

Методическая разработка «Развитие мелкой моторики руки»

Автор: Антонова Ирина Ивановна педагог дополнительного образования

Место работы: МБУ ДО станция юных техников

Методическая разработка «Развитие мелкой моторики руки» младших школьников

Цель: создание методического пособия по развитию мелкой моторики руки для младших школьников.

Данная разработка необходима педагогам, родителям для проведения гимнастики для пальчиков. В ней содержится краткое описание разных видов пальчиковых игр и упражнений по развитию мелкой моторики руки.

Аннотация.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребёнка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста, закладываются основы здоровья, физического и умственного развития, формируются двигательные и трудовые навыки, развивается речь и моторика руки.

На занятиях в начальной школе ребёнок должен владеть определёнными навыками ручного труда, но не у всех детей хорошо развиты мелкие движения рук.

Перед педагогом часто встает проблема: как развить моторику руки? Поэтому, мною подобраны и апробированы на детях младшего школьного возраста комплекс упражнений и пальчиковых игр. Все эти игры помогают наиболее эффективно использовать время занятий, и вызывают у детей желание эффективно заниматься ручным трудом и рисованием.

Следует обратить внимание, что предложенные в данной методической разработке пальчиковые игры относятся к здоровьесберегающим технологиям, входящим в список современных образовательных технологий. Пальчиковые игры и упражнения по развитию моторики способствуют повышению функциональной активности головного мозга, стимулируют речь, благоприятно воздействуют на психическое развитие детей, снимают умственное напряжение и помогают на занятиях ручным трудом. Очень ценно, что пальчиковые игры способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера: быстроту реакции, ловкость рук внимательность, воображение, трудолюбие. В результате выполнения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма и навыков ручного труда.

Введение

Мелкая моторика— это способность выполнения мелких движений пальцами и руками посредством скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем. Мелкая моторика начинает развиваться с младенческого возраста естественным образом. С возрастом моторные навыки становятся более разнообразными и сложными.

Увеличивается доля действий, которые требуют согласованных движений обеих рук.

Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребёнка? Моторные центры речи в коре головного мозга находятся рядом с моторными центрами пальцев, поэтому, развивая речь и стимулируя моторику пальцев, мы передаем импульсы в речевые центры, что и активизирует речь, общее развитие ребёнка и влияет на его интеллектуальные способности. Научно доказано, что одним из показателей нормального физического и нервнопсихического развития ребенка является развитие руки, ручных умений, или, как принято говорить, мелкой моторики.

Мелкая моторика - это разновидность движений, в которых участвуют мелкие мышцы. Занятия по развитию мелкой моторики руки являются развивающими, здоровьесберегающими и оздоравливающими.

Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще во II веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждали, что игры с участием рук и

пальцев приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии.

Ученые - нейтробриологи и психологи, занимающиеся исследованиями головного мозга и психического развития детей, давно доказали связь между моторики руки и развитием речи.

Японский врач Намикоси Токудзиро создал оздоравливающую методику воздействия на руки. Он утверждал, что пальцы рук наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека.

Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, массаж указательного пальца положительно воздействует на состояние желудка, среднего – на кишечник, безымянного на печень и почки, мизинца - на сердце.

В Японии широко используются упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекачивание между ладонями шестигранного карандаша.

В Китае распространены упражнения ладоней с каменными и металлическими шарами. Популярность занятий объясняется их оздоравливающим и тонизирующим организм эффектом. Регулярные упражнения с шарами улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение, улучшают деятельность сердечно - сосудистой и пищеварительной систем, развивают координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус.

Исследования отечественных физиологов также подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В. М. Бехтерева подтверждают влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит – развивать речь ребенка. Исследование М. М. Кольцовой доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представление в коре больших полушарий мозга. Этот факт должен использоваться в работе с детьми и там, где развитие речи происходит своевременно, и особенно там, где имеется отставание, задержка моторной стороны речи.

Существуют самые разнообразные формы занятий по развитию движения пальцев.

