

Ахметова Татьяна Васильевна

воспитатель старшей группы

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 120 г. Челябинска

г. Челябинск Челябинской области

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТРЕНАЖЁРОВ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)**

Одна из основных и наиболее ярких и наглядных проблем у начинающего школьника, омрачающая всю радость от осознания себя взрослым и самостоятельным – это проблема при овладении навыков письма. Механизмы формирования навыка письма сложны, его структура многокомпонентна, на успешность формирования навыка могут влиять различные факторы, в том числе, умение ребенка управлять мышцами кисти руки. Качественное управление мышцами достигается при наличии следующих условий:

1. Развитие мелкой моторики.
2. Умение ощущать движение мышц.
3. Достаточная эластичность мышц.
4. Достаточный уровень сформированности переключаемости движений, который зависит от своевременного дифференцированного торможения в коре головного мозга.
5. Осознанное выполнение движений.
6. Достаточный зрительно-моторный контроль.

Все эти условия взаимосвязаны.

Цель написания данной работы - показать систему работы педагога с детьми по подготовке их к школе. А точнее, развитие мелкой моторики рук, т.е. подготовки детской руки к письму. Обычно, ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него

**Третий Всероссийский фестиваль передового педагогического опыта  
"Современные методы и приемы обучения"  
март - май 2015 года**

достаточно развиты память и внимание, связная речь.

Чтобы действия пальцев и руки во время письма были легко переключаемы, мышечные волокна должны быть податливыми, т.е. эластичными, что обеспечивает своевременное реагирование на сигналы из коры головного мозга для выполнения необходимого движения кистью руки и пальцами, удерживающими ручку во время процесса письма. Т.е. речь идет о развитии мелкой моторики при подготовке руки к письму.

Учитывая данные современных отечественных психолого-педагогических исследований, доказавших наличие связи между успешностью формирования навыка письма и уровнем развития зрительно - моторной координации, и данные педагогической диагностики детей старшей группы я включила в работу с детьми систему упражнений, направленных на развитие и совершенствование зрительно-моторной координации:

1. Использование развивающих игрушек и развивающих игр (тренажеров).
2. Массаж и самомассаж пальцев рук.
3. Пальчиковая гимнастика.
4. Выполнение пальчиковой гимнастики с катушкой.
5. Художественная деятельность детей.

Рассмотрим более подробно использование развивающих игр (тренажеров).

В настоящее время современным рынком предлагается множество интересных детских игрушек, цель которых – развитие мелкой моторики у детей, как средство развития речи. Роль игрушки для развития мелкой моторики у детей заключается в том, чтобы ускорить, а также усовершенствовать данный навык в развитии ребенка. Это и игрушки-шнуровки, различные пирамидки, кубики, конструкторы, фигурки на магнитах, кубы-сортеры, пазлы, мозаика, развивающие тренажеры.

*Что такое развивающие тренажеры?*

Тренажеры легки и интересны в освоении способов действий с ними. Поэтому работа с тренажерами была взята в самом начале, чтобы заинтересовать детей, чтобы подготовить пальчики к более трудным и сложным действиям. Эстетическая сторона занятий с развивающими тренажерами определяется во многом качеством приготовления дидактического материала. Чистые цветовые тона, приятная фактура, форма тренажеров доставляют радость детям, способствуют накоплению сенсорных представлений.

Эти тренажеры просты в изготовлении, не требуют больших финансовых затрат, от нас лишь нужна только фантазия и желание помочь детям. С их помощью происходит не механическая обработка навыков, а формируется осмысленная деятельность. Сенсорные тренажеры использовала не только как часть знаний по продуктивной деятельности, но и в совместной и самостоятельной деятельности детей, как и игры и упражнения.

Работа с тренажерами может быть сжата до 5 минут и растянута до 15-20 минут, в зависимости от конкретной работы.

Особых затруднений работа на тренажерах у детей не вызывала, потому что:

- \* Дети были очень увлечены, т.к. тренажеры очень яркие и необычные.
- \* Тренажеры легки в обращении и не вызывают мышечного напряжения при работе на них, а, следовательно, и выполняются детьми с большим удовольствием.
- \* Нет статичного напряжения мышц и поэтому опять-таки не вызывают мышечного напряжения, а следовательно и усталости.
- \* Разнообразие вариантов цветового выполнения задания на тренажерах и вариативность использования дополнительного материала на них, вызывает у детей дополнительный интерес, а как следствие — желание работать еще.
- \* Из-за доступности материала и отсутствия мышечного напряжения у

детей появляется возможность работать на тренажере самостоятельно без присмотра взрослого, что в свою очередь стимулирует выполнение упражнений на тренажерах.

