



*Людмила ГОНЧАРЕНКО,  
практичний психолог Кам'янець-Подільського ліцею №2 ім.Т.Г.Шевченка*

## Дрібна моторика ЯК КЛЮЧ ДО РОЗВИТКУ ДИТИНИ

Розвиток моторики проходить складний шлях, починаючи з хапання предмета долонькою цілком, потім удосконалюється в процесі перекладання предмета з руки в руку, а вже до двох років дитина може не тільки правильно тримати ложку і пензлик, а й малювати. Процес вдосконалення моторних навичок активно відбувається в дошкільному та ранньому шкільному віці. Дитина все частіше виконує більш складні дії, що вимагають узгоджених дій обох рук.

Психологи і педагоги рекомендують починати займатися розвитком дрібної моторики малюка вже з восьми місячного віку шляхом активного тренування пальців дитини.

Існує декілька ефективних способів:

- ігри з дрібними предметами (мозаїка, прищипки, пазли, намисто, ігри-шнурівки, пірамідки, конструктори);
- пальчикові ігри;
- ліплення;
- масаж пальців і кистей;
- графомоторика (графічні диктанти, обведення по контуру, штрихування, графомоторні доріжки, зафарбовування, домальовування половинки, лабіринти);
- різання ножицями;
- сенсорний розвиток (сенсорні м'ячики, мішечки, кульки, доріжки).

Пальці тісно пов'язані із внутрішніми органами, особливо з головним мозком, тому їхній розвиток та зміцнення добре впливають на загальний стан організму. Удосконалення ручної моторики сприяє активізації моторних мовних зон головного мозку, розвитку мовної функції. Для повного оволодіння навичками письма необхідно мати певну функціональну зрілість кори головного мозку, у непідготовлених до письма дітей, при недостатньому розвитку дрібної моторики та зорового сприйняття і уваги, як правило, приводить до стану тривоги дитини у школі та негативного ставлення до навчання. Тому в дошкільному віці дуже важливо розвивати механізми, які потім будуть необхідні для оволодіння письмом.

Розвиток моторики у дітей раннього віку.

Фахівці рекомендують починати роботу з розвитку моторики рук малюка вже з двомісячного віку, виконуючи під класичну музику чи звуки маминої колискової такі вправи:

- злегка потягувати кожен пальчик малюка, наче хочете його витягнути – рухи мають бути дуже легкими і ніжними;
- виконувати кругові рухи кожным пальчиком окремо, спочатку в один, а потім в інший бік;
- описувати своїм пальцем коло по долоньці малюка;
- описувати коло по долоньці малюка за допомогою легкого пощипування або «поколювання» своїм пальцем;

– ніжно плескати долонькою об долоньку, намагаючись їх розкрити.

Одним з улюблених занять дітей раннього віку є образотворча діяльність. Кожна дитина любить і по-своєму вміє малювати. Дітей раннього віку слід вчити малювати широким пензлем товщиною в палець, восковими олівцями, кольоровою крейдою. Дуже зручними є тригранні олівці у дерев'яному корпусі діаметром близько одного сантиметра з м'яким товстим грифелем, які однорічному малюку легко утримувати у руці трьома пальцями. Такі олівці не скочуються зі столу, у них не так швидко ламається грифель, що важливо, оскільки у цьому віці діти малюють, сильно натискаючи на олівець. Користуючись цими олівцями, діти швидко навчаються правильно утримувати їх у пальцях, що важливо для розвитку дрібної моторики рук.



Ефективно стимулює розвиток дрібної моторики й ліплення. Пропонуйте дітям для ліплення глину, солоне тісто, спеціальну масу для моделювання, яка не лише

має м'яку, пластичну консистенцію, а й безпечна для малюка у випадку, якщо він вирішить спробувати її на смак. За допомогою пластиліну дитина розвиває гнучкість і рухливість своїх пальців, що сприяє поліпшенню мови. Добре зарекомендував себе пластилін Play-Doh. Він не забарвлює ручки малюка, не липне до рук і доставляє масу задоволення не тільки маленьким карапузам, а й дорослим. Для дитини раннього віку це не лише заняття, що розвиває тактильну чутливість, фантазію, а й ефективно тренування для пальчиків. Надавлийте пальчиками на злегка просушений консервований горошок, м'яку кукурудзу, родзинки, виклавши їх у ряд, по колу, хаотично або силуетом знайомого малюючого предмета (віконце, сонечко, лопатка, будиночок тощо).

Майструйте намисто, нанизуючи на тонкий пружний дріт – неслухняний шнурок не дуже-то підходить – з широким отвором макаронини, кісточки від рахівниць, розрізані на частини використані фломастери, картонні силуети тварин, яких потім можна «покатати на каруселі», покручуючи дріт.

