

Моторное планирование.

1. Хватательные движения:

- захватывание предмета разной формы всей ладонью одной рукой или двумя руками (погремушки, кубика, мяча и т.д.), для чего необходимо учесть его форму, величину, расположение, детали
- захватывание предмета или вещества щепотью (тремя пальчиками)
- захватывание предмета двумя пальчиками – указательным и большим (пинцетный захват)

2. Развитие соотносящих действий. Умение совмещать два предмета или две части одного предмета (вкладыши, сортеры, пирамидки, матрешки и другие подобные игрушки).

3. Развитие движений пальчиков рук – выполнение разнообразных фигур и движений пальчиками (зайчик, волк, домик, стул и другие). Сначала эти движения неуклюжие, с ошибками, а со временем становятся всё более тонкими и четкими. Важно также умение подражать тем движениям, которые показывает взрослый.

Развиваются эти умения не только в процессе специальной пальчиковой гимнастики, но и:

- во время надевания своей одежды и застегивания на кнопки, пуговицы, молнии
- во время трудовых поручений (с 3 лет – полить, протереть пыль, протереть листья растений губкой, почистить щеткой одежду и других)
- в изобразительной деятельности – рисование, лепка, аппликация, конструирование
- в играх – одевание и раздевание кукол в игре, использование предметов-заместителей, изготовление игрушек, атрибутов для своих игр и т.д. Игры и упражнения для развития мелкой моторики трудны для малышей и поэтому не должны быть длительными.
- они должны проводиться в игре, чтобы малышу было интересно (перебрать крупу для Золушки, помочь ежику спрятаться под своими иголками от лисы и другие игровые ситуации).
- если движение не удастся, пальчики не слушаются, то тогда игру нужно проводить многократно, пока движение не будет получаться легко, правильно, четко.

Нужно слегка менять сюжет игры, как только вы заметили, что игра освоена. Не бойтесь вносить что-то новое, чтобы ребенок был увлечен игрой и не устал от однообразия: сначала выложите из маленьких камушков на пластилине мостик для собачки. Через некоторое время выложите дорожку для куклы, затем – речку для рыбки и т. д.

Список упражнений и игр для развития мелкой моторики и моторного планирования детей

Чтобы упражнения были результативными, обязательно пошагово покажите ребенку, как правильно его выполнять.

1. Резиновая груша (продается в аптеке). Выберите маленькую грушу. Нажимайте на нее, чтобы получилась струя воздуха, которой можно сдуть ватку или листочек со стола. Как вариант можно даже поиграть в футбол, пытаясь загнать струей воздуха ватку в ворота.

2. Игра с изюмом. Сделайте тесто, раскатайте его. Предложите малышу украсить тесто изюмом. Покажите, как правильно брать изюминку («пинцетный захват» двумя пальчиками – большим и указательным). Покажите, что изюминки надо раскладывать по всему тесту на расстоянии друг от друга. Потом запеките получившийся пирог и съешьте его всей семьей!

3. Упражнения с бумагой:

- мять – развитие силы рук (после этого получится «шарик», который можно бросать в корзину с расстояния).
- рвать (развитие соотносящих движений) – захватываем пальцами обеих рук лист и тянем в разные стороны. Получаются полосочки (эти полоски можно сложить в коробочку и делать «дождик», высыпая полоски из коробки). Предлагая ребенку бумагу для этого упражнения, вы всегда должны ему показать, откуда можно взять бумагу. И должны сами всегда брать бумагу для данной игры только из этой коробки. Иначе малыш поймет, что можно рвать все, что находится вокруг, и порвет книжки или еще что-то нужное. Для этого упражнения – есть свое место за столом (на полу и пр.). Можно взять для этого упражнения старые рулоны обоев.
- делать аппликации из бумажных шариков (смять бумагу, нарвать ее на полоски, затем полоски нарвать на квадраты, скатать каждый квадратик на ладонке в шарик, шариками выкладывается силуэт – например кошка, барашек, тучка).
- делать аппликации из кусочков бумаги, которые нарвал малыш. Нарисуйте картину на листе ватмана. И наклейте на нее кусочки бумаги по сюжету. Белые наклеенные кусочки могут изображать снег или облака, синие – речку, желтые – осеннюю листву деревьев.

