

ЛЕКЦИЯ № 2

Начнем ознакомление с работой по развитию речи с самого первого этапа

РАЗВИТИЕ РУЧНОЙ МОТОРИКИ

Совершенствование ручной моторики способствует активизации моторных речевых зон головного мозга и вследствие этого – развитию речевой функции. Развитие ручной моторики имеет большое значение не только для активизации речевой моторики, но и для подготовки детей к овладению письмом.

На предварительном этапе коррекции необходимо проводить упражнения направленные на развитие ловкости, точности, координации, синхронности движений пальцев рук.

ВИДЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ПО РАЗВИТИЮ РУЧНОЙ МОТОРИКИ

- ✓ Конструирование из кубиков, палочек, бумаги...(по образцу, по памяти, произвольно, по схемам, моделям...)
- ✓ Раскладывание и складывание разборных игрушек.
- ✓ Составление предметных разрезных картинок.
- ✓ Складывание из палочек, геометрических фигур, изображений , букв.
- ✓ Обведение и раскрашивание контуров предметных изображений.
- ✓ Вырезывание , обрывание бумаги, наклеивание, аппликация.
- ✓ Наматывание, нанизывание, плетение и т.п.
- ✓ Расстегивание, застегивание, шнуровка и т.п.
- ✓ Вышивка, вязание.
- ✓ Перебирание мелких предметов, крупы.
- ✓ Штриховка, печатание букв , слогов, слов.
- ✓ Работа с пластилином.
- ✓ Прокатывание в ладонях и пальцами мелких предметов.
- ✓ Работа с мозаикой.
- ✓ Ручная (пальчиковая) гимнастика (с речевым сопровождением, без него) и т.д.

В предыдущем номере нашего журнала мы говорили о предварительном этапе работы с детьми по развитию речи, который включает развитие ручной моторики. Это очень важный этап, т.к.совершенствование ручной моторики способствует активизации моторных речевых зон головного мозга и вследствие этого – развитию речевой функции.

Мы рассказали о видах работы с детьми по развитию ручной моторики. В этом журнале мы расскажем о пальчиковой гимнастике.

КЛАССИФИКАЦИЯ УПРАЖНЕНИЙ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ

- Упражнения на работу мышц пальцев рук.
- Упражнения на координацию.
- Упражнения с работой пальцев по различным поверхностям.
- Упражнения с предметами.
- Самомассаж пальцев.
- Гимнастические упражнения пальчиками с речитативами, стихами, рассказами и сказками.

Упражнения на работу мышц пальцев рук.

Все упражнения этой группы можно выполнить двумя руками, отдельно правой, левой кистью или поочередно.

Сгибание и разгибание пальцев в кулак

«Фонарики» -руки согнуты на уровне головы, пальцы в стороны, поочередно сжимать и разжимать пальцы правой, затем левой руки (имитируя «мигание фонариков»).

«Прятки» - поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого, то же – начиная с мизинца. Повторить упражнение левой рукой.

Упражнения на растягивание мышц и связок пальцев рук

«Грабли» - ладони на столе, пальцы в стороны. Согнуть пальцы, подушечки пальцев на столе, мышцы напряжены. Разогнуть пальцы, кисть расслабить.

«Заборчик» - сведение и отведение пальцев от среднего. Пальцы в стороны - вместе.

✓ Ладони на столе. Поднять основание ладони от стола, растянуть мышцы ладони. Опустить основание ладони, кисти расслабить.

✓ Левая ладонь на столе. Правой рукой поднять вверх указательный палец левой руки, растянуть мышцы. Опустить левый указательный палец на стол. То же выполнить с другими пальцами и поменять исходное положение рук. В конце руки расслабить.

Упражнения на подвижность суставов, вращательные движения кистью и каждым пальцем

«Волна» - правая рука согнута на уровне груди. Волнообразное движение кистью вправо-влево, то же левой рукой.

«Большая волна» - кисти рук на уровне груди, ладонями вниз, пальцы переплетены. Правое предплечье поднимается вверх, левое предплечье опускается вниз поочередно и волнообразно.

«Дельфин»- правая кисть на уровне плеча. «Дельфин ныряет в воду» - волнообразное движение рукой, начиная с кончиков пальцев (« нос дельфина»), то же левой рукой, то же двумя руками – два дельфина.

«Хвостик рыбки» - руки вперёд ладонями вниз, большие пальцы касаются друг друга. Поочередное опускание правой кисти вниз, левой – вверх и наоборот.

«Оса» - указательный палец правой руки разогнуть вперёд, остальные пальцы в кулак. Вращательные движения вправо и влево указательным пальцем. Повторить движения другими пальцами и другой рукой.

«Моторчик» - пальцы сцеплены (переплетены) перед грудью. Вращательные движения кистями рук.

«Птички летят» - руки согнуты в стороны, махи кистями

«Змея» - ладонь правой руки расположена вертикально. Волнообразные движения, имитирующие продвижение змеи. То же повторить другой рукой, двумя руками.