Просівайте змішані борошно і горох, манку і рис через сито. Ховайте у манку або борошно гудзик, намистину, камінчик, іграшку з кіндер-сюрпризу, а просіявши все це через сито, радійте разом з малюком його знахідці. Вчіть малюка шукати заховані дрібні предмети у різних крупах, насипаних у невелику, але високу ємкість. Можна використовувати як сухі крупки, так і зволожені водою. Це гарна вправа для розвитку тактильної чутливості. Та й маленький археолог охоче буде займатися такими «розкопками».

Цікаво можна організувати ігри дітей з короткими кольоровими шнурками:

- засовуйте їх у пляшки з широким і вузьким горлечком;
- складайте, тримаючи за кінчики, у коробки;
- знаходьте потрібного вам кольору шнурок у купі шнурків;
- протягуйте шнурок через коробочку з-під кіндер-сюрпризу, попередньо зав'язавши на кінцях вузлики.

Доцільно також використовувати ігровий самомасаж кистей рук, що є ефективним і універсальним засобом реабілітації дрібних рухів у дітей з мовленнєвими проблемами і розвивальним та оздоровлювальним засобом для дітей, які розвиваються нормально. Важливим є застосування масажних прийомів у формі ігрових процедур, які супроводжуються художнім словом у виконанні самої дитини.

Самомасаж кистей рук є, окрім того, засобом підвищення імунітету, оскільки на долонях розміщені нервові закінчення. Якщо їх діяльність активізується, то поліпшується функціональний стан внутрішніх органів. При цьому, в процесі самомасажу зміцнюються м'язи, суглоби і зв'язки не лише тієї руки, яку масажують, а й тієї, що робить масаж. Самомасаж рук є одним із видів пасивної гімнастики. Масаж має загально-зміцнювальний вплив на м'язову систему, підвищує тонус, еластичність і скорочувальну здатність м'язів. Працездатність втомленого м'яза під впливом масажу відновлюється швидше, ніж у стані спокою.

При систематичному проведенні масажу поліпшуються функції рецепторів, провідних шляхів, підсилюються рефлекторні зв'язки кори головного мозку з м'язами і судинами. Під впливом масажу в рецепторах шкіри і м'язах виникають імпульси, які, досягнувши кори головного мозку, здійснюють тонізуючий вплив на центральну нервову систему, внаслідок чого підвищується її регульовальна роль

щодо всіх систем і органів. Існують такі прийоми самомасажу: поглажування, розтирання, розминання, витискання, активні та пасивні рухи. Ефективним є використання масажерів для рук. Природними масажерами можуть бути горіхи різної величини, каштани, жолуді, палички з відносно гладенькою поверхнею (щоб не травмувати долоні).

Діти з інтересом грають у рольові ігри. Тож укладайте лялечку спати в колясочку і возіть по кімнаті, наспівуючи колискову. Погодуйте ляльок, попередньо давши завдання малюкові розсортувати у тарілочку невелику кількість змішаних плодів шипшини і волоських горіхів, родзинок і кураги, бобів і квасолі, різних за формою макаронних виробів, вибрати білу квасолю з суміші різнобарвної. Вчіть малюка по-різному брати предмети: пінцетним захопленням, пучкою, великим і середнім пальцями тощо.

Годувати ляльок також можна по-різному: спочатку одну ляльку, вибираючи частування лише для неї, а потім – іншу. А можна – чергувати: то одній ляльці у тарілочку класти їжу, то іншій. Адаже малюк – гостинний господар.

Уже в три-чотири роки можна дати дитині прищіпки, різнокольорові великі скріпки, але обов'язково під вашим контролем. Спочатку малюк вчиться лише знімати прикріплені вами скріпки, прищіпки, а потім вже і прикріплювати їх самостійно, адже такі дії потребують досить розвинутої координації рухів і сили. Скріпки і прищіпки можна прикріплювати до краю коробки з-під цукерок, а можна до будь-якої фігури, вирізаної зі щільного пакувального картону. Так можна зробити гаряче і тепле сонечко (жовте і червоне кола з картону), веселе і сумне личка (біле і синє кола з картону), новорічну ялинку з іграшками, дерево з листочками, рибку, їжачка, бабку, метелика, зелену травичку, святковий торт зі свічками тощо.



Перебираючи крупу і горох, сортуючи квасолю за кольором, гудзики за величиною або за кількістю дірочок у них, розкладаючи у тарілки різні за формою макаронні вироби, за величиною камінці, каштани, жолуді, листочки, нанизуючи на тонкий шнурок гудзики, макарони, намистинки, сушки, кісточки від старих рахівниць або з'єднуючи різнокольорові скріпки у ланцюжок, роблячи намисто для мами, малюк розвиватиметься у мовленнєвому відношенні швидше і краще, ніж діти, мами яких недостатньо приділяли уваги тренуванню тонких рухів пальців рук. Подібне тренування в ігровій формі дає змогу прискорити дозріван-

ня мовленнєвих зон кори головного мозку на 2—2,5 місяці, а це для дитини чималий термін.