4. Сортировка мелких предметов – очень важно, чтобы ребенок это делал либо щепотью (тремя пальчиками), либо способом «пинцетного захвата», то есть захватывал двумя пальчиками – большим и указательным. При этом остальные пальчики должны быть подогнуты и не мешать. Сортировка

может происходить в игре. Например, наша курочка любит горох, а петушок – фасоль. Надо им в мисочки разделить еду.

5. Разворачивание завернутого в бумагу предмета – сюрприза: «Что там?» Когда ребенок развернет бумагу и найдет подарок, поиграет с ним, заверните его снова – спрячьте в другую бумагу. И снова попытайтесь найти. Научите малыша заворачивать – прятать предмет от старшей сестры или брата, папы, бабушки. Пусть они порадуются, когда развернут его сюрприз.

6. Наполнение бутылки мелкими предметами. В пластиковую бутылку можно опускать фасоль, камешки, шарики. Погремите получившейся погремушкой.

Навык моторного планирования необходим не только в работе с мелкой моторикой. Известно, что все логопеды используют в работе артикуляционную гимнастику – очень эффективный и полезный способ развития мышц артикуляционного аппарата.

Когда мы учимся выполнять какое-то движение и прикладываем определенные усилия, контроль осуществляют премоторная кора лобной доли и мозжечок (составляющие вместе латеральную систему). Эта работа и есть моторное планирование, или праксис.

Процесс коррекции звукопроизношения требует от ребенка сложного моторного планирования. Ребенок должен постоянно осознанно контролировать артикуляционный аппарат до тех пор, пока выполнение этих движений не станет навыком.

ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ НАВЫКА МОТОРНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ

🍀 «Ёжик» - покатайте по телу ребёнка (сначала лучше по одежде) массажный мячик-ёжик, называя части тела. Потом попросите малыша с закрытыми глазами называть ту часть тела, по которой «гуляет» ёжик. Постепенно вместо ёжика вы можете начинать использовать свою собственную ладонь, мягкие или жёсткие мочалки, кисточку, меховую варежку. Чем разнообразней будут ощущения, тем лучше.

🍀 «Снежный ангел» - в эту игру можно поиграть в настоящем снегу, а можно на полу у себя дома 😊. Сначала научите ребёнка изображать ангела, покажите как можно двигать руками и ногами, изображая полёт. Потом попросите ребёнка подвигать только правой рукой, только левой ногой, левой рукой и правой ногой и т.д. Если ребёнку сложно определить нужную часть тела, не стесняйтесь немного подсказать!

✿ «Раненый разведчик» - предложите юному разведчику проползти по полу используя только отдельные части тела. Например, используя только руки, только ноги, только правую или левую сторону тела.

✿ «Классики» - старая добрая игра, в которой можно потренировать различные прыжки (на двух ногах, на одной ноге, перепрыгивание с одной ноги на другую, прыжки вперёд, назад, вправо, влево и т.д.). Не обязательно дожидаться весны, чтобы попрыгать в «классики», приглашайте соседей снизу и устраивайте игротеку дома!

✿ «Зоопарк» - придумайте вместе с ребёнком, как может ходить слон, утка, пингвин, косолапый медведь, краб и т.д. Утром на завтрак из комнаты в кухню может идти цапля, а возвращаться слонёнок.

~ «Канатоходец» - положите на пол верёвку, предложите ребёнку вообразить себя смелым канатоходцем и пройти по верёвочке ни разу не оступившись и не упав, ставя ножку за ножкой. Затем канатоходец учится проходить канат задом наперёд, боком. Позже можно класть верёвку не по прямой линии, а зигзагом или волной.

