

ФОРМИРОВАНИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ КАК НЕОБХОДИМОЕ УСЛОВИЕ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

В народе широко распространены поговорки, отмечающие тесную связь между активностью кисти руки и психическим состоянием: «все из рук валится», «с легкой руки», «руки не доходят», «из рук вон плохо» и т. д. Однако, большинство из нас, употребляя в быту подобные выражения, редко задумывается над тем, насколько глубокий смысл в них заложен.

Всю глубину народной мудрости осознаешь только тогда, когда познакомишься с результатами проведенных учеными исследований и наблюдений, которые показывают, что степень развития пальцев рук совпадает со степенью развития речи у ребенка.

«Не интеллектуальные преимущества сделали человека властелином над всем живущим, но то, что одни мы владеем руками, этим органом всех органов», - писал Джордано Бруно. Действительно, функция кисти руки уникальна и универсальна. Она – основной орган труда во всем его многообразии. Рука настолько связана с нашим мышлением, с переживаниями, трудом, что стала вспомогательной частью нашего языка. Все то, что есть в человеке неуловимого, невыразимого, что не находит слов, ищет выражение через руку. Жест, как слово, может возвысить человека, успокоить, оскорбить, подтвердить слова, сделать их более весомыми.

Развитие функции руки и речи в ходе эволюции человека шли параллельно. В связи с выполнением более тонкой и сложной работы происходило увеличение двигательной проекции кисти руки в мозге человека. Таким образом, кисть стала не только исполнительницей воли, но и созидательницей, воспитательницей мозга. У современного человека территория проекции кисти руки, а особенно большого пальца в передней и задней центральных извилинах коры больших полушарий имеет почти такую же протяженность, как и все остальное тело и расположена очень близко от речевой моторной зоны.

Все ученые, изучавшие деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее влияние функции руки. Выдающийся русский просветитель 18 века Н.И. Новиков еще в 1782 году утверждал, что «натуральное побуждение к действию над вещами» у детей есть основное средство не только для получения знаний об этих вещах, но и для всего их умственного развития. Невропатолог и психиатр В.М. Бехтерев писал, что движения руки всегда были тесно связаны с речью и способствовали ее развитию.

По мнению В. А. Сухомлинского, истоки способностей и дарований детей находятся на кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, тем сложнее движения, необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее.

В лабораторном электрофизиологическом исследовании, проведенном Т.П. Хризман и М.. Звонаревой, было обнаружено, что при произведении ритмических движений пальцами руки, резко усиливается согласованная деятельность лобных и височных отделов мозга. (Лобный отдел – центр Брока – моторная речевая зона; левая височная область – центр Вернике – сенсорная речевая зона). Эти данные позволили сделать вывод о том, что речевые области формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук.

М.М. Кольцова, доктор медицинских наук, профессор – физиолог, считает, что «есть все основания рассматривать кисть руки как орган речи – такой же, как и артикуляционный аппарат. С этой точки зрения проекция руки есть еще одна речевая зона мозга». Согласно наблюдениям Кольцовой, дети, совершающие многочисленные движения пальцами рук, развиваются в речевом отношении быстрее других. Развитие движений пальцев рук как бы подготавливает почву для развития речи. Если специально тренировать мелкие движения кисти, развитие речи можно существенно ускорить.

Но, к сожалению, мы, взрослые, желая облегчить себе жизнь и сэкономить время, сами того не замечая, лишаем возможности ребенка больше работать руками. Еще лет двадцать назад взрослым, а вместе с ними и детям, приходилось выполнять большую часть домашних дел руками: стирать и отжимать белье, вязать, вышивать, штопать, чистить и выбивать ковры и т. д. Сейчас же куда проще и быстрее использовать соответствующую машину, чтобы постирать, связать, почистить, взбить.

