

У детей довольно часто наблюдается задержка в развитии речи, хотя они здоровы, у них нет нарушений слуха или поражения центральной нервной системы. В чем причина задержки речи? Считалось, что главное, от чего зависит развитие речи, - это степень речевого общения детей с окружающими взрослыми людьми: родители обычно получают совет - больше разговаривать с ребенком. Конечно это важное условие, чтобы ребенок заговорил, но нужно учесть еще и другое. Если внимательно посмотреть на снимок головного мозга, то становится ясно, что двигательная речевая область расположена рядом с двигательной областью, являясь ее частью. Может быть, развитие моторной речи зависит от развития моторики в целом? Нет. Наблюдения показали, что это не так. Около трети всей площади двигательной проекции занимает проекция кисти руки, расположенная близко от речевой зоны.

У некоторых детей заметно отставание в развитии двигательной сферы. Это выражается в неточном выполнении движений, несоблюдении заданного темпа, недостаточной координации.

Тренировка тонких движений пальцев рук оказывает большое влияние на развитие активной речи ребенка.

Проведенные исследования и наблюдения показали, что степень развития движений пальцев совпадает со степенью развития речи у детей. Для определения уровня развития речи с детьми первых лет жизни провели такой опыт: просили ребенка показать один пальчик, два пальчика, три пальчика /сделай вот, так показываем, как надо сделать/. Дети, которым удается повторить изолированные движения пальцами, хорошо говорят. И наоборот, если дети не говорят, то пальцы у них напряжены, сгибаются и разгибаются только все вместе или, напротив вялые, ватные и не делают отдельных движений. Таким образом, пока движения пальцев не станут свободными, добиться развития речи у детей не удастся.

При исследовании двигательной функции руки ученые установили, что детям /после трех лет/ доступны позы пальцев: гусь, коза, ножницы, кольцо. Дети /после пяти лет/ могут изобразить: ладонь, кулак, ребро.

Если ребенок затрудняется, то наблюдается нарушения.

В чем же заключается связь движения пальцев и речи? Движения пальцев рук в ходе развития человеческого общества оказались тесно связанными с речевой функцией. Первой формой были жесты, постепенно они стали сочетаться с возгласами, выкриками. Прошли тысячелетия, пока развилась словесная речь, но она еще долгое время была связана с жестикуляторной речью. Движения пальцев рук постепенно совершенствовались. Из поколения в поколение люди выполняли все более тонкую, сложную работу. В связи с этим происходило увеличение двигательной проекции кисти руки в мозге человека. Развитие функций руки и речи у людей шло параллельно.

Примерно таков же ход развития речи ребенка. Сначала развиваются движения пальцев рук, когда же они достигают достаточной точности, начинается развитие речи. Развитие движения пальцев как бы подготавливает почву для последующего формирования речи.

Для обследования состояния общей моторики можно предложить ряд тестов. Качество их выполнения говорит также об уровне сформированности внимания, зрительной памяти, самоконтроля.

1. Предлагается повторить серию движений, сохраняя скорость. Повторение допускается до 3 раз. Примеры движений: 1 - обе руки вверх, 2 - правая рука вверх, левая - на пояс, 3 - обе руки вперед, 4 - обе руки вниз. 1 - левая рука в сторону, 2 - обе руки на пояс, 3 - правая рука в сторону, левая - за спину, 4 - обе руки вниз.

РЕЗУЛЬТАТ /для логопеда/. "Удовлетворительно" - результат достигнут со 2-3 раза после дополнительного показа. «Плохо» - результат достигнут с 4 и более раза после дополнительного показа и повторения инструкции. Темп выполнения замедлен или ускорен.

2. Требуется повторить движения, отставая на одно.

РЕЗУЛЬТАТ. "Удовлетворительно" - несовпадение ритма, отсутствие точности движений, проявляющееся в «доведении» рук. «Плохо» - неспособность самостоятельно исправить свои ошибки.

3. Повторять движения за исключением одного, "запретного" /например, руки на плечи/.

РЕЗУЛЬТАТ. "Удовлетворительно" - "запрет" нарушается, но ребенок самостоятельно исправляет ошибку. «Плохо» - ребенок ошибается даже при многократном повторении инструкции.

Для проверки произвольного торможения движения ребенку даются задания отдельно для каждой руки, например: правая рука: 1 - вверх, 2 - в сторону, 3 - вниз; левая рука 1 - вверх, 2,3 - вниз.