✿ «Полосы препятствий» - создайте такую полосу, используя верёвки, коробки, мебель, игрушки, для того, чтобы ребёнку нужно было преодолевать препятствия, проползая под различными предметами, переступая, обходя, скатываясь, перепрыгивая и т.д. Используйте разные предметы и предлагайте малышу разные способы движения.

Моторная имитация - способность одного человека повторять движения другого человека. В первую очередь она нужна для:

- развития речи;
- обучению бытовым навыкам;
- игре и коммуникации (подражание играм, поступкам);
- занятию спортом и танцами.

Моторная имитация для речи нужна, потому что:

- речь - сама по себе имитативная деятельность;
- чтобы развить речь и поставить звуки, нужно пройти длинный путь: от имитации движений крупной моторики, через имитацию движений мелкой моторики к имитации движений языка и губ.

Преграды:

- нарушение визуального восприятия (ребенок плохо считывает движения взрослого);
- моторная неловкость (мозг плохо координирует движения);
- сенсорная чувствительность (некоторые движения, например пальчиковые игры, и подсказки могут быть неприятными ребенку и вызывать протест или возбуждение).

Если моторная имитация для ребенка сложна, то обучение начинается с простого: выбирают одно-два движения крупной моторики, например, похлопать в ладоши или постучать по столу. Можно взять какое-либо любимое движение ребенка, если оно относится к крупной моторике.

Один взрослый дает ребенку инструкцию: "Сделай так!" и показывает движение, второй встает за спиной ребенка и выполняет это движение руками ребенка. Постепенно подсказку и помощь второго взрослого убирают.

Параллельно тренируются навык визуального восприятия, который связан с навыком моторной имитации, и понимание речи. Со временем, ребенок должен понимать такие команды, как "попрыгай", "похлопай", "покажи язык", знать части тела: "рука", "нога", "голова", "палец" и т.п.

Если какие-либо движения вызывают протест или перевозбуждение, то на первом этапе мы их убираем. Вводим постепенно, используем сенсорные игры и массаж пальцев Су-Джоками.

Движения крупной моторики без предмета (инструкция «сделай так» или «делай как я»)

1. Похлопать в ладоши
2. Попрыгать
3. Поднять руки вверх
4. Потопать ногами
5. Дотронуться до плеч
6. Присесть
7. Наклониться вперед
8. Положить руки на голову
9. Похлопать себя по животу
10. Наклониться вправо/влево
11. Помахать головой вправо-влево (жест нет)
12. Кивнуть головой вперед (как жест да)
13. Вытянуть руки вперед перед собой

14. Вытянуть руки в стороны

15. Поднять плечи вверх

Двухкомпонентные движения для имитации

(инструкция сделай так или делай как я)

1. Хлопнуть в ладоши, поднять руки вверх

2. Хлопнуть в ладоши, присесть

3. Поднять руки вверх, развести в стороны

4. Дотронуться до носа, дотронуться до коленок

5. Дотронуться до плеч, дотронуться до коленок

Трехкомпонентные движения для имитации

(инструкция сделай так или делай как я)

1. Хлопнуть в ладоши, дотронуться до носа, поднять руки вверх

2. Дотронуться до носа, присесть, встать

3. Похлопать себя по животу, дотронуться до плеч, хлопнуть в ладоши

4. Кивнуть головой, похлопать в ладоши, подпрыгнуть

5. Поднять руки вверх, прикоснуться к плечам, постучать по столу

6. Потопать ногами, попрыгать, присесть

7. Помахать головой нет, потереть ладонь о ладонь, дотронуться до носа

8. Дотронуться до носа, показать язык, положить руки на голову

9. Стукнуть по столу кулаками, стукнуть ладонями, хлопнуть в ладоши

10. Поставить ладошки ребром на стол, хлопнуть в ладони, дотронуться до носа.