёнка в своих руках, надо зажать мячик между его ладоней и покрутить.

В 5-6 месяцев для укрепления мышц ладоней хорошо использовать упражнение "Причёсывание": руки малыша по очереди поднимаем вверх и плавно ими двигаем вдоль головы вперёд и назад. При выполнении этого упражнения работают мышцы плечевого пояса, ладоней, пальцев. В этом же возрасте переходим к массажу кисти рук, массируя каждый палец, каждую его фалангу. Проводим разминание ежедневно в течение 2-3 минут.

В 6-7 месяцев к ранее выполняемым упражнениям добавляем прокатывание грецкого ореха по ладони ребёнка (круговые движения) в течение 3-4 минут.

В 8-10 месяцев начинаем проводить активные упражнения для пальцев рук, вовлекая в движение больше пальцев, проводим упражнения с хорошей амплитудой. Хорошо тренируют движения пальцев рук всем известные упражнения, созданные талантом нашей народной педагогики: "Ладушки", "Сорока – белобока", "Коза рогатая".

В этом возрасте рекомендую использовать при проведении упражнений игрушки-пищалки.

Упражнение "Утёнок"

Ребёнку дать игрушку-пищалку. При проговаривании взрослым текста ребёнок сжимает и разжимает зажатую в руке игрушку утёнка.

Ты, утёнок, не пищи,

Лучше маму поищи.

Для этого упражнения можно использовать и другие игрушки (котенка, цыплёнка), изменяя текст стихотворения.

Упражнение "Киска"

Ребёнок сначала одной рукой, а затем другой делает расслабляющие движения, имитирующие поглаживающие движения.

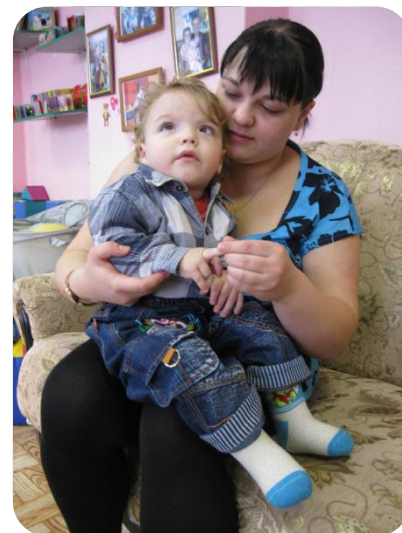
Киска, кисонька, кисуля! –

Позвала котенка ... (имя вашего ребёнка)

Не спеши домой, постой! –

И погладила рукой.

В 10-12 месяцев предлагайте ребёнку разбирать и собирать пирамиду без учета размера колец. В этом возрасте начинайте учить ребёнка держать ложку, чашку, карандаш. Начинайте учить рисовать "каракули".



2. Специальные упражнения, развивающие мелкую моторику от 1 до 3 лет

С самого раннего возраста следует активно использовать массаж кистей рук и каждого пальчика (фаланги). Проводится разминание и поглаживание ежедневно в течение 2-3 минут.

Для стимуляции изолированных движений пальцев используются специальные упражнения:

- надавливание указательным пальцем на кнопки, издающие звуки;
- рисование фигур на песке;
- нанесение отпечатков пальцев на бумагу;
- сдавливание мягких звучащих игрушек;
- раздвигание ножниц;
- попадание в мелкие отверстия.

Для тренировки захвата двумя пальцами полезны:

- собирание предметов различной величины, сначала крупных, затем мелких;
- удержание чашки за ручку;
- перебор крупы и игра с мозаикой;
- работа с бусами (раскладывание бусин разного размера, нанизывание бусин на нитку);
- шнуровка, застегивание, расстегивание пуговиц.

Для тренировки завинчивающих движений пальцев используют крупные и мелкие завинчивающие игрушки и предметы.

Отгалкивающую функцию рук развивают следующие упражнения:

- катание мячей, шариков;
- бросание и ловля предметов.

Для тренировки пальцев могут быть использованы различные игры с речевым сопровождением.

«Зайка»

Скачет зайка маленький,
Около завалянки.
Быстро скачет зайка,
Ты его поймай-ка.

«Стол»

Детки за столом сидят,
Кашку вкусную едят.

«Дом»

Я построю домик
Для своих друзей:
Зайки, мишки, ежика,
Куколки своей.



«Лодка»

Мы на лодочке плывем,
Песни весело поем.

Поощряйте творческую активность ребенка, проводите занятия эмоционально, активно, хвалите малыша за успехи, но не забывайте при этом следить за его настроением и физическим состоянием.