



Благотворительный фонд

**ЖИВИ,
МАЛЫШ**

РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ДЦП В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Раздел 2. Развитие мелкой моторики
Пособие для родителей

Зачем нужно это пособие?

Детский церебральный паралич (ДЦП) — заболевание центральной нервной системы, которое характеризуется, в первую очередь, двигательными и сенсорными нарушениями.

Одна из особенностей ДЦП - нарушение мелкой моторики рук.

Также имеются нарушения тонуса мышц, наличие принудительных движений, моторная неловкость, неточность движений руками и нарушение формирования конечностей.

Все перечисленные нарушения усложняют процесс освоения трудовых умений и навыков самообслуживания. Еще при этом прогрессируют нарушения артикуляционной моторики, звукопроизношения, что приводит к задержке речевого развития.

Формирование двигательных функций происходит в процессе взаимодействия ребенка с окружающими предметами. Упражнения на тонкую моторику кисти и пальцев рук стимулирует развитие нервной системы, всех психических процессов и речи. Различные игры дают возможность развивать мышечные и тактильные ощущения, стимулируют развитие познавательной сферы.

Развитие мелкой моторики влияет абсолютно на всё:



развивает и помогает становлению речи



увеличивает объём внимания



развивает интеллектуальную и творческую деятельность



при регулярных занятиях движения рук будут постепенно становиться увереннее

ВАЖНО

Умение ловко управлять руками требует определённой степени зрелости мозговых структур = заставлять ребёнка заниматься «через силу» неэффективно, да и не нужно.

Развитие моторики у детей с ДЦП – важная часть **ежедневной** реабилитации.

Что нужно знать родителям перед началом занятий?

Основные методики на развитие мелкой моторики рук, которые можно использовать в домашних условиях:

1. Массаж (тыльная сторона кистей рук, ладони, пальцы).
2. Пальчиковая гимнастика.
3. Пальчиковые игры и упражнения с использованием различных предметов и материала.

Создание обстановки для выполнения заданий:

1. Эмоционально поддерживайте ребенка: хвалите, подбадривайте: «Вот, здорово!», «Какой ты у меня молодец!», «Умница».
2. Наберитесь терпения! Не критикуйте ребенка, а тактично указывайте на ошибки.
3. Не допускайте переутомления. Начинать нужно с выполнения простых заданий и постепенно повышать их сложность, увеличивая время занятия с 10 до 30 минут.
4. Создавайте мотивацию: расскажите ребенку для чего нужно выполнять задания.

!!! Если ребенок не проявляет интереса к заданиям – возможно, они слишком сложные для него, у каждого свой темп развития. Можно предложить эти задания позже.

5. Упражнения лучше выполнять совместно, для ребенка важно участие взрослого, его одобряющее внимание.

Предметы (игры) для развития мелкой моторики:



Эти простые игры помогают развивать мышление, внимание, логику, тактильную чувствительность, узнавать/осваивать формы, размеры, цвета.