В современном цейтноте не каждый может найти время для того, чтобы дождаться, пока ребенок самостоятельно зашнурует ботинки или застегнет все пуговицы на куртке или рубашке. Поэтому родителям проще купить вместо ботинок со шнурками – ботинки на липучках, вместо рубашки – футболку или толстовку, а вместо куртки на пуговицах – куртку на молнии или на тех же липучках. В результате из жизни ребенка максимально исключаются мелкие движения пальцами.

Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут самостоятельно застегивать пуговицы, шнуровать ботинки. Им бывает трудно собрать рассыпавшиеся детали конструктора, работать с пазлами, счетными палочками, мозаикой. Они отказываются от любимых другими детьми лепки и аппликации, не успевают за ребятами в группе детского сада на занятиях.

Таким образом, возможности освоения мира этими детьми оказываются обедненными. Дети часто чувствуют себя несостоятельными в элементарных действиях, доступных сверстникам. Это влияет на эмоциональное благополучие ребенка, его самооценку. С течением времени уровень развития сложнокоординированных движений руки у детей, имеющих речевые нарушения оказывается недостаточным для освоения письма, формирует школьные трудности.

Вот поэтому необходимость развития тонких движений пальцев рук давно уже признана педагогами, работающими в дошкольных учреждениях.

Занятия такого профиля иногда даже рекомендуется включать в сетку занятий, особенно в садах с логопедической специализацией.

В настоящее время существует большое разнообразие книг, пособий и игрушек, направленных на развитие мелкой моторики. Но почему же практики часто с огорчением замечают, что эффект тренировки тонких движений не приносит ожидаемых результатов? Что дает основание для такого мнения?

Привычным набором для развития мелкой моторики принято называть плетение, лепку, нанизывание бусинок, колец, шнуровка, конструкторы, мозаика, вырезание из бумаги и картона. При выполнении перечисленных видов деятельности используются в основном движения первых трех пальцев, тех, что постоянно активны и в быту и в общении. Есть ли ребенок, жестикулирует ли, рисует ли – работают большой, указательный и средний пальцы. Два последних – безымянный и мизинец – в повседневной деятельности обычно пассивны, хотя проекция каждого из пальцев руки в отдельности в двигательной области коры головного мозга достаточно велика. И оставляя эти два пальца вне поля внимания, не используя их в упражнениях, мы более чем на треть снижаем эффективность своей работы.

Кроме того, в привычном наборе занятий по развитию тонкой моторики используются движения сжатия, лишь изредка – растяжения и почти никогда – расслабления. Этот «перекос» может приводить к повышению тонуса пальцев ребенка (особенно у детей с ДЦП).

Таким образом, для получения максимального эффекта упражнения должны быть построены так, чтобы:

- сочетались сжатие, растяжение и расслабление кисти
- использовались изолированные движения каждого из пальцев

Для занятий по формированию сложнокоординированных движений руки можно дать следующие рекомендации:

- Поскольку развитие ручной умелости предполагает определенную степень зрелости мозговых структур, заставлять ребенка заниматься «через силу» неэффективно. Нужно начать с того уровня упражнений, который будет получаться и доставлять удовольствие.
- Выполнение упражнений должно быть регулярным.
- Занятия должны быть только совместными. Это определяется необходимостью точного выполнения движений, в противном случае результат не будет достигнут.
- Время выполнения упражнений не может быть долгим, так как внимание и интерес ребенка быстро иссякают. До 3х лет это около пяти минут, затем можно увеличить длительность, включать игры в другие развивающие занятия.
- Нужно соблюдать комфортный для ребенка темп выполнения.
- Очень важны участие и ободряющее поведение взрослого.

- Ребенку всегда необходимо предлагать словесную инструкцию. Нельзя заменить ее рисунком или ручным образцом выполнения. Инструкция должна быть простой, короткой и точной.
- Повторение инструкции, а так же проговаривание действий в процессе выполнения облегчает работу.