После двух-трехкратного повторения упражнения отдельно каждой рукой движения рук соединить.

РЕЗУЛЬТАТ. "Удовлетворительно" - одной рукой движения выполняются хорошо, второй - хуже. Допускаются остановки, отсутствует точность движений. Но в целом выполнение упражнения начинается и заканчивается одновременно обеими руками. "Плохо" - ребенок делает одно и то же обеими руками либо выполняет по очереди: первое движение правой руки, первое движение левой руки и т.д.

Для обследования статической координации движения даются следующие задания.

1. Встать прямо. Носок одной ноги приставить к пятке другой ноги. Закрыть глаза. Стоять 10-15 секунд.

РЕЗУЛЬТАТ: «Удовлетворительно» - раскачивание, балансирование, резкие наклоны туловища. Однако ребенок не сходит с места. "Плохо" - невозможность устоять на месте, стремление открыть глаза /что сразу облегчает выполнение задания/.

2. Положение стоя на одной ноге. Вторая нога скрещена с первой сзади на уровне голени. Глаза закрыты, руки вытянуты вперед.

РЕЗУЛЬТАТ, аналогичен первому.

Динамическую координацию рук можно проверить в следующем упражнении.

Правая рука: 1 - вперед в кулаке, 2 - кулак разжать, 3 - кулак сжать, 4 - руку опустить.
Левая рука: 1 - в сторону, кулак разжат, 2 - сжать кулак, 3 - разжать кулак, 4 - руку опустить.

После двух-трехразового выполнения упражнения отдельно каждой рукой движения рук соединить.

РЕЗУЛЬТАТ: "Удовлетворительно" - выполнение задания с напряжением, в измененном темпе. "Плохо" - выполнение двумя руками одних и тех же движений.

Координация движений рук и ног исследуется в таких заданиях.

1. Маршировка: 1 - шаг правой ногой, 2 - хлопок, 3 - шаг левой ногой, 4 - хлопок.

РЕЗУЛЬТАТ: "Удовлетворительно" - напряжение, изменение темпа выполнения упражнения, асинхронность. "Плохо" - невозможность выполнения упражнения нале при многократном повторении инструкции.

2. Приседания. Стоя на носках, сделать шесть приседаний подряд.

РЕЗУЛЬТАТ: "Плохо" – хотя бы одно касание пятками пола.

Для обследования мелкой моторики рук предлагаются упражнения:

1. "Пальчики здороваются" - попеременное касание четырьмя пальцами большого пальца. Выполняется правой, левой и обеими руками.

2. "Играем на пианино" - держа кисти рук горизонтально над столом, касаться его поверхности поочередно 1-2, 1-3, 1-4, 1-5 пальцами, выполняется право-, левой и обеими руками.

3. Руки положить ладонями на стол, левую руку сжать в кулак. Синхронно без напряжения, менять положение рук.

Менять положение лежащих на столе рук: 1 - рука сжата в кулак.

Сначала выпрямляются большой и указательный пальцы, соединяются в кольцо. Остальные пальцы распрямляются и разводятся в стороны.

"Гусь" - рука опирается на локоть, пальцы зажаты в кулак. Большой и указательный пальцы распрямляются и соединяются в виде клюва.

"Коза-дереза" - пальцы тренируемой руки зажаты в кулак. Выпрямляются указательный палец и мизинец. Упражнение сопровождается известной присказкой "Идет коза рогатая..."

Для автоматизации движений и развития внимания очень полезны упражнения, состоящие из серии последовательных действия. Они сопровождаются стихами, потешками, считалочками, ритм которых соответствует выполняемым движениям.

"Пальчики поздоровались" - кончик большого пальца последовательно прикасается к остальным. Упражнение выполняется сначала одной рукой, а затем двумя. Разновидность этого упражнения: ладони обеих рук подняты пальцами вверх и обращены друг к другу, пальцы разведены. Поочередно одноименные пальцы соприкасаются, постукивая друг о друга.

Выполнение этого упражнения сочетается с чтением наизусть потешек:

Жили-были три пингвина: Пик, Пак, Пок.

Дружно мыли свою льдину Пик, Пак, Пок.

