

# "Развитие мелкой моторики у детей с нарушением двигательных функций"

Консультация для родителей



## **Что такое мелкая моторика?**

Это действия, которые выполняют мелкие мышцы ладоней и пальцев рук и ног. Мелкая моторика начинает развиваться уже с младенчества. Малыш учится управлять своими ручками, хватать предметы сначала всей ладонью, а затем и двумя пальчиками – формируется пинцетный захват. Затем ребёнок учится правильно держать в руках ложку, а потом и карандаш. Мелкая моторика тесно связана со зрением, памятью, восприятием, вниманием ребёнка. Чем лучше развита мелкая моторика, тем эффективнее работает нервная система ребёнка. Для детей с нарушением двигательных функций такие занятия особенно важны, ведь они помогают улучшить координацию, повысить самостоятельность и уверенность в себе.

## **Почему это важно?**

Мелкая моторика напрямую связана с формированием навыков самообслуживания (застёгивание пуговиц, завязывание шнурков, использование столовых приборов), а также с развитием речи и подготовкой руки к письму. У детей с двигательными нарушениями эти процессы могут идти медленнее, но регулярные занятия дают заметный результат.

Формирование двигательных функций, в том числе и тонких движений рук, происходит в процессе взаимодействия ребенка с окружающим предметным миром. Руки – это наш рабочий орган. Именно через него ребенок получает сведения о мире, играет, исследует, творит. Формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук, стимулирует развитие нервной системы, всех психических процессов и речи.

Игры и упражнения на развитие мелкой моторики дают возможность развивать мышечные и тактильные ощущения, расширяют кругозор, стимулируют развитие творческого воображения. Благодаря таким играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. При различных заболеваниях нарушается работа ЦНС, приводящая к поражению двигательных зон и проводящих путей в головном мозге.

## Средства развития мелкой моторики.

1. Самомассаж.
2. Пальчиковая гимнастика.
3. Пальчиковые игры и упражнения с использованием различных предметов и материала.



**Массаж** является одним из видов пассивной гимнастики. Он оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышая тонус, эластичность и сократительную способность мышц.

**Пальчиковая гимнастика** также благоприятно влияет на развитие мелкой моторики. Кисти рук приобретают хорошую подвижность. Помимо основного эффекта она способствует также развитию речи, т.к. проекция кисти руки в двигательной зоне головного мозга расположена очень близко от речевой моторной зоны.

**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.



**Упражнения с пластилином.** Для детей с нарушением координации движений, гиперкинезами, со слабыми мышцами рук очень полезно проводить занятия лепкой из пластилина. Работа с пластилином является подготовительной к работе с другими материалами и овладению разными инструментами.

**Аппликация**, тоже способствует развитию мелкой моторики, умение работать с ножницами, развитие сноровки, пространственной ориентировке на листе бумаги, творчества, усидчивости.

**Рисование** – занятие, любимое всеми детьми и очень полезное. Полезно рисовать пальцем, ладонью, палочкой, делать отпечатки кусочком ваты, скотканной бумаги. Предлагайте ребенку штриховать различные фигуры прямыми линиями, обводить рисунки по контуру, срисовывать по образцу, продолжать заданный узор, дорисовывать вторую половину изображения – развивайте творческое воображение, зрительную память и цветоощущение у детей.

**Игры с конструктором и мозаикой.**

Способствуют развитию мелкой моторики, развитию пространственного мышления, творческого воображения. Развивает и совершенствует сенсорные эталоны (цвет, форма). Развивает математические способности у детей: счет, пространственную ориентировку.

## **Какие бытовые дела можно поручать ребёнку для тренировки мелкой моторики?**

Вовлечение ребёнка в домашние дела — это не только способ приучить его к порядку, но и отличная возможность для развития мелкой моторики. Такие занятия тренируют пальцы, улучшают координацию и формируют важные навыки самообслуживания.

### ***Кухонные дела***

- Перебор круп. Насыпьте в миску рис, гречку или фасоль и попросите ребёнка перебрать их, отделяя мусор или сортируя по разным тарелкам.
- Чистка варёных яиц или картофеля. Под присмотром взрослых малыш может чистить яйца от скорлупы или помогать чистить варёный картофель.
- Украшение блюд. Пусть ребёнок выкладывает изюминки на кексы перед выпечкой, посыпает сахарной пудрой пирог или раскладывает ягоды на каше.
- Помощь в сервировке. Раскладывание салфеток, столовых приборов (не острых), протирание сухой посуды полотенцем.