Прежде чем приступить к работе по развитию тонкой моторики, необходимо предварительно изучить состояние руки ребенка, его умения и навыки. Для обследования детей в ДОО использую три направления:

1. Проверка кинетического праксиса, то есть способность двигать руками. Для этого можно предложить ребенку выложить на бархатной бумаге по контуру ниткой или (в зависимости от развития) по памяти нарисовать ниткой любимую игрушку.
2. Проверка развития тактильных ощущений происходит через игры «Узнай на ощупь», «Волшебный мешочек».
3. Обследование щепоти руки ребенка: перекладывание из одной чашки в другую грецких орехов, бобов, гороха и т.д.

В процессе обследования учитываю точность выполнения движений в различном темпе (от медленного до быстрого). Отмечаю также, участвуют ли органы артикуляционного аппарата в выполнении движений рук, например, если ребенок закусывает губу или язык и т.п., это свидетельствует о недостаточной сформированности двигательной сферы.

Работу по тренировке пальцев рук рекомендую начинать с детьми в возрасте 6 – 7 месяцев. В этот период полезно делать массаж кистей рук – поглаживать их, слегка надавливая, в направлении от кончиков пальцев к запястью, затем проделывать движения пальцами ребенка – взрослый берет каждый пальчик ребенка в свои пальцы, сгибает и разгибает его. Делать так нужно по 2 – 3 минуты ежедневно. С десятимесячного возраста следует начинать уже активную тренировку пальцев ребенка. Приемы могут быть самыми разнообразными, важно, чтобы увлекалось в движение больше пальцев, и чтобы эти движения были достаточно энергичными. Наблюдения показали, что очень эффективными оказываются наиболее простые приемы. Например, можно давать малышам катать шарики из пластилина, рвать на мелкие кусочки любую бумагу – дети делают это с удовольствием по несколько минут и здесь участвуют почти все пальцы, а движения энергичны. Можно давать детям перебирать крупные деревянные бусы, складывать пирамидки, играть во вкладыши. Вкладыши – это полые кубики разной величины, которые можно вкладывать один в другой. Нанизывание колец пирамидок – также хорошая тренировка, но при этом движения совершенствуются с меньшими усилиями и осуществляются двумя – тремя пальцами.

Начиная с полутора лет и далее, детям следует предлагать более сложные задания, специально направленные на развитие тонких движений пальцев. Это застегивание пуговиц, завязывание и развязывание узлов, шнуровка. Шнуровке удобнее обучать, используя два листа плотного картона с двумя

рядами дырочек. Ребенку дают ботиночный шнурок с металлическими наконечниками и показывают, как шнуровать.

В своей работе используют также следующие виды деятельности:

- наборы пористых губок для тренировки мускулатуры кисти рук;
- наборы колец разной величины для нанизывания их на стержень;
- цветные клубочки ниток для перематывания;
- мозаику по возрастающей сложности;
- нанизывание бус, бисера;
- выкладывание узоров из пуговиц, бутылочных крышек;
- наборы игрушек для развития тактильного восприятия;
- игры с бельевыми прищепками;
- дощечки с накатанным слоем пластилина для выкладывания узоров из мелких камешков, круп;
- пластмассовые или деревянные палочки для выкладывания узоров по образцу;
- лепку из глины, пластилина;
- пальчиковый театр
- пальчиковую гимнастику

Упражнения пальчиковой гимнастики можно классифицировать следующим образом:

1. Работа мышц пальцев рук в различных направлениях:

- сгибание пальцев в кулак и разгибание
- пальцы врозь – вместе
- вращательные движения кистью и каждым пальцем
- растягивание мышц пальцев с помощью другой руки
- расслабление мышц пальцев пассивными и активными движениями (раскачивание рук, встряхивание кистями)
- упражнения на координацию движений пальцев рук (соединение большого пальца с другими, сцепление пальцев и т.д.).

Все упражнения этой группы следует выполнять двумя руками одновременно или правой и левой кистью поочередно.

2. Движения пальцев по различным частям тела и поверхности стола (игра «Пианист»).

3. Построение различных фигурок (предметы, животные, птицы) из пальчиков.

4. Народные игры-забавы («Сорока-белобока», «Чет-нечет»).

5. Рассказы, сказки, сопровождающиеся жестикующей пальцами.