или:

- Пальчик-мальчик, где ты был?
- С этим братцем в лес ходил.
- С этим братцем щи варил.
- С этим братцем кашу ел.
- С этим братцем песни пел.

"Человечек бежит" - указательный и средний пальцы "бегают" по столу. Сначала упражнение выполняется одной, затем другой рукой, далее - двумя руками вместе.

"Цветок распустился" - пальцы зажаты в кулак. Каждый палец поочередно выпрямляется и отводится в сторону, как лепестки цветка, большой палец и мизинец выпрямляются одновременно. Другой вариант этого упражнения: ладони обеих рук прижаты друг к другу кончиками пальцев и основаниями ладоней - цветок закрыт. Одноименные пальцы на обеих руках синхронно отводятся назад - цветок распустился. Это упражнение сопровождается загадкой о цветке, например, ромашке:

В поле сестрички стоят, У каждой сестрички

Желтые глазки в него глядят. Белые реснички

"Зайчик—кольцо" - упражнение, основанное на переходе из одной позиции в другую. Эти изменения позиций сначала отрабатываются одной рукой, затем другой, а далее обеими руками вместе.

"Ладонь-кулак"- руки опираются на локти, ладони обращены друг к другу. Ладонь одной руки хлопает о другую, затем сжимается в кулак и легко ударяет в ладонь другой руки.

Затем положение рук меняется. Усложнение задания достигается за счет ускорения ритма.

Для тренировки пальцев могут быть использованы упражнения и без речевого сопровождения. Ребенку объясняют выполнение того или иного задания. Родители на себе все демонстрируют.

"Пальчики здороваются" - кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного и мизинца.

"Человечек" - указательный и средний пальцы правой руки "бегают" по столу.

"Слоненок" - средник палец выставлен вперед /хобот/, а указательный и безымянный – ноги. Слоненок «идет» по столу.

"Корни деревьев" - кисти рук сплетены, растопыренные пальцы опущены вниз.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок постигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи /так как при этом индуктивно происходит возбуждение в центрах речи/, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму, кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, это в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.

Приводим два блока заданий: первый - это работа с пальчиками; второй - это работа со счетными палочками, спичками.

В первом блоке подобраны фигурки, которые изображают предметы, животных, птиц. Все фигурки с небольшим стихотворным сопровождением и рисунками. При выполнении каждого упражнения нужно стараться вовлекать все пальчики, упражнения выполнять как правой, так и левой рукой.

Когда ребенок освоит свободное выполнение фигурок, то упражнения можно усложнить: разыгрывание небольших сценок, пересказ коротких рассказов с сопровождением построения фигур из кисти и пальцев рук.

Например, такой рассказ.

Кот Васька, увидел на дереве гнездо. В гнезде жили птенчики /изображаем фигурку кота, дерево, гнездо с птенчиками/. Кот Васька захотел съесть птенцов и полез на дерево. Но тут прилетела птичка-мама, которая стала защищать своих птенцов /изобразить птичку/, кот испугался и убежал /изобразить кота/.

При хорошей фантазии родителей можно придумать и рассказать сказки, которые тоже можно сопровождать изображением различных фигурок из пальцев.

Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись ребенком легко, без труда, чтобы занятия приносили радость.

Во втором блоке со стихотворным сопровождением буквы. Рука при этом остается неподвижной, работают только пальцы и кисть. Слепить, чтобы «палочка» была зажата пальцами правильно и "рисунок" был похож. Можно предложить также задания на "срисовывание" простых контурных изображений: лодочка, ракета, человечек, коробка, лампочка, коврик, стакан, груша, бублик.

"Вязание". На обеих руках приготовить большие и указательные пальцы, остальные прижать к ладони. Пальцы левой руки неподвижны, «вяжут» только два пальца на правой руке: большой палец правой руки соединить с указательным пальцем левой, второй пальчик - на весу. Затем указательным пальцем правой руки поставить к большому пальцу левой руки, остальные пальцы разъединить. Двигая кистью и пальчиками правой руки, "вязать". Повторить упражнения левой рукой.

"Играем на балалайке». Между указательным и средним пальцем натянуть тонкую круглую резинку. Перебирать эту резинку, как струны балалайки, указательным и средними пальцами другой руки.

"Барабанщик". Положить руки на стол, кисть приподнята. Взрослый отстукивает пальцем по столу определенный ритм. Ребенок должен повторить этот ритмичный рисунок поочередно каждым пальцем, кисть руки при этом неподвижна.

