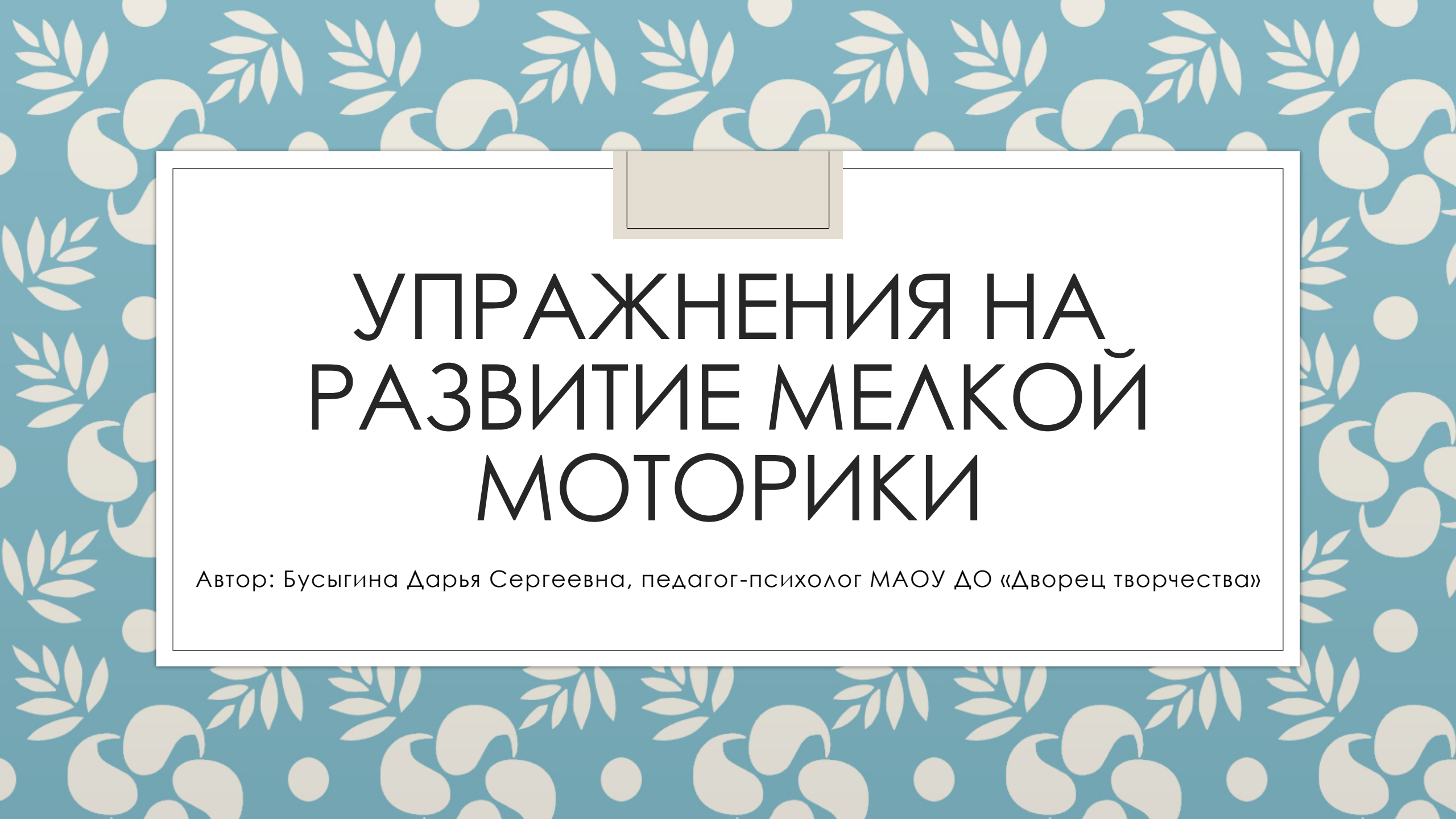




УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

Автор: Бусыгина Дарья Сергеевна, педагог-психолог МАОУ ДО «Дворец творчества»

