

## **«Что такое зрительно-моторная координация и как она связана с мелкой моторикой рук».**

В последнее время современные родители часто слышат о мелкой моторике и необходимости ее развития. Что же такое мелкая моторика и почему она так важна?

***Мелкая моторика — это согласованные движения пальцев рук, умение ребенка пользоваться этими движениями.***

Оказывается, у большинства современных детей отмечается общее моторное отставание, в особенности у городских детей. Еще 20 лет назад родителям, а вместе с ними и детям, приходилось больше делать ручной работы: перебирать крупу, стирать белье, вязать, вышивать. Сейчас же на каждое занятие есть по машине.

Уровень развития мелкой моторики и координации движений рук — один из основных показателей интеллектуального развития и, следовательно, готовности к школьному обучению.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Развитие руки и мелкой моторики - это развитие движений мышц кисти и пальцев. Педагоги советуют начинать пассивный массаж маленьких ручек с того же времени, что и общий массаж тела новорожденного малыша: нежные, мягкие поглаживания, сгибания-разгибания пальчиков - вот первые упражнения для развития мелкой моторики.

Как же лучше развивать мелкую моторику? Можно делать массаж пальчиков и кистей рук малыша, давать перебирать ему крупные, а затем более мелкие предметы — пуговицы, бусины, крупы. Многие дела можно предлагать малышу с полутора лет. Что-то будет получаться, что-то нет. Но, обычно, в освоении серьезных дел дети оказываются очень упорными. Стоит предупредить, что многие новоприобретенные навыки не облегчат вам жизнь. Но зато вы сможете гордиться развитым, ловким, сообразительным ребенком.

Мелкая моторика-разновидность движений, в которых участвуют мелкие мышцы. Эти движения не являются безусловным рефлексом, как ходьба, бег, прыжки, и требуют специального развития. Очевидно, что у тех детей, у кого слабо развиты пальцы рук, будут трудности с письмом. Пальцы рук необходимо упражнять, развивать силу и выносливость мышц кисти.

1. Развитие тонкой моторики, в первую очередь, связано с общим физическим развитием.
2. Постарайтесь ограничить использование в рисовании фломастеров: они не требуют никаких усилий от ребенка и не развивают мышцы пальцев руки. Предпочтительными должны быть карандаши, цветные и простые.
3. Очень полезны для развития пальцев ребенка такие виды деятельности, как лепка из пластилина и глины, рисование и раскраска, составление аппликаций, работа с ножницами (желательно небольшого размера), пришивание пуговиц, вышивание, выжигание, выпиливание, нанизывание бус, конструирование из мелких деталей.

Тренировка пальцев рук у ребенка является средством повышения его интеллекта, развития речи и подготовки его к письму

Тонкая моторика руки развивается у ребенка постоянно, начиная с самого раннего возраста. Вспомните, как любят дети махать ручкой, хлопать в ладоши, играть в "Сороку -белобоку", показывать "козу рогатую". Все эти игры очень полезны, так как тренируют руку. Также в раннем детстве полезны игры с кубиками, пирамидками, матрешками. Позже - с различного вида конструкторами, например, "Лего", когда ребенку приходится собирать и разбирать мелкие детали, складывать целое из отдельных частей, а для этого очень важно, чтобы пальчики слушались и хорошо работали. Любят маленькие дети складывать-раскладывать коробочки, закручивать-раскручивать разные крышечки. Все эти занятия также формируют тонкую моторику, поэтому важно стимулировать детей к подобным занятиям, поддерживать их интерес.

Очень полезны мозаики, аппликации, рисование карандашами, мелками, красками, а то и просто пальчиками, а также вырезание из бумаги. В общем-то, практически все действия, требующие работы руки и пальцев, способствуют формированию тонкой моторики руки.

*Что же делать, если обнаружилось недостаточно хорошее развитие тонкой моторики?* Во-первых, надо набраться терпения и постепенно, шаг за шагом, исправлять этот недостаток. А, во-вторых, заниматься развитием руки не время от времени, а систематически, каждый день.

Можно использовать для этого обычные занятия ребенка. Посмотрите, как ребенок моет и вытирает руки. Приучите его тщательно мыть каждый пальчик, а потом также тщательно вытирать его полотенцем, хорошо массируя каждую фалангу.

Если у вас есть дача и приусадебный участок, воспользуйтесь этим и привлечите ребенка к сбору ягод. Когда вы готовите, например, пельмени или ravioli, пусть и ребенок вместе с вами лепит их, польза будет безусловная.

Очень полезно умение вдевать нитку в иголку – попробуй, попади с первого раза, ведь дырочка такая маленькая, а нитка такая непослушная!

Хорошо, если ребенок учится сам завязывать шнурки на ботинках, плести косички из волос (это, конечно, больше подходит девочкам), застегивать и расстегивать пуговицы, даже самые тугие. Все это заставляет пальчики ловко действовать и очень пригодится в дальнейшем.