Здесь идет работа не столько над развитием двигательной умелости пальцев рук, не столько над тренировкой мышц пальцевых, сколько происходит работа над развитием зрительно-моторной координации, над сенсорным развитием. Основное усложнение при работе с тренажерами идет по увеличению количества крышек, усложнением сюжета, разнообразием дополнительного материала, применяемого в тренажерах.

#### Выполнение пальчиковой гимнастики с катушкой.

Комплекс гимнастики с катушкой проводим после самомассажа с катушкой. При выполнении комплекса пальчиковой гимнастики с катушкой из-под ниток можно решить следующие задачи:

- обрести эластичность мышц и повысить подвижность суставов,
- развивать зрительное и осязательное восприятие,
- воспитывать навык удержания позы,
- знакомство с сенсорными эталонами,
- развитие умения сравнивать по свойствам и признакам (развитие глазомера),
- развитие наглядно - действенного, образного мышления, памяти, воображения,
- формирование и активизация словаря ребенка,
- активизировать биологические процессы организма и деятельность жизненно важных анализаторов,
- учиться играя, что вызывает положительные эмоции и стойкий интерес к деятельности.

При выполнении комплекса происходит:

- узнавание упражнения по символической картинке и названию,
- словесная инструкция взрослого для уточнения элементов упражнения,
- напоминание взрослому прилагать мышечное усилие,

- напоминание взрослому до упора отводить пальцы кисти руки (особенно большой палец),
- повторение упражнений необходимое число раз,
- увеличение темпа выполнения упражнений по мере освоения навыка движений.

Выполнение упражнения другой рукой обязательно - с целью симметричного развития мышц пальцев рук, для равномерной циркуляции крови и поддержания энергетического баланса.

После каждого упражнения необходимо расслабление кисти (катушка кладется на стол).

Пальчиковую гимнастику с катушкой выполняла не только на одном занятии в качестве его фрагмента в течение 2-5 минут, а на нескольких. В свободное от занятий время продолжительность пальчиковой гимнастики доводила до 7- 10 минут с учетом расслабления рук после каждого упражнения.

Содержание упражнений комплекса произвольное, т.к. они все направлены на развитие объема движений, их силы, координации, переключаемости, точности, удержания позы.

Критерием качества выполняемых упражнений служит появление усталости кисти руки: легкая усталость - показатель правильной мышечной нагрузки: сильная усталость, возникшая нескоординированность движений, потливость - признаки переутомления. В этом случае я давала инструкцию: «Если у кого-то запотели ладошки, расслабьте руки и прекратите гимнастику», «Если упражнения перестали получаться, прекратите гимнастику» и т.д.

Упражнения комплекса пальчиковой гимнастики с катушкой из-под ниток брала и с одной рукой и с двумя, а также по выбору детей.

В результате работы у детей увеличились объем движений, переключаемость движений, удержание позы, точность движений

Конечно, одному педагогу и без помощи родителей, не добиться бы успехов в работе по развитию двигательных мышц руки у детей. Именно совместными усилиями с родителями детей мы смогли достичь хороших

результатов. Не сразу родители стали помощниками и сотрудниками. Для этого на родительском собрании показывала упражнения с катушкой, пальчиковую гимнастику, развивающие игры, упражнения на развивающих тренажерах. Были проведены консультации. А еще я создала блог группы, где родители могут увидеть своего ребенка во всех режимных моментах.

Таким образом, главная моя задача, как педагога, работающего с детьми с ограниченными возможностями здоровья - помочь им справиться с проблемами и добиться хороших результатов в подготовке к школе, я думаю, будет успешно решена.

Примеры тренажеров:

Тренажёр «Ёлочка»



Тренажёр «Клоун»



Самомассаж двумя руками. «Рыбки ныряют»

*Исходное положение:*

Ребенок удерживает катушку перед собой за внешние стороны дисков в горизонтальном положении большим и безымянным пальцами одной руки. Указательный и средний пальцы превращаются в «ныряющих рыбок».

*Содержание упражнения:*

Сначала «рыбки» (указательный и средний пальцы) «отдыхают» на перекладине катушки. По команде взрослого пальцы-«рыбки» «ныряют» под катушку, а затем, тоже по команде, «выныривают».

*Дозировка:* Повторить 5-6 раз, после чего поставить катушку, стряхнуть кисть руки, расслабляя мышцы.

\* При изготовлении тренажеров было использовано пособие Е.В.Полозовой «Развивающие тренажеры из бросового материала» Воронеж, 2006