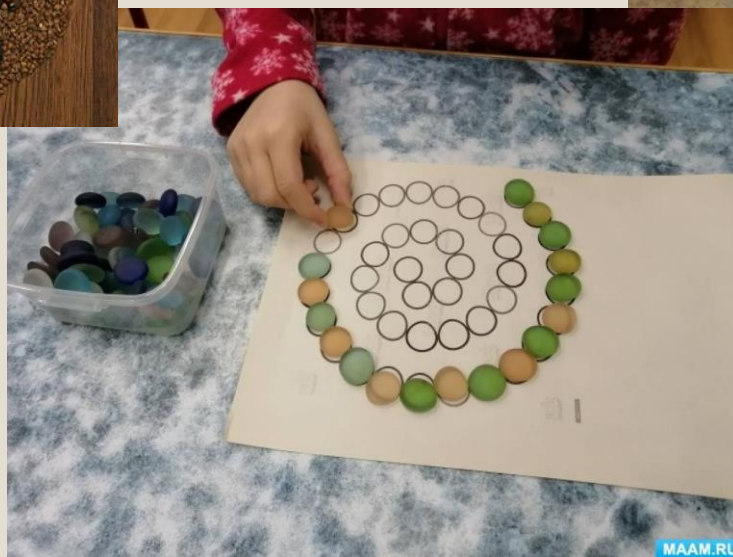
- Развитие мелкой моторики у ребёнка с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) — это важная часть коррекционно-развивающей работы, так как она напрямую связана с формированием речи, мышления, внимания и самостоятельности. Методы и приёмы выбираются с учётом особенностей конкретного ребёнка (например, при нарушениях опорно-двигательного аппарата, задержке психического развития, РАС, нарушениях зрения или слуха и др.).



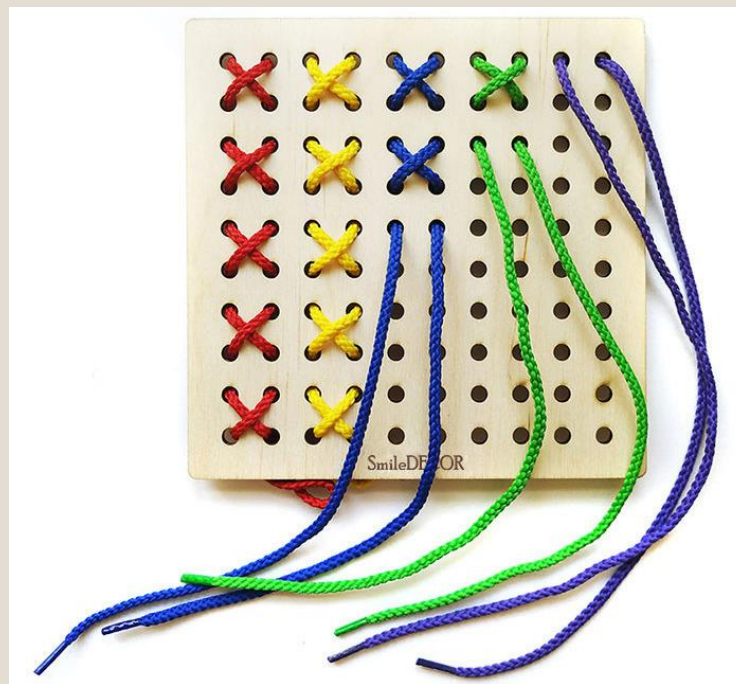
ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЕЛКИМИ ПРЕДМЕТАМИ

Цель: развивать координацию движений пальцев, зрительно-моторную координацию, точность и силу захвата.

Перебирание бусин, пуговиц, круп, фасоли, камешков



Нанизывание бус, шнуровка, продевание шнурков в отверстия



Игры с прищепками



Перекладывание мелких предметов пинцетом, щипцами или ложкой





АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ И ТВОРЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

Такие упражнения не только развивают мелкую моторику, но и снижают эмоциональное напряжение, развивают воображение.