Також слід формувати захват предмета (підтягувати його до себе та відштовхувати) — розвивати моторику кисті руки — розвивати тактильні відчуття — навчати елементарному самообслуговуванню (утримання хліба, ложки, чашки; стягування речей з муляжу, тіла тощо). Надалі вдосконалювати ці дії: вчити діяти з предметами, дотримуючись принципу: від пасивних до активно-пасивних і до активних самостійних дій. Поступово здійснити перехід від дій із предметами до дій із картками.

Систематичні тренування дрібних рухів кисті руки опосередковано впливають і на розвиток мислення, уваги, пам'яті малюка. Те, що малюкові вдалося зробити за допомогою власних пальчиків, є для нього найбільшим досягненням, що приносить задоволення, дає енергію.

Дітей старшого дошкільного віку доцільно розвивати через творчість. У психології це називають арт-терапією. Для творчості можна використовувати все, що трапиться під рукою.

У процесі таких занять вирішуються завдання сенсорних еталонів форми, величини, кольору; розвиваються дотикові відчуття, дрібна моторика рук, естетичні смаки; виховується охайність; формується вміння доводити розпочату справу до кінця; удосконалюються комунікативні навички; формується вміння самостійно орієнтуватися у завданні (аналізувати об'єкт, умови роботи тощо), попередньо планувати хід роботи над виробом (встановлювати логічну послідовність виготовлення виробу, визначати прийоми роботи й інструменти), контролювати свою роботу (визначати правильність дій і результати, оцінювати якість готових виробів).

Розвиток дрібної моторики продовжується і під час освітнього процесу. Лише в процесі предметно-практичної діяльності з конкретними предметами, при виконанні ігрових, конструкторських завдань, у продуктивній діяльності, яка спрямовується педагогом, можна корегувати їхній сенсорний, моторний та розумовий розвиток, формувати у дітей з особливими освітніми потребами мовлення, коригувати недоліки їхнього мислення, пам'яті, уваги, формувати емоційно-позитивні та вольові якості особистості.

Розвиток і корекція уваги, сприймання, мислення, пам'яті, уяви, розвиток дрібної моторики треба розглядати інтегровано, бо жоден із мовленнєвих процесів не працює сам по собі, а розкривається, розвивається, коригується системно. Паралельно напрацьовуються: збагачення словникового запасу, розвиток мовлення, збільшення обсягу пам'яті, відбувається різнопланове інформаційне збагачення.

Регулярні вправи з пальцями поліпшують пам'ять, розумові здібності дитини, усувають її емоційне напруження, поліпшують діяльність серцево-судинної і травної систем, розвивають координацію рухів, силу та спритність рук, підтримують життєвий тонус.

Розвиток дрібної моторики — один з найважливіших показників готовності малюка до шкільного навчання. Завжди, якщо у дитини добре розвинута дрібна моторика, вона завжди логічно міркує, в неї добре розвинута пам'ять, увага та зв'язне мовлення. Вчителі завжди відзначають, що першокласники дуже часто відчують великі труднощі в опануванні навички письма. Ця техніка письма потребує сумісної злагодженої роботи м'язів кисті та всієї руки, а також розвинутого зорового сприйняття та довільної уваги.

Для повного оволодіння навичками письма необхідно мати певну функціональну зрілість кори головного мозку, у невідповідності до письма дітей, при недостатньому розвитку дрібної моторики та зорового сприйняття і уваги, як правило, приводить до стану тривоги дитини у школі та негативного ставлення до навчання. Тому в дошкільному віці дуже важливо розвивати механізми, які потім будуть необхідні для оволодіння письмом

Інсценування за допомогою пальців різних римованих казок та історій (пальчикова гімнастика, пальчикові ігри), виконання багатьох ігор вимагають брати участь обидві руки, що навчає дітей орієнтуванню в поняттях напрямку: «ліворуч», «праворуч», «вниз», «угору» то що. В ході пальчикових ігор малюки повторюють рухи дорослих, тим самим активізують моторику рук, у них виробляється уміння керувати своїми рухами, тренується спритність, концентрування уваги на одному з видів діяльності, вміння розподіляти та переключати увагу.

**Оксана БАЗЮК,**

**фахівець (консультант), учитель-реабілітолог КУ «Інклюзивно-ресурсний центр» Ярмолинської селищної ради**

# Вплив дрібної моторики на розвиток дітей з ООП

Проблема розвитку дрібної моторики дітей дошкільного віку протягом багатьох років актуальна для теорії і практики дошкільної освіти. Дрібна моторика дуже важлива, оскільки через неї розвиваються такі вищі властивості свідомості, як увага, мислення, координація, уява, спостережливість, зорова і рухова пам'ять, мова. Ще в середині минулого століття було встановлено, що рівень розвитку мовлення дітей прямо залежить від сформованості рухів,

дрібної моторики рук. Якщо розвиток рухів пальців відстає, то затримується і мовленнєвий розвиток, хоча загальна моторика при цьому може бути вище норми. Достатній рівень розвитку дрібної моторики є важливим показником готовності дитини до шкільного навчання. Вміння здійснювати точні рухи кистю і пальцями рук просто необхідно для оволодіння письмом.

Першокласники часто відчують серйозні труднощі