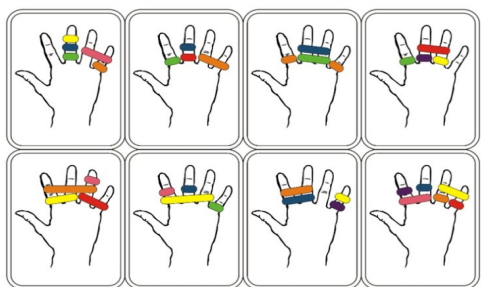


Упражнения по развитию свободных движений пальцев рук

Упражнение с резиночками.

Это нестандартное оборудование, но оно прекрасно помогает развить мелкие движения пальцев рук. После таких занятий неловкие движения становятся более уверенными и плавными, лучше происходит дифференциация, контролируется сила нажима, формируется пространственная ориентированность. Ребенок потом лучше чувствует контур рисунков, различных обводилок и предметов на бумаге.

- ◇ Можно нанизывать резиночки, как колечки на пирамидку, используя какую-либо основу, например, большой толстый карандаш.
- ◇ Пробуйте натянуть их на плетеный шарик, чтобы получился разноцветный комочек.
- ◇ Нанизывайте резиночки на пальчики. Сначала делайте это линейно – на каждый палец отдельная резинка. Потом пробуйте различные схемы соединения пальцев одной резинкой. Можно сплести таким образом целую «паутинку». Лучшим помощником станут рисованные



Упражнение «Уточки»

Руки вытянуты вперед, пальчики вверх. Попеременно сгибаем кисти: левая — вверх, правая – вниз. Меняем положение.

*«По реке плывут две утки,
Серенькие, крикают».*

Теперь ладошки разводим в стороны и попеременно сжимаем кулаки.

*«А у берега лягушки
Подпевают – квакают».*

Упражнение «Шарик»

Пальчики обеих рук собраны в форме «щепотки» и касаются друг друга кончиками. Изображаем ими надувание шарика: пальчики расходятся в стороны, создавая невидимый шарик, при этом кончики держатся вместе. Когда шарик «лопается», они возвращаются в исходное положение.

*«Я надул упругий шарик,
Укусил его комарик.
Лопнул шарик – не беда,
Новый шар надую я».*

Упражнение «Пароход»

Две ладони плотно прилегают друг к другу в виде «ковшика», два больших пальца подняты вверх и тоже сведены вместе. Можно изображать, как его качает на волнах вправо/влево.

*«Пароход плывет по речке,
И труба дымит, как печка».*

Упражнение «Корни»

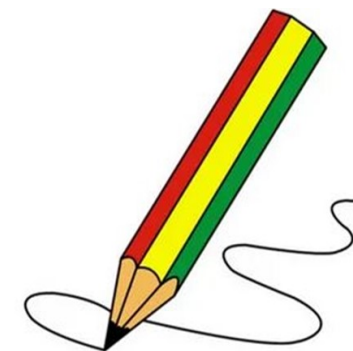
Ладони опущены вниз и прижаты друг к другу тыльной стороной, мышцы напряжены, большие пальцы отведены в сторону. Необходимо удерживать кисти в таком положении хотя бы 5-10 секунд. Потом расслабляем их и встряхиваем

Наш адрес : Саратовская область,
г. Вольск, пл. Юности, д.5а
Тел.8(84593) 4-55-15

Министерство труда и социальной
защиты Саратовской области

**ГБУ СО «Вольский
реабилитационный центр
для детей и подростков с
ограниченными
возможностями»**

**Развитие графо-
моторных навыков у
детей с ДЦП**



г. Вольск
2022 год

Что такое графо-моторный навык?

Письмо – сложный координационный навык, требующий слаженной работы мелких мышц кисти, всей руки, правильной координации движений всего тела.

Обучение первоначальным навыкам письма является сложным психологическим процессом, для овладения которым, кроме общего и речевого развития, необходима достаточная зрелость психофизических функций: фонематического восприятия, правильного звукопроизношения, зрительного восприятия, пространственной ориентировки, развитие зрительно-моторной координации, внимания, памяти.

Характер затруднений при формировании графомоторных навыков у детей с тяжелыми двигательными нарушениями вследствие детского церебрального паралича находится в прямой зависимости от двигательного дефекта. Эти трудности вызваны, прежде всего, несформированностью или нарушениями хватательной функции кисти, обеспечивающей, в свою очередь, формирование способа удержания ручки.

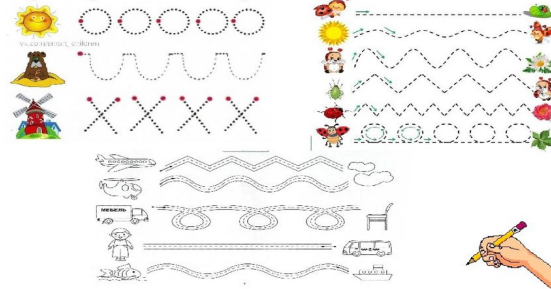
Поэтому овладение графомоторными навыками детьми с нарушением таким, как церебральный паралич возможно при условии решения ряда специфических задач, которые связаны с наличием



Задачами подготовительного периода обучения письму являются:

- ◇ Формирование произвольной стороны речи.
- ◇ Развитие слухового внимания и речеслуховой памяти.
- ◇ Формирование фонематического восприятия.
- ◇ Нормализация оптико-пространственного гнозиса.
- ◇ Подготовка мелкой моторики руки к процессу письма.
- ◇ Формирование психологической базы речи.
- ◇ Формирование мыслительных операций.

Графомоторные дорожки



В занятия по обучению письму необходимо ввести работу по **формированию навыка оптико-пространственной ориентировки.**

Она включает:

- ◇ формирование пространственной ориентировки на листе бумаги;
- ◇ маркировка (отметка) начала письма – левого верхнего угла листа;
- ◇ выработка автоматизированных движений слева направо путем рисования дорожек, ленточек и пр.;
- ◇ “письмо” рукой в воздухе с контролем и без контроля зрения;
- ◇ автоматизация движений слева направо путем написания дорожек мокрым пальцем на грифельной доске.

Подготовка руки к письму включает:

- Обучение выполнению различных движений пальцев рук, сочетание движений пальцев рук и кисти.
- Воспроизведение и тренировка изолированных движений пальцев рук и кисти.
- Формирование правильного дифференцированного захвата предметов в зависимости от их размера, упругости, веса и других качеств.
- Развитие свободного движения правой руки при удержании предмета и в процессе различных манипуляций с ним.
- “Письмо” указательным пальцем, смоченным в краске, в альбоме;
- Проведение комплекса гимнастических упражнений для развития движений рук;
- Обучение правильному способу удержания карандаша, ручки или подбор индивидуального способа удержания ручки ;
- Расслабление и напряжение пальцев, не выпуская ручки и сохраняя правильную позицию пальцев;
- Упражнения по развитию свободных движений пальцев при удерживании ручки;
- Отработка общей позы при письме и обучение среднему положению головы, поворотам и наклонам при строго