"Поймай рыбку". На столе две коробки, в одной из которых лежат «рыбки» - мелкие фигурки, шарики, бирюльки. У ребенка в руках сачок для аквариума. Ему предлагается переложить фигурки по одной из первой коробки во вторую, действуя сначала правой, а затем левой.

Составление фигурок из счетных палочек или спичек. Ребенка просят выложить на столе сначала по образцу, затем по памяти и, наконец, самостоятельно, по представлению, следующие фигурки: квадрат, треугольник, кубик, ваза, лодочка, юбочка, очки, лесенка, мельница, рыбка, пирамидка, флажок, звезда, мороженное, бабочка, аквариум, лопата, коробка карандашей, ракета, пароход, грибок, горка, тачка, лесенка, снежинка, парусник, башня, песочница, самолет, кровать, телевизор, собака, корова, часы, санки, фонарик.

"Сделай также". У логопеда - набор карточек с изображением человечков в разных позах. У ребенка - палочки и маленький кружок. Выбрав одну карточку, взрослый показывает ее ребенку в течение нескольких секунд. Играющий должен запомнить положение человечка, а затем сложить из палочек и кружка такого же. /см. приложение/.

"Будь внимательным". Ребенок убирает руки за спину. Логопед дает команду показать на каждой руке определенное количество пальцев, /например, "покажи на правой руке 3 пальчика, на левой руке - 4/. Малыш выполняет задание за спиной и вытягивает руки вперед. Правильность проверяется совместно.

Нитяные узоры. Для работы нужны толстые тяжелые нитки либо тонкие веревочки. Пользуясь карточками - образцами, требуется выполнить задание на выкладывание узоров, петель, завязывание узелков и связывание веревочек.

«Выгладим платочки для мамы и для дочки». Перед каждым ребенком скомканный листок бумаги. Нужно, прижимая бумагу к столу большими пальцами обеих рук, разгладить остальными пальчиками лист так, чтобы ни один его край не остался загнутым. Затем сделать тоже самое, пользуясь одной рукой. Развитию мелкой моторики рук способствуют также следующие занятия:

- изготовление бус;
- собирание пирамидок, матрешек, мозаики;
- работа с пособиями по застегиванию молний, пуговиц, кнопок, крючков разной величины;
- лепка;
- аппликация;
- обведение лекал с последующей их заштриховкой ;
- игра с набором мелких фигурок (бирюлек) для развития тактильно восприятия.

Хорошую тренировку движений пальцев обеспечивают пальчиковые игры. Они очень просты, эмоциональны. Их можно проводить в детском саду и в семье. Пальчиковые игры как бы отражают объективную реальность окружающего мира - предметов, животные, людей, их деятельность, а такие процессы, происходящие в природе.

В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Самым простым является изображение при помощи пальчиков различных фигурок.

1. «Флажок». Четыре пальца соединить вместе, большой опустить вниз. Тыльная сторона ладони обращена к себе.
2. «Очки». Соединить в кольцо большой и указательный пальцы каждой руки. Приставать колечки друг к другу, поднести к глазам.
3. «Бинокль». Большой палец каждой руки вместе с остальными образует кольцо. Посмотреть в «бинокль».
4. «Стол». Левую ладонь сжать в кулак, поставит на стол, правую раскрыть и положить сверху.
5. «Стул. Кресло». Поставить на стол сжатый кулачок правой руки, левую приставить к нему вплотную пальцами вверх, как спинку.
6. «Бочка». Неплотно сжать руку в кулак.
7. «Птичка пьет из бочки». Поднеси к «бочке» вторую руку, указательный пальчик опускать в отверстие и поднимать.
8. «Миска, гнездо». Соединить округлые ладони.
9. «Птичка в гнезде». Соединить округлые ладони, большие пальцы спрятать во внутрь.
10. «Птенцы в гнезде». Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и шевелить ими.
11. «Крыша. Башня. Дом» Кончики пальцев рук соединить в наклонном положении ладоней .
- 12 . «Магазин с прилавком». Положение рук то же, но указательные пальцы соединены по всей длине.
13. «Покупатель и продавец». Положение то же, но большие пальцы расположены по обе стороны «прилавка».