Упражнения на координацию.

«Пальчики здороваются»

а) Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного и мизинца. То же выполнить левой рукой и одновременно двумя руками.

б) Пальчики правой руки «здороваются» с пальчиками левой руки – большой пальчик с большим пальчиком, указательный – с указательным и т.д.

«Крючки»- указательные пальцы зацепить друг за друга, остальные в кулак. То же выполнить другими пальцами и менять положение рук : правая сверху, левая снизу и наоборот.

«Лесенка»- указательный палец правой руки касается большого пальца левой руки, а указательный палец левой руки касается большого пальца правой руки. Не отрывая указательного пальца правой руки от большого пальца левой руки, поменять исходное положение рук. То же можно выполнить с касанием больших пальцев средними пальцами, затем безымянными и мизинцами.

«Пианино» - руки с разведенными пальцами лежат на столе. Поочередное поднятие и опускание пальцев (сначала на одной руке, затем на двух одновременно, затем по два пальца на одной руке, по два пальца на обеих руках и т.д.)

Упражнения с работой пальцев по различным поверхностям.

«Солдатики»- указательный и средний пальцы «стоят» на столе, остальные в кулак. «Маршировать» пальцами одной и двумя руками.

«Встречи»- руки внизу, перебирать пальцами по боковым поверхностям бёдер, туловища и головы до «встречи» кистей на голове. Там пальчики изображают «игры», «борьбу» муравьёв. Затем, устав, руки расслабленно опускаются вниз.

«Муравейник» - кисти рук на уровне груди, пальцы полусогнуты и соприкасаются. Беспорядочные движения пальцами – «муравьи бегают».

«Человечек» - указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по согнутой левой руке. То же выполнить левой рукой.

«Пианино»- перебирать пальцами по столу, ударять кончиками пальцев одновременно, изображая игру на пианино.

«Лягушата»- ладонь прижата к столу, сгибая пальцы, продвинуть основание ладони к ним и далее разогнуть пальцы вперёд в исходное положение – «лягушата прыгают».

Упражнения пальчиками с предметами

✓ Складывание фигурок из палочек: квадрат, треугольник, кубик, мельница, звёздочка, флажок, лодка, рыбка, солнце, мельница, ракета, качели, кровать, табурет, забор, санки, колодец и другие.

✓ Складывание цифр из палочек.

✓ Выкладывание букв, слов из мозаики, камешков, кубиков и другого материала.

✓ Гимнастика и игры с учебными предметами: карандаш, ручка, линейка, с одним и двумя предметами.

✓ Изображение цифр, букв пальцами.

✓ Упражнение пальчиками с гимнастическими предметами: мяч (перекаты, броски, ловля, удары об пол, о стену, перекаты и ловля с партнёром), гимнастическая палка (перекаты, горизонтальные и вертикальные подбрасывание и ловля, вертикальное балансирование на ладони и одном пальце, работа в парах), лента (взмахи, круги, змейки горизонтальные – « серпантин», вертикальные – «заборчик», «спираль»).

✓ Упражнения пальчиками с нестандартными предметами: платочек, шарфик, косынка (взмахи, перекалывание из руки в руку, выполнение общеразвивающих упражнений); горох, орехи, шары, мячи с резиновыми шипами (катание в ладони, по полу, столу, частями тела); кукольный театр пальчиками (одевание на пальчики колпачков, шапочек, ленточек и изображение героев сказок, рассказов).

Самоmassage пальцев.

Назначение:

- Снятие напряжения мышц пальцев и всей руки.
- Снять усталость.
- Усилить кровообращение. Что улучшает питание мышц и способствует быстрому восстановлению работоспособности пальцев и всей руки.

Самоmassage пальцев выполняют:

- Отдельно для каждой фаланги
- Всей кисти.
- Предплечья.
- Плеча.

Методы массажа рук:

- Разминание
- Растирание
- Хлопки в ладоши
- Похлопывания и вибрация.

1. Растереть ладони. Круговыми движениями правой руки помассировать тыльную сторону левой руки, положив её на солнечное сплетение. Скручивающимися движениями от основания пальца до ногтевой фаланги помассировать каждый палец на левой руке. Поглаживая, с усилием помассировать левой предплечье: вверх по тыльной стороне, вниз по ладони. Зажав лучезяпястный сустав левой руки, правой рукой растереть его (2-3 скручивающих движения – 2крапивка). Выполнить круговые движения в лучезяпястном, локтевом и плечевом суставах левой руки. Встряхивающими движениями расслабить левую руку. Опустить её вниз, почувствовать в неё тепло и лёгкость. Такой же массаж выполнить левой рукой, массируя правую.

2.Ребром ладони правой и левой руки массировать шею движениями навстречу друг другу («пиление» воротниковой зоны).

3. Ребром ладони правой руки массировать левое плечо и наоборот («пиление по погону»).