### ***Уборка и порядок***

- Протирание пыли. Дайте ребёнку небольшую тряпочку и покажите, как аккуратно протирать доступные поверхности: полки, подоконник, стол.
- Складывание вещей. Можно поручить складывать носовые платки, сворачивать полотенца в рулончики или складывать простые вещи (например, футболки).

### ***Уход за растениями.***

- Полив цветов из маленькой лейки требует точности. Также можно поручить протирать крупные листья влажной губкой.

### ***Уход за собой и одеждой***

- Застёгивание и расстёгивание. Тренируйтесь на своей одежде или на специальном тренажёре: застёгивать пуговицы, молнии, кнопки, липучки.

### ***Складывание игрушек.***

- Особенно полезны игры с конструктором, сортировка мелких деталей по коробочкам.

### ***Творчество и мелкий ремонт***

- Работа с прищепками. Попросите помочь развесить на верёвке маленькие носочки или платочки с помощью прищепок.

### ***Помощь папе или маме.***

- Можно дать ребёнку пластиковую отвёртку для сборки простой мебели или попросить «помочь» закрутить крышку на бутылке.

### **Важные правила**

- Безопасность. Все занятия должны проходить под присмотром взрослых. Используйте только безопасные предметы без острых краёв.
- Похвала. Хвалите ребёнка за старание, а не за идеальный результат. Главное — участие и процесс.
- Игровая форма. Превращайте обязанности в игру: «Давай устроим соревнование, кто быстрее сложит салфетки?» или «Ты сегодня — главный по украшению торта».

Такие простые поручения делают ребёнка более самостоятельным и уверенным в себе, а его пальчики — ловкими и сильными.

Специфические особенности развития моторики детей с двигательными нарушениями требуют разработки специально организованных методов и приемов, направленных на развитие двигательных умений и навыков. Упражнения по развитию мелкой моторики не только способствуют развитию двигательных функций, но и положительно влияют на развитие личности ребенка в целом. Помимо коррекции двигательных нарушений, у детей в процессе предметно-практической деятельности развивается память, внимание, формируется устойчивый интерес к занятиям.

### **Признаки нарушения мелкой моторики у ребёнка**

Нарушения мелкой моторики могут проявляться по-разному и часто становятся заметны уже в раннем возрасте.

- Затруднения при захвате предметов. Ребёнок не может или с трудом берёт мелкие предметы (пуговицы, бусины, кусочки еды) двумя-тремя пальцами, использует всю ладонь.
- Неловкость пальцев. Трудности с застёгиванием пуговиц, молний, завязыванием шнурков, использованием столовых приборов, ножниц.
- Плохой почерк или трудности с рисованием. Линии неровные, прерывистые, ребёнок сильно давит на карандаш или, наоборот, едва касается бумаги. Не может скопировать простые фигуры (круг, квадрат).
- Быстрая утомляемость рук. Ребёнок быстро устаёт при выполнении заданий, требующих работы пальцами (лепка, рисование, письмо), жалуется на боль или дискомфорт.
- Замедленные движения. Выполнение даже простых действий (перелистывание страниц, сборка конструктора) занимает больше времени, чем у сверстников.
- Нарушение координации «глаз-рука». Ребёнку сложно попасть рукой в нужный объект (например, попасть ложкой в рот, нанизать бусину на нитку).
- Отставание в развитии навыков самообслуживания. Ребёнок не может самостоятельно одеваться, чистить зубы, пользоваться чашкой и ложкой в возрасте, когда это уже умеют сверстники.

### **Советы для родителей**

- Терпение и поддержка. Не торопите ребёнка, хвалите за старания, даже если результат пока далёк от идеала.
- Регулярность. Лучше заниматься понемногу, но каждый день.
- Игровая форма. Пусть занятия будут частью игры, а не обязанностью.
- Адаптация. Используйте специальные тренажёры, утолщённые ручки, накладки на столовые приборы, если это рекомендовано специалистом.

### **Когда обращаться к специалистам?**

Если вы замечаете, что ребёнок сильно отстаёт в развитии моторики, испытывает боль или дискомфорт при выполнении заданий, обязательно проконсультируйтесь с неврологом, реабилитологом или эрготерапевтом.

Индивидуальная программа занятий поможет достичь лучших результатов.

**Помните:** ваша забота, внимание и поддержка — главный залог успеха в развитии вашего ребёнка!

Составила  
педагог-психолог Макушина Ю.Н.