Лепка (пластилин, солёное тесто, глина)

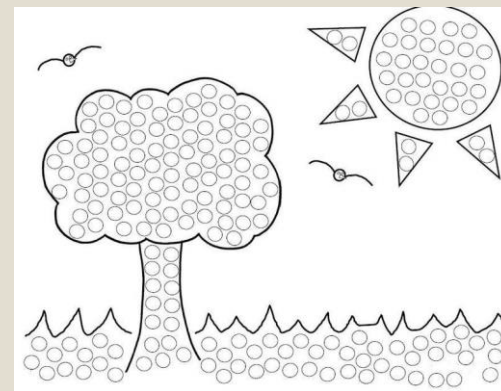


Рецепт солёного теста для поделок

- 1 ст. мелкой соли;
- 1 ст. муки;
- 5 ст. л. подсолнечного масла;
- вода;

Тщательно размешайте в глубокой емкости сухие ингредиенты, влейте туда масло и немного воды.

Рисование пальцами, ватными палочками, палочками, штампами, ладошками



Аппликации из бумаги, круп, ткани, ваты.



Работа с песком и водой (песочная терапия, «сухой бассейн»).





ПРАКТИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Встраиваем упражнения в повседневную жизнь ребенка

Застёгивание и расстёгивание пуговиц, молний, липучек



Завязывание шнурков, бантов



Перекладывание и сортировка предметов по форме, цвету, размеру



Игры с бытовыми предметами (открывание баночек, переливание, закручивание крышек)





РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ И ПОСОБИЯ

Игрушки, предназначенные для общего развития ребенка

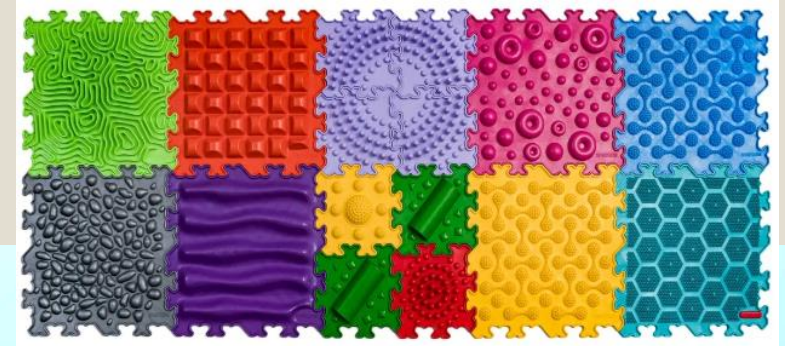
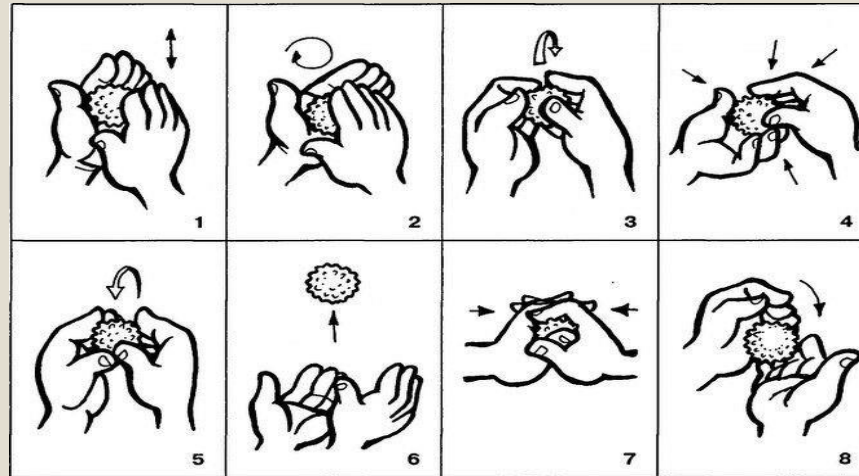
Пальчиковые лабиринты, рамки-вкладыши, пазлы



Кубики, конструкторы (в зависимости от уровня развития)