03

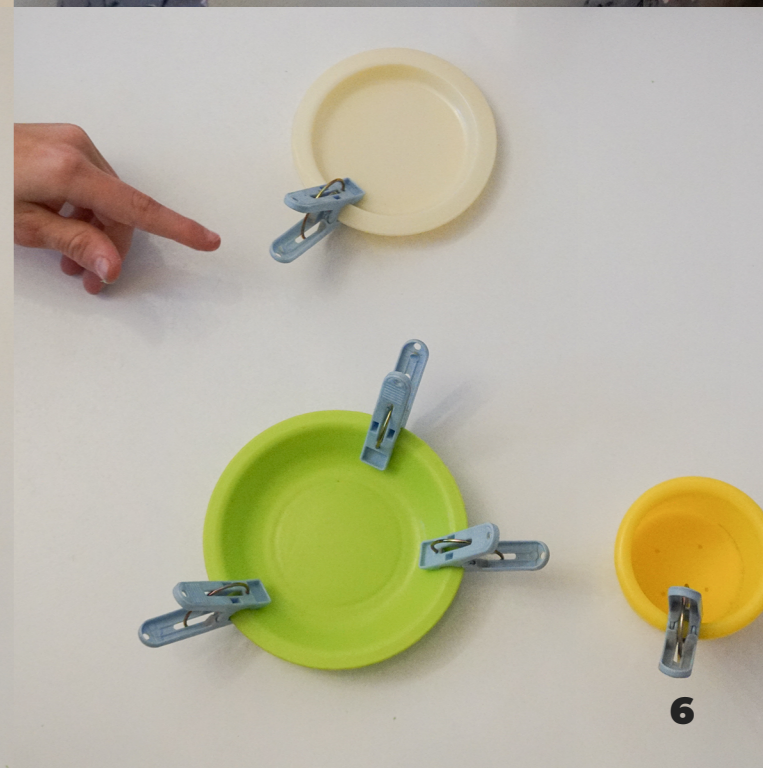
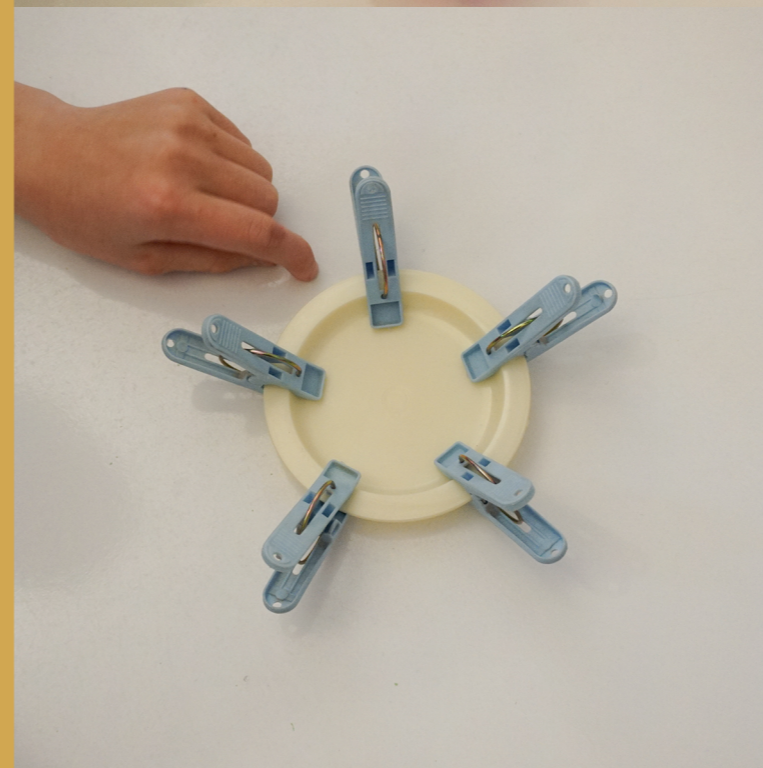
Самые простые игры для развития мелкой моторики дома

1. «Игры с прищепками»

Цель: Развитие мелкой моторики, формирование силы мышц руки.

Ребёнок нанизывает на плоскостные изображения недостающие детали в виде прищепок.

Усложнение: прищепки заменяются канцелярскими скрепками. Можно также использовать нетугие прищепки для массажа пальцев, которые дети нанизывают на кончики пальцев на несколько секунд.



2.1. Су-Джок шарик

Пальчиковая игра «Ёжик»

Цель: Развитие мелкой моторики рук в процессе пальчиковых игр.

Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
на клубочек ты похож.

(катаем Су-Джок между ладонями)
На спине иголки

(массажные движения большого пальца)
очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)
Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего пальца)
нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)
А колючки тоже

(массажные движения мизинца)
на ежа похожи

(катаем Су-Джок между ладонями).



2.2. Су-Джок кольцо

Пальчиковая игра «Мальчик-с-пальчик»

Цель: Развитие мелкой моторики рук в процессе пальчиковых игр.

Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- Мальчик-с-пальчик,
Где ты был?
(надеваем кольцо Су-Джок на большой палец)
- С этим братцем в лес ходил,
(надеваем кольцо Су-Джок на указательный палец)
- С этим братцем щи варил,
(надеваем кольцо Су-Джок на средний палец)
- С этим братцем кашу ел,
(надеваем кольцо Су-Джок на безымянный палец)
- С этим братцем песни пел
(надеваем кольцо Су-Джок на мизинец).



3. «Кулак»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Упражнение выполнять нужно под счёт, постепенно увеличивая темп. Левую руку в кулак, правую руку нужно разжать. Потом меняем местами – правую руку сжимаем в кулак, а левую – нужно разжать.



4. «Оса»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Выпрямляем указательный палец и вращаем им.



5. «Коза»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Выпрямляем указательный палец и мизинец. Образовываем 2 кружка, соединяя кончики указательного и большого пальцев.



6. «Ушки»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Сожмите пальцы в кулак и выпрямите только указательный и средний пальцы.



7. «Деревья»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Все пальцы широко расставлены.



8. Игры с водой

Цель: Способствовать развитию мелкой мускулатуры пальцев рук, снять мышечные зажимы с помощью игр с водой.

Играйте с ребенком в ванной различными предметами, показывая как можно переливать воду из одного сосуда в другой, набирать воду в бутылочку, выливать воду из бутылки, переливать воду из ёмкости с узким горлышком в ёмкость с широким горлышком и т.д.