6. Игры с пальчиками со стихотворным сопровождением.

К ним в своей практике обращаются многие логопеды, педагоги и психологи, работающие с малышами. Также они необходимы детям старшего возраста, которые имеют нарушения чтения и письма. Специалисты отмечают, что для детей с дисграфией и дислексией рекомендуется максимальное использование игровых методов обучения. Связано это с тем, что у таких

детей поздно формируются познавательные интересы и долго сохраняется игровая мотивация.

Согласно международной классификации, игры, совмещающие движения пальцев с короткими ритмичными стишками подразделяются на два типа. Первый – fingerplay – собственно пальчиковые игры, «сидячие». Второй – action rhyme – игры, в которые помимо деятельности тонкой моторики включены движения всего тела, прыжки, бег на месте, движения рук, ног, головы.

Особое значение имеют игры, использующие одновременные разнотипные движения рук (одна рука делает одно, другая – другое). В отличие от симметричных и содружественных движений, регуляция которых в значительной степени происходит на уровне спинного мозга, разнотипные движения требуют более высокого уровня регуляции. Осуществление и автоматизация движений такого типа требуют создания принципиально новых нейронных сетей. Расширяются резервные возможности функционирования головного мозга ребенка.

Важным параметром школьной зрелости является уровень развития моторики кисти ведущей руки, определяющий скорость и легкость формирования навыка письма. Дети, которые до школы с удовольствием лепили, рисовали, конструировали, зачастую успешно овладевают навыками письма. Поэтому работу по подготовке детей к письму рекомендую начинать задолго до поступления в школу. Она включает в себя ряд взаимосвязанных моментов:

- развитие ручной умелости (выполнение различных практических дел, создание поделок с помощью различных инструментов, в процессе чего развиваются такие качества, как точность произвольных движений руки, глазомер, аккуратность, внимание, сосредоточенность)
- развитие пространственной ориентировки детей, в частности, на листе бумаги, а так же в общих направлениях движения (слева – направо, сверху – вниз, вперед – назад); развитие у детей чувства ритма, умения согласовать темп и ритм движений, слово и жест
- развитие изобразительных и графических умений (в процессе изобразительной деятельности, а также с помощью графических упражнений).

К пяти годам возможность точных, произвольно направленных движений возрастает, поэтому дети способны выполнять задания, требующие достаточной точности и согласованности движений кистей рук. К ним относятся различные виды игр с бумагой, плетения из бумаги, ткани, тесьмы. Эта работа увлекает дошкольников, способствует развитию воображения, конструктивного мышления. На первых этапах обычно делают поделки, основанные на разрывании бумаги (аппликационные работы и рванные поделки) и на сгибании (оригами).

Особую роль в развитии ручной умелости играет умение уверенно пользоваться ножницами. Работа с ножницами – это прекрасная тренировка для детской руки на укрепление и развитие мелких мышц. Используются

следующие упражнения: симметричное вырезание, вырезание различных фигурок из открыток, аппликация.

Знакомство с тетрадным листом в клеточку, ориентировка в точке (нахождение верхнего левого, верхнего правого угла; нижнего левого и нижнего правого угла, середины клеточки); формирование умения обводить клеточку, соединять углы клеточки по диагонали – все это для ребенка не только очень сложная, но и достаточно нудная работа. Поэтому знакомить его со школьными видами деятельности лучше всего играя и постепенно. Очень удачной в этом отношении является методика Карельской Е.Г. Согласно этой методике вся работа по развитию графических навыков сопровождается забавными стихами, которые очень оживляют однообразную работу. Выполняя тот или иной рисунок, ребенок не только совершает движения рукой, но и включает в работу речевой и слуховой анализаторы, тренирует память, так как стихи постепенно заучиваются и дети непроизвольно, зарисовывая что-то в тетради, начинают произносить строчки из них.

Например, при написании наклонных палочек используем такое четверостишие:

Ветер подул,
И забор завалился.
Но не упал,
Лишь слегка наклонился.