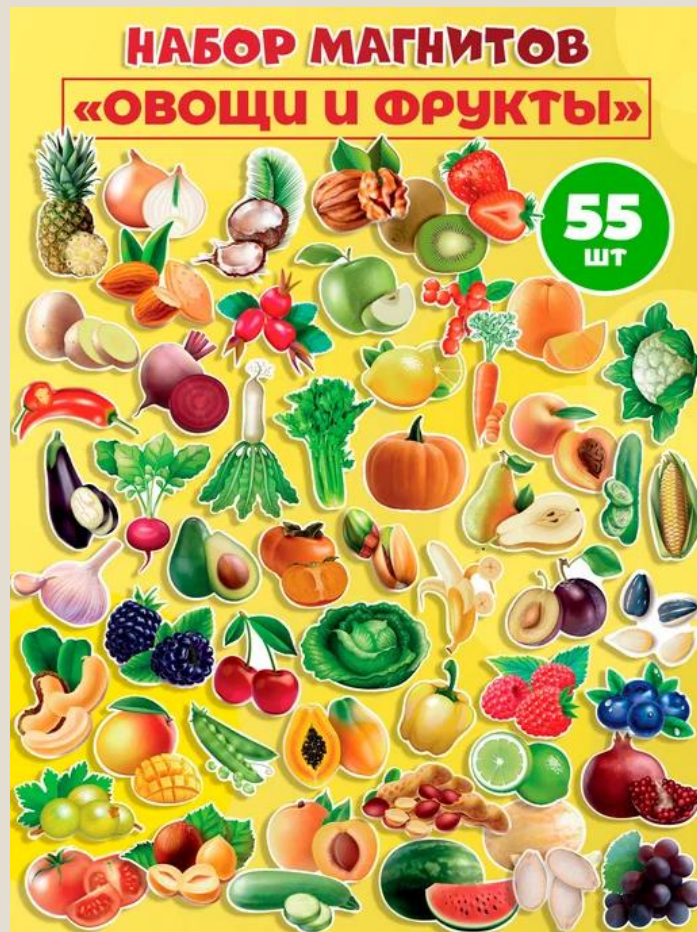


Сенсорные мячики, эспандеры, массажные коврики



Катится колючий ёжик,
Нет ни головы, ни ножек,
Мне по пальчикам бежит
И пыхтит-пыхтит-пыхтит.
Бегает туда-сюда,
Мне щеkotно, да-да-да!
Уходи, колючий ёж
В темный лес, где ты живешь!

Игры с магнитными или липучими элементами





ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА И МАССАЖ

Регулярная пальчиковая гимнастика активизирует речевые зоны мозга и способствует развитию речи у детей с ЗПР или ТНР

Пальчиковые игры с речевым сопровождением («Сорока-белобока», «Ладушки»)

Игра "Горошки"

Раскатились по дорожке

Разноцветные горошки.

Птички весело клюют,

Нам горошки не дают,

Дайте мне горошинку!

Я такой хорошенький!

1-2 строчки – подушечками пальцев обеих рук выполняем легкие постукивания по поверхности стола, изображая раскатившиеся горошинки.

3-4 строчки – пальцы обеих рук собираем в щепоть и «клюем» воображаемые горошинки.

5 строчка – складываем руки лодочкой, вытягиваем их вперед и «просим» горошинку.

6 строчка – обеими ладонями гладим себя по щекам или по голове.

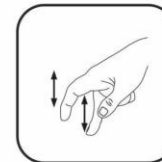


ЛИСА

Роет дом-нору лисица.



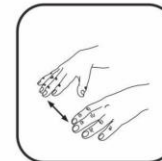
Она погони не боится!



Длинным хвостиком лиса



Заметает след в лесах.
Влево-вправо проведёт



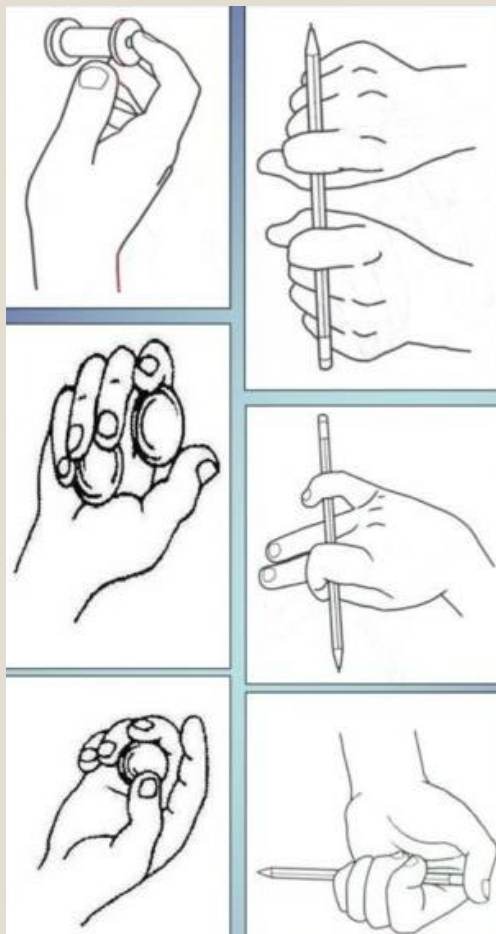
И следы свои сотрёт.