9. «Рисуем пальчиком»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Крупу, желательно манку, или сухой песок насыпать на поднос (гладкую твердую поверхность) тонким слоем и по нему рисуем пальчиком картинку по показу, образцу или самостоятельно.

10. «Прячем игрушки»

Цель: Развитие подвижности пальцев.

Насыпаем в небольшую ёмкость (тазик) крупу, горох или фасоль (можно использовать сухой песок) и прячем туда маленькие (около 3см) пластмассовые игрушки (например, киндер-сюрприз), можно использовать счетные палочки или другие предметы.

Ребенок должен их найти и достать. Потом найденные игрушки можно сортировать: что-то в высокую бутылку, а что-то - в широкую банку.



II. Упражнения для развития динамической координации кистей рук в процессе выполнения последовательно организованных движений:

Цель: Развитие координации кистей рук.

«Здравствуй, пальчик»:

Поочерёдно прикоснуться большим пальцем к указательному, среднему, безымянному и мизинцу.

«Пальчики знакомятся»:

Пальцами правой руки поочерёдно «поздороваться» (похлопывая подушечками пальцев) с пальцами левой руки, начиная с большого.



«Считалочка»:

Поочерёдно загибать пальцы сначала на левой, затем на правой руке, начиная с мизинца.



«Лягушки»:

Ребенок сжимает руки в кулачки и кладёт их на стол пальцами вниз; резко распрямляет пальцы (рука подпрыгивает над столом) и кладёт руки на стол; затем резко сжимает кулачки и опять кладёт их на стол;

одновременно менять положение кистей рук: одну сжимать в кулак, другую разжимать, выпрямляя пальцы;

одновременно выбрасывать кисти рук вперёд, при этом пальцы одной руки сжаты в кулак, а пальцы другой соединять в кольцо.



«Весёлые маляры»:

Одновременно выполнять движения кистями обеих рук вверх - вниз с подключением кистевого замаха; затем влево - вправо;

Положить перед собой обе кисти и попеременно постукивать правой рукой по два раза, а левой – один раз, плавно переходя от одной руки к другой.



12. Упражнения с карандашами

Цель: Развитие движений пальцев рук, координации движений.

Для выполнения упражнений использовать незаточенные карандаши (круглые или с гранями) или палочки. Упражнения выполнять двумя руками по очереди или вместе.

- Прокатывание карандаша между ладонями;

- Растирать центр ладони концом карандаша;



- Упираясь концами карандаша в центр ладоней, перемещать руки вверх, вниз, по кругу и т.д., стараясь не уронить карандаш;

- Удерживать палочку концами пальцев двух рук на весу поочередно (сначала указательным, затем средним пальцем и т.д.);

- «Собираем карандаши» – брать одной рукой и перекладывать в другое место (например, со стула на стол и др.), затем поменять руки (10-15 карандашей);



- Вращать карандаш между пальцами;

- Прокатывание карандашей по столу: сначала одной рукой, затем другой, затем двумя вместе;

- «Пальчики шагают» – зажать карандаш между указательным и средним пальцами и делать пальчиками «шаги» по столу, не роняя карандаш;

- Слегка держать карандаш между пальцами, чтобы он медленно сполз вниз.



Если ребёнок не может самостоятельно выполнить упражнение, то делаем его «рука в руку».

04

Список

использованной

литературы:

1. Аммосова, Н.С. Самомассаж рук при подготовке детей с речевыми нарушениями к школе: Логопед, № 6, 2004. – С. 78 - 82.
2. Крупенчук, О.И. Уроки логопеда: Пальчиковые игры / Крупенчук О.И. - Литера, 2008 – С. 32.
3. Новиковская, О.А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры / О.А. Новиковская - М. АСТ, 2007 - С. 94.
4. Османова, Г.А. Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики: Популярная логопедия / Османова Г.А. – КАРО, 2008.
5. Пак ЧжэВу. Вопросы теории и практики Су - Джок терапии: Серия книг по Су Джок терапии / ЧжэВу Пак - Су Джок Академия, 2009.
6. Светлова И. Развиваем мелкую моторику. – М., 2002.
7. Выготский, Л.С. Психология развития ребёнка. – М.:ЭКСМО, 2004.
8. Дошкольная педагогика/Под ред. Логиновой В.И., Саморуковой П.Г. – М.: Просвещение, 1988.
9. Мир детства. Дошкольник/Под ред. Хрипковой А.Г. – М.: Педагогика, 1979.
10. Психология/Под ред. Петровского А.В. – М.: Просвещение, 1977.
11. Сорокина М.Г. Система М. Монтессори: Теория и практика – М.: Академия, 2003.

ЖивиМалыш.рф