Важно приучать ребенка стремиться все делать аккуратно. Если у него не получается хорошо, не следует ругать его, торопить. Наоборот, его следует постоянно поощрять и вселять у него уверенность, что у него все получится. Надо только постараться.

Уважаемые родители, каждый из Вас хочет помочь своему ребенку, научить его тому, что позволит успешно учиться.

Для многих первоклассников обучение письму – самая большая проблема, особенно это актуально для детей с нарушением зрения. Опыт показывает, что у многих из них очень мал опыт выполнения графических заданий, рисования, слабо развиты моторные навыки и в связи с нарушенным зрением затруднено выполнение сложнокоординированных движений руки, не сформировано зрительное и зрительно-пространственное восприятие, недостаточно развиты зрительная память и зрительно-моторная координация.

Зрительно-моторная координация – это осуществление координированных движений, производимых под контролем зрения.

У ребенка нарушение зрительно-моторных координаций проявляется в том, что он недостаточно хорошо контролирует с помощью глаз то, что делает руками. При хорошей слаженной работе обеих рук также нужна четкая координация между правой и левой рукой. Вроде бы такая простая вещь – писать или рисовать правой рукой, бумагу держать левой рукой. Однако, это не всегда легко и просто для ребенка. Чтобы ребенок не делал, левая рука плохо выполняет свою поддерживающую функцию.

Как подготовить ребенка к школе, сделать процесс обучения более спокойным и успешным? Ключевые моменты заключены в целенаправленной и систематической работе, так необходимо научить ребенка:

1. правильно сидеть, правильно держать ручку и тетрадь - без этого умения все дальнейшие попытки могут быть безуспешными;
2. правильно выполнять основные линии и графические элементы: прямые и наклонные линии (вертикальные и горизонтальные, полуовалы, овалы и круги). При этом движения должны быть свободными, а линии четкими, ровными;
3. различать, разделять и сличать различные сочетания линий, фигур; выделять их из фона; запоминать эти линии и фигуры;
4. проводить поэлементарный анализ фигур, их сочетаний, печатных цифр, букв ( т.е. выделять в целом отдельные части) из складывать из частей целое;
5. копировать различные сочетания фигур и штрихов, срисовывать с образца и рисовать их по памяти, соблюдать размерность, направление штрихов, пропорции, соотношение элементов (умение правильно писать печатные буквы - начать можно с печатанья своего имени).

**Внимание!** При выполнении любых графических заданий учите ребенка расслабляться после каждого задания (разжать, расслабить пальцы, кисть, ровно и глубоко вдохнуть – выдохнуть, закрыть глаза – отдохнуть, открыть – поморгать, посмотреть вдаль на кончик пальца), продолжить работу дальше.

Если задания не получаются, рука идет «не туда», штрихи неровные, неуверенные (дрожание линии), если ребенок напряженно держит ручку, очень нервничает – не настаивайте, не подчеркивайте неловкость, неумение ребенка, и прежде всего поддержите усилия ребенка убеждением: «мы учимся, сегодня не получается, завтра получиться».

Развитие зрительно-пространственного восприятия и зрительно-моторной координации включают в себя:

- \*способность находить части частей от целой фигуры, конструировать фигуры из деталей по образцу (схеме);
- \*способность дорисовывать элементы, детали, части фигур по образцу;
- \*способность классифицировать фигуры по форме, размеру, цвету, направлению штрихов и другим признакам;
- \*способность копировать рисунки, фигуры, цифры, буквы, соблюдая размерность и направленность штрихов и элементов;
- \*способность срисовывать (копировать) простые геометрические фигуры, сочетания фигур, пересекающиеся линии, соблюдая размеры, соотношение и направленность штрихов;
- \* способность действовать по словесной инструкции педагога на листе в клетку (выполнение графического диктанта).

## ПРИЛОЖЕНИЕ.

### Японская методика пальцевого массажа

Японский ученый НАМИКОШИ ТОКУХИРО считает, что массаж каждого пальца положительно влияет на определенный орган:

- ✓ массаж большого пальца – повышает активность мозга,
- ✓ массаж указательного пальца – стимулирует желудок и поджелудочную железу,
- ✓ массаж среднего пальца – улучшает работу кишечника,
- ✓ массаж безымянного пальца – стимулирует печень,
- ✓ массаж мизинца – способствует улучшению сердечной деятельности, снимает психическое и нервное напряжение.

**Поскольку нервные окончания на пальцах непосредственно связаны с мозгом:**

- работа рук способствует психическому успокоению (вязание на спицах)
- предотвращает развитие утомления в мозговых центрах (китайский обычай перебирать в руках грецкие орехи)
- способствует возникновению успокаивающего эффекта (японские купцы потирают руки при обслуживании докучливых