Самомассаж кистей и пальцев с мячиком, орехами, щёткой

Упражнение с мячом (игра с пальчиками)

Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошки,
А потом сожму немножко.
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.
А теперь последний трюк!
Мяч катаю между рук!

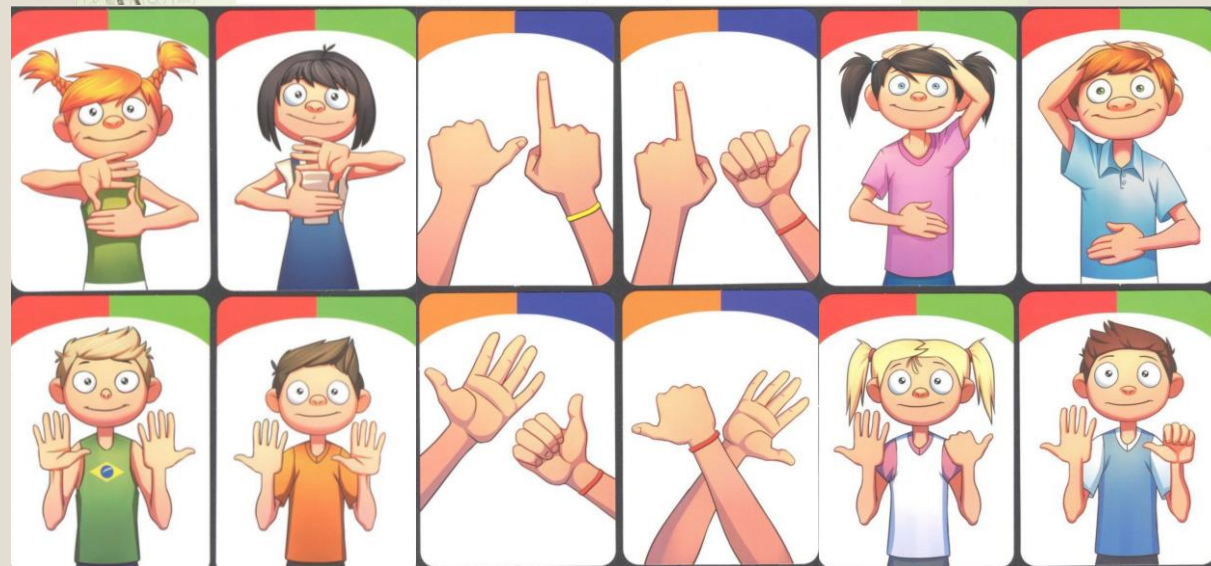


Использование кинезиологических упражнений (перекрёстные движения рук)



УХО – НОС

Скрестите руки. Лево́й руко́й возьмитесь за кончик но́са, а право́й – за противополо́жное у́хо. Одновременно отпустите у́хо и но́с, хлопните в ладоши. Поменя́йте положе́ние ру́к с «точно́стью до наобо́рот».