14. «Мостик». Положение рук горизонтальное, кончики пальцев касаются друг друга.
15. «Кораблик» Округленные ладони снизу плотно прижаты друг к другу и слегка приоткрыты сверху.
16. «Ёлка». Пальцы обеих рук скрещены под углом друг к другу.
17. «Солнечные лучи». Окрещенные руки приподняты вверх, пальцы разведены.
18. «Скворечник». Кончики пальцев, вытянутые вверх, соединить, большие пальцы загнуть внутрь.
19. «Беседующие человечки». Поставить на стол два кулака с поднятыми вверх большими пальцами.
20. «Ворота». Кисти рук поставить на ребро, свести кончики пальцев. Открыть и закрыть "ворота".
21. «Цепочка». Большой и указательный палец левой руки образуют кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, средний – большой и т.д. Поменять положение пальцев на левой руке и продолжить упражнение.
22. «Шарик». Пальцы каждой руки соединить в щепотку и приблизить друг к другу. Дуть на них, при этом пальчики принимают форму шара. Затем шар сдувается, и пальчики принимают исходное положение.
23. «Колокольчик». Локти поставить на стол, пальцы обеих рук образуют замок. Средний палец одной руки опущен вниз, как язычок колокольчика, и ребенок им двигает.
24. «Летит оса». Пальцы сжаты в кулак, один поднять вверх. Выполнять им вращательные движения. Повторить другими пальцами.
25. «Зайчик и барабан». Поднять вверх указательный и средний палец, безымянным и мизинцем барабанить по большому.
26. «Собачка, лошадь». Вытянуть вперед указательный палец, остальными перебирать по столу, "бежать".
27. «Всадник на лошади». Положение пальцев то же. Указательным и средним пальцы другой руки разведены, "посажаны" на указательный палец левой руки.
28. «Собака лает». Ладонь расположить вертикально, на ребро. Большой палец поднять вверх. Остальные соединить вместе. Мизинец опускать и поднимать.
29. «Гусь». Поставит локоть на стол. Четыре пальца соединить вместе с слегка округлить. Расположить их, а также большой палец как бы параллельно столу.

30. «Курочка». Большой и указательный пальцы соединить. Остальные пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении.
31. «Петушок». Большой и указательный пальцы соединить. Остальные пальцы подняты вверх в полусогнутом положении один над другим.
32. «Улитка». Кулак правой руки прижат к столу ладонью вниз, указательный и средний пальцы разведены и выпрямлены вперед.
33. «Домик улитки». Положение правой руки то же, левая рука лежит на тыльной стороне правой.
34. «Кошка». Средний и безымянный пальцы соединить с большим, указательный и мизинец поднять вверх.
35. «Мышка». Положение пальцев то же, но указательный и мизинец согнуть и прижать кончиками к среднему безымянному.
36. «Крокодил». Ладонь лежит на столе. Указательный палец и мизинец согнуты и прижаты кончиками к среднему и безымянному пальцу.
37. «Полет птицы». Руки повернуть ладонями к себе и скрестить у запястий. Большие пальцы цепляются друг за друга. Остальные пальцы растопырить и махать ими.
38. «Малыш взбирается на дерево». Локоть правой руки поставить на стол, два пальца левой руки «взбираются» вверх по предплечью.
39. «Лиса». Ладони прижать друг к другу. Согнуть вовнутрь мизинцы и указательные пальцы, большие поднять вверх.

Хорошим средством для развития движений пальцев является игра «Театр пальчиков» для детей 1,5 лет. Тренировка тонких движений пальцев рук, пальчиковые игры не должны быть продолжительными, пять минут в день достаточно для того, чтобы стимулировать речевую функцию ребенка.

Необходимо постоянно следить, чтобы не было передозировки. Упражнения надо давать малыми порциями, но делать их с оптимальной нагрузкой, с большой амплитудой движений. Не дает эффекта небрежное, расслабленное выполнение упражнений. Особое внимание уделяем тренировке движений повышенной сложности, т.е. таких, какие наши пальцы не делают в повседневной жизни.

Учеными было замечено, что систематическая работа по тренировке тонких движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, у детей улучшается внимание, память, слух, зрение.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ЛОТОС»
Г.ДАЛЬНЕГОРСКА

ФОРМИРОВАНИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК

Методические рекомендации

Составитель:
Тренер-преподаватель
Хомутов Евгений Леонидович

2026 года