1. Статические изображения пальцами предметов, образов окружающего мира: фигуры из пальчиков «флажок», «цветок»;
2. Активные движения пальцев в ритме сопровождающего игру текста в стихотворной форме: «кулак-кулачок», «ладушки – ладошки»;
3. Движение пальцев с предметами: карандашом, орехами, палочками, маленьким мячиком, шнурами, резиновыми кольцами, прищепками и другими предметами;
4. Игра с мозаикой;
5. Лепка пластилином, солёным тестом, глиной;
6. Работа с бумагой: рваная аппликация, складывание, вырезание и наклеивание бумаги, оригами;
7. Игры с крупой, семенами: пересыпание круп из одной ёмкости в другую, разбор разных видов круп, выкладывание из крупы изображений;
8. Действия с водой: переливание воды из одной ёмкости в другую;
9. Действия с песком: пересыпание песка, лепка из сырого песка;
10. Действия с мелкими игрушками;
11. Действия с пуговицами: застёгивание, расстёгивание;
12. Действие с верёвочками: завязывание и развязывание узлов, бантиком;
13. Рисование на бумаге в разных техниках: традиционными способами и нетрадиционными способами;
14. Показ пальчикового театра;

15. Конструирование из лего.

Что же происходит, когда ребёнок занимается пальчиковой гимнастикой?

1. Выполнение упражнений и ритмичных движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.
2. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка.
3. Ребёнок учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.
4. Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой.
5. Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать. Ведь в пальчиковых играх нужно запоминать многое: и положение пальцев, и последовательность движений, да и просто стихи.
6. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.
7. Способствуют развитию творческой деятельности. Ведь руками можно «рассказывать» целые истории!
8. Пальчиковые игры помогают в игре формировать элементарные математические представления
9. Тренировка движений пальцев и кисти рук повышает работоспособность коры головного мозга, стимулируя развитие мышления ребенка.
10. Активизируется моторика руки. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями. Пальцы и кисти приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений.

Инструкция по выполнению упражнения по развитию моторики руки.

- Сначала все упражнения выполняются медленно. Нужно следить, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое.
- При необходимости нужно помочь ребёнку или научить его помогать себе второй рукой.
- Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем другой рукой, после этого - двумя одновременно.
- Если упражнения показано на картинке, то для создания зрительного образа надо показать ребёнку рисунок и объяснить, как выполняется упражнения. Постепенно надобность в объяснениях отпадает.
- Развивая моторику рук, нужно не забывать о том, что у ребенка две руки. Упражнения надо дублировать: выполнять и правой рукой и левой. Развивая правую руку, мы стимулируем развитие левого полушария мозга. И наоборот, развивая левую руку, мы стимулируем развитие правого полушария.
- Тренировку пальцев следует начинать с самого раннего детства. Дети, у которых лучше развиты мелкие, тонкие движения рук, имеют более развитый мозг, особенно те его отделы, которые отвечают за речь. Иначе говоря, чем лучше будут развиты пальчики ребёнка, тем проще ему будет осваивать речь.

Основная часть.

Виды игр и упражнений по развитию моторики руки:

Физические упражнения

Мелкую моторику рук развивают также физические упражнения. Это разнообразные висы и лазания (по лесенке, на спортивном комплексе). Такие упражнения укрепляют ладони и пальцы, развивают мышцы.

Упражнения с грецкими орехами

Широко можно использовать упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами.

Перекатывание между ладонями шестигранного карандаша

Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша.

Игры с мячиком

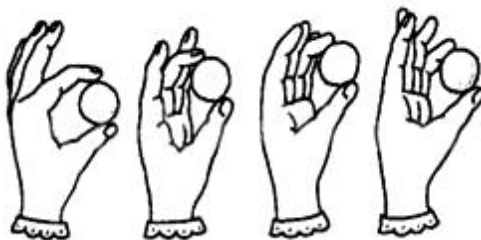
В коррекционной практике можно использовать мяч - что является прекрасным инструментом. Их выбор достаточно широк: в продаже имеются мячи различного цвета, размера, качества, на любой вкус. Игры с мячом развивают мелкую и общую моторику, ориентировку в пространстве, отвлекают внимание ребенка от речевого дефекта, побуждают к общению, регулируют силу и точность движения. Помогают нормализовать эмоционально-волевую сферу, что особенно важно для гиперактивных детей. Развивая мышечную силу, усиливают работу важнейших органов легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Комплекс игр с мячом «Разминка»

Мячик сильно посжимаю
И ладошку поменяю



Здравствуй, мой любимый мяч! –
Скажет утром каждый пальчик



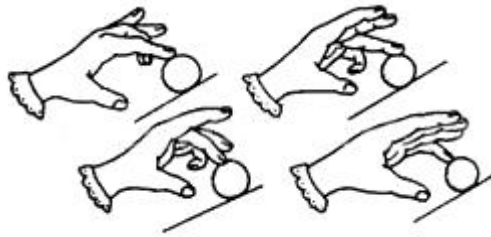
Танцевать умеет танец
На мяче мой каждый палец



Поверну, а ты проверь-
Сверху правая теперь!



Мячик пальцем разминаю,
Вдоль по пальцам мяч гоняю.



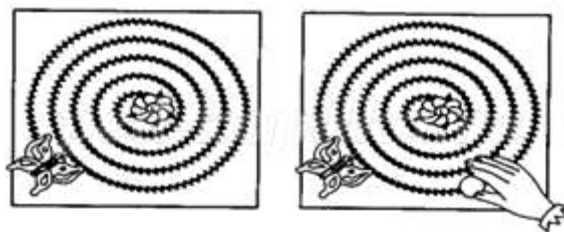
Поиграю я в футбол
И забью в ладошку гол.



Сверху левой, снизу правой
Я его катаю – браво.



Спираль.
Не ползет и не бежит –
Над цветком она кружит.
За витком идет виток –
Вот и села на цветок.



Занятия с бумагой

Занятия аппликацией, оригами, конструированием являются развивают мелкую моторику пальцев рук.

Оригами – это такой вид деятельности, в котором задействованы обе руки. Именно поэтому складывание – это полезное занятие, способствующее активности как левого, так и правого полушария головного мозга, поскольку в работу включены две руки сразу.

Занятия развивают внимание, память, воображение, сообразительность. Все эти психические особенности неразрывно связаны и зависят от активности правого и левого полушария головного мозга. Функция правого полушария головного мозга связано с воображением, музыкальными и художественными способностями, а левое полушарие связано с логическим мышлением, речью, счётом, научными способностями.

Пластичность детского мозга и минимальное доминирование одного полушария над другим является очень благоприятной почвой для развития обеих половин мозга.

Медики утверждают, что занятия оригами глубоко влияют на психическое состояние ребёнка и приводят его в равновесие. У детей, занимающихся этим искусством, снижается тревожность, что позволяет им адаптироваться к различным сложным ситуациям.

Занятия с бумагой развивают у ребёнка навыки работы с разными материала, инструментами; воспитывают усидчивость, аккуратность, внимательность, творческие способности, воображение, фантазию, пространственное мышление, расширяют кругозор, познавательные способности.

Занятия с пластилином, глиной, солёным тестом.

Занятия по лепке развивают у детей моторику руки. Учащиеся осваивают разные приёмы и способы лепки из глины, солёного теста, пластилина дымковской игрушки, посуды, животных, птиц.

Очень ценно, что занятия по лепке способствуют воспитанию у учащихся младших классов быстроту реакции, ловкость рук, внимательность, воображение, трудолюбие, аккуратность, усидчивость. В результате изготовления игрушек кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма и навыков ручного труда в школе.

Пальчиковые игры.

Пальчиковые игры – это упражнения для пальчиков и ручек, инсценировка с их помощью каких-либо стихотворений, историй, сказок. Пальчиковые игры являются важной частью работы по развитию мелкой моторики рук. Игры эти очень эмоциональны, увлекательны для детей, а также исключительно полезны для их общего развития.

В устной речи любого народа можно встретить короткие стихотворения, которые сопровождают движениями пальцев, например, известная всем «Сорока – Ворона...».

Талантом нашей народной педагогики созданы игры «Ладушки», «Коза рогатая».

Рекомендуется стимулировать речевого развития детей путем тренировки движения пальцев рук, используя народные игры – потешки для детей дошкольного возраста, а детей для младшего школьного возраста пальчиковые игры со стихами:

Дни недели

В понедельник я стирала, (кулачки трём друг о друга)
Пол во вторник подметала. (кисти расслабленных рук вниз и делаем имитирующие движения по столу)
В среду я пекла калач, (печём "пирожки")
Весь четверг искала мяч, (правую руку подносим ко лбу и делаем "козырёк")
Чашки в пятницу помыла, (пальцы левой руки полусогнуты, ладонь стоит на ребре, а указательным пальцем правой руки водим по кругу внутри левой руки)
А в субботу торт купила. (ладошки раскрыты и соединены вместе по стороне мизинцев)
Всех подружек в воскресенье
Позвала на день рождения. (машем ладошками к себе)