СЕНСОРНОЕ РАЗВИТИЕ И ИНТЕГРАЦИЯ

Сенсорное развитие — это сам процесс, а сенсорная интеграция — это методика, которую применяют, когда в этом процессе возникают трудности. Оба понятия тесно связаны и направлены на то, чтобы человек мог эффективно взаимодействовать с миром

Игры на развитие тактильных ощущений (угадай предмет на ощупь)



Сенсорные коробки (рис, макароны, песок, пуговицы)



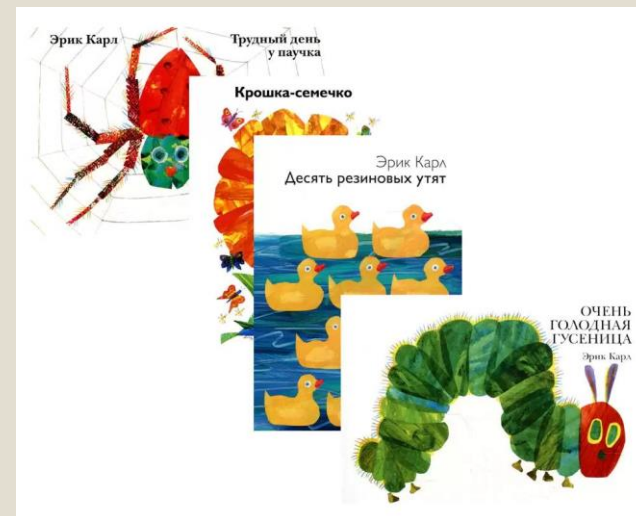


ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИКТ И АДАПТИРОВАННЫХ ПОСОБИЙ

Использование наглядных средств (видео, изображения) делает обучение более интересным и понятным.

Интерактивные развивающие программы и приложения (с учетом особенностей ОВЗ)

- Khan Academy Kids (бесплатно): Обучающие игры для детей, разработанные специалистами в области детского образования.
- Сказбука: Приложение с интерактивными сказками и играми для малышей.
- Очень голодная гусеница — формы и цвета: Игра для изучения форм и цветов.
- «Рисовалка!»: Помогает развивать мелкую моторику и изучать цвета.
- «Математика для детей»: Обучает основам математики в игровой форме.