Овладение письмом связано с освоением чувства ритма. Его развитию способствуют различные танцевальные и физкультурные движения под музыку, требующие от детей согласованных движений. Полезны упражнения на координацию речи с движениями, которые не только способствуют активизации двигательной сферы ребенка, но и делают речь детей более ритмичной, громкой, четкой и эмоциональной, хорошо развивает слуховое восприятие.

Развитию мелкой моторики очень способствует рисование, в процессе которого у детей развиваются не только общие представления, творчество, углубляется эмоциональное отношение к действительности, но и формируются элементарные графические умения, столь необходимые для освоения письма. Рисую, дети учатся правильно обращаться с графическим материалом и осваивают различную изобразительную технику, в процессе чего у них развивается мелкая мускулатура руки: это рисование черными и цветными карандашами, тушью, фломастером, мелом, акварельными красками, гуашью и т.д., а также рисование пальчиками с использованием специальных так называемых пальчиковых красок.

Большую пользу приносят игры, сопряженные с рисованием. Дети могут обводить квадраты, круги, а также трафареты всевозможных геометрических фигур, животных, птиц. Хорошей тренировкой для написания линий является обведение готовых рисунков. А если ребенок уже знаком с цифрами и умеет считать, ему можно предложить еще один интересный и не менее увлекательный способ развивать графические навыки. Двигаясь от цифры к

цифре, нужно соединить точки, расположенные под цифрами. В итоге должен получиться какой-либо рисунок.

Штриховка также является одним из видов подготовки дошкольника к письму. Штриховать рекомендуется вначале короткими и частыми штрихами, затем вводить центрическую штриховку, и только на последнем этапе возможна штриховка длинными параллельными отрезками. При выполнении заданий, связанных со штриховкой необходимо выполнять следующие правила: не выходить за контуры фигуры, соблюдать параллельность линий и расстояние между ними (0,3 – 0,5 мм).

Для развития точности и уверенности движения руки использую игры, в которых детям необходимо проводить различные линии в определенном направлении, желательно не отрывая карандаша от бумаги. Хорошим упражнением для развития четкости линий является дорисовывание рисунков по клеточкам. Задача ребенка – увидеть будущий рисунок, имея перед глазами только его половинку, и закончить его самостоятельно.

Заданий и упражнений, направленных на развитие мелкой моторики и подготовки руки ребенка к письму очень много. При желании, особенно если подключить фантазию и воображение, придумывать их можно бесконечно. И главное здесь - учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его возраст, настроение, желание и возможности. Занятия должны приносить детям только положительные эмоции. Не нужно вкладывать в еще неумелую и слабую руку ребенка карандаш и мучить его работой над прописями. Первые неудачи вызовут разочарование и даже раздражение. Нужно заботиться о том, чтобы деятельность ребенка была успешной. Это будет подкреплять его интерес к играм и занятиям.

Успех работы по развитию мелкой моторики с детьми-логопатами зависит от того, насколько скоординирована совместная деятельность логопеда, воспитателей, специалистов по ИЗО и физическому воспитанию, поэтому уделяю большое внимание следующим факторам:

- совместному изучению содержания программы обучения и воспитания в специализированных логопедических группах и составление совместного плана работы;
- ознакомлению воспитателей и специалистов с содержанием логопедической работы с целью правильного планирования и построения занятий с учетом максимальной ориентации на развитие тонкой моторики рук;
- совместному обсуждению результатов обследования детей;
- проведению консультативной работы;
- разработке общих рекомендаций для родителей.

Умелыми пальцы станут не сразу. Игры и упражнения, пальчиковые разминки, проводимые систематически с самого раннего возраста, помогают детям уверенно держать карандаш и ручку, самостоятельно заплетать косички и шнуровать ботинки, строить из мелких деталей конструктора, лепить из глины и пластилина и т.д.

Таким образом, если будут развиваться пальцы рук, то будут развиваться речь и мышление ребенка, отпадут проблемы обучения не только в первом классе, но и в дальнейшем.