Зима

Раз, два, три, четыре, пять, (загибаем пальчики по одному)
Мы во двор пошли гулять.
Бабу снежную лепили, (имитируем лепку комков),
Птичек крошками кормили, ("крошим хлебушек" всеми пальчиками)
С горки мы потом катались, (ведем ладошкой правой руки по ладони левой руки)
А еще в снегу валялись. (кладем ладошки на стол то одной, то другой стороной)
Все в снегу домой пришли, (отряхиваем ладошки)
Съели суп и спать легли. (производим движения воображаемой ложкой, кладем руки под щеку)

Апельсин

Мы делили апельсин! (руки сцеплены в замок, покачиваем)
Много нас, (пальцы растопыриваем)
А он один. (показываем только один палец)
Эта долька для ежа, (пальцы сложены в кулачок, отгибаем по одному пальчику)
Эта долька для стрижа, (отгибаем следующий пальчик)
Это долька для утят, (отгибаем следующий пальчик)
Это долька для котят, (отгибаем следующий пальчик)
Эта долька для бобра, (отгибаем следующий пальчик)
А для волка кожура! (ладони вниз, пальчики растопырены)
Он сердит на нас, беда! (погрозить пальцем)
Разбегайтесь кто куда! (сымитировать бег пальцами по столу)

Торт

Тесто ручками помнем, (сжимаем-разжимаем пальчики)
Сладкий тортик испечем. (как будто мнем тесто)
Серединку смажем джемом, (круговые движения ладошками по столу)
А верхушку — сладким кремом (круговые движения ладошками друг об друга)
И кокосовую крошкой
Мы присыплем торт немножко (сыплем "крошку" пальчиками обеих рук)
А потом заварим чай —
В гости друга приглашай! (одна рука пожимает другую)

Клён

Ветер тихо клён качает, (пальчики растопырены и тянутся вверх)
Вправо, влево наклоняет: (качаем ладошками вправо-влево)
Раз — наклон и два — наклон, (наклоняем влево — вправо ладошки низко-низко)
Зашумел листвою клён. (пошевелить пальчиками)
Кораблик
По реке плывёт кораблик,

Он плывёт издалека, (сложить руки лодочкой и делать волнообразные движения)
На кораблике четыре
Очень храбрых моряка. (показываем поднятые вверх 4 пальца)
У них ушки на макушке, (поднимаем руки к голове, показываем ушки согнутыми ладонями)
У них длинные хвосты, (приставляем руку к пояснице, изображаем движения хвостиком)
Но страшны им только кошки,
Только кошки и коты. (обе руки поднимаем к голове, изображаем кошачьи когти и шипим)

Замок

На двери висит замок (руки в замке)
Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая)
Потянули, (потянули)
Покрутили, (вращаем руки)
Постучали (стучим основанием ладоней)
И – открыли! (руки разжимаются)

Капуста

Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)
Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга)
Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)
Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем)
В баночку кладём и пробуем.

Котёнок

Шёл один я по дорожке, (показываем один пальчик)
Шли со мной мои две ножки, (показывает два пальчика)
Вдруг на встречу три мышонка, (показываем три пальчика)
Ой, мы видели котенка! (хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову)
У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика)
На лапках - острые царапки, (царапаем ногтями поверхность того что под рукой)
Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков)
Нужно быстро убежать ! (двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности)

Листья

Раз, два, три, четыре, пять –
Будем листья собирать. Сжимают и разжимают кулачки.
Листья березы, Загибают большой палец.
Листья рябины, Загибают указательный палец.
Листики тополя, Загибают средний палец.
Листья осины, Загибают безымянный палец.
Листики дуба мы соберем, Загибают мизинец.
Маме осенний букет отнесем. Сжимают и разжимают кулачки.

В гости

В гости к пальчику большому
Приходили прямо к дому Поочередно соединять все пальцы
Указательный и средний, с большим пальцем.

Безымянный и последний Мизинец стучит по большому пальцу.
Сам мизинчик-мальшок
Постучался об порог.
Вместе пальчики-друзья, Пальцы собрать в щепотку.
Друг без друга им нельзя.

Список литературы:

1. Т.А. Датешидзе «Система коррекционной работы с детьми с задержкой речевого развития».- СПб.: Речь,2004.
2. О.Н. Громова Т.А. Прокопенко «Игры – забавы по развитию мелкой моторики руки» Учебно – практическое пособие Изд.: «Гном и Д», Москва , 2001
3. Л.П. Савина «Пальчиковая гимнастика» Пособие для родителей и педагогов Изд.: «Родничок», Москва 2000
4. Щербакова Т.Н. «Игры с пальчиками». Изд.: «Карпуз», 1998 год