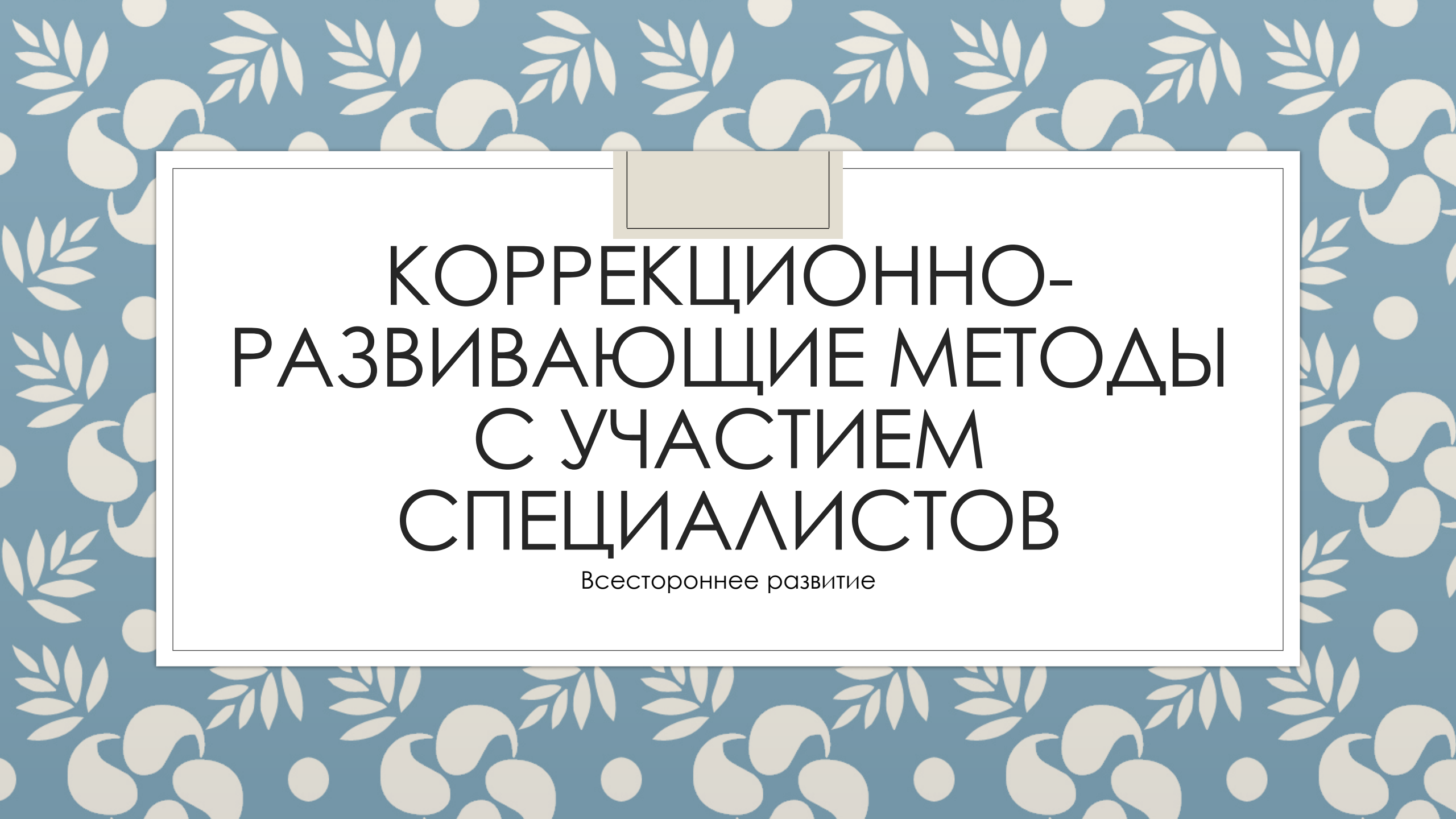


Пособия с крупными элементами для детей с нарушениями зрения или моторики



Специальные адаптированные тренажёры (например, панели для развития захвата)

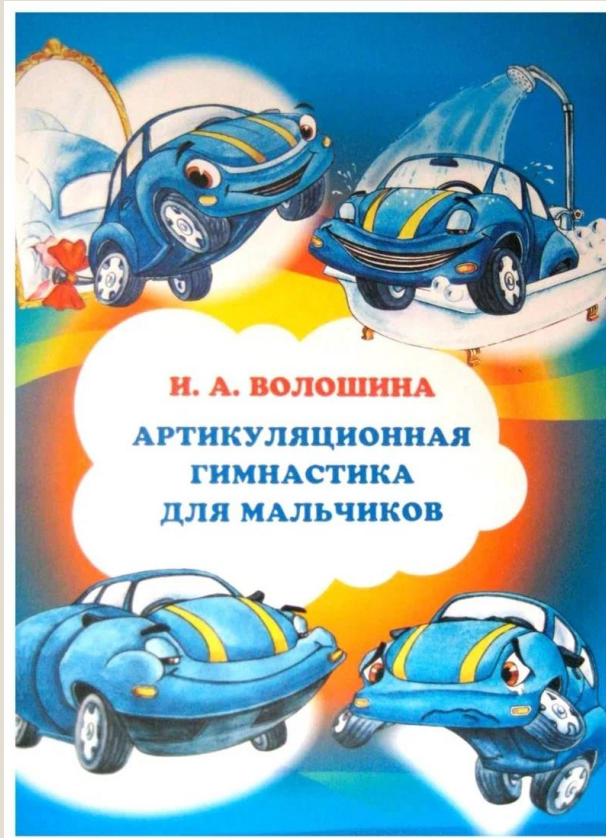




КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩИЕ МЕТОДЫ С УЧАСТИЕМ СПЕЦИАЛИСТОВ

Всестороннее развитие

Занятия с логопедом (пальчиковая гимнастика, логомассаж)



Работа с эрготерапевтом или дефектологом по развитию бытовых навыков



Музыкотерапия и логоритмика — сочетание движения, речи и ритма



youtube.com/@musicwayspb



Развитие мелкой моторики у ребёнка с ОВЗ — это не просто тренировка пальцев, а путь к самостоятельности, уверенности и раскрытию потенциала.

Каждый мелкий шаг, каждая бусинка, застёжка или лепка — это победа, которая приближает ребёнка к новым возможностям. Главное — терпение, последовательность и вера в успех. Пусть каждое занятие будет наполнено радостью, творчеством и ощущением «я могу!», ведь именно через игру, движение и поддержку рождается уверенность в себе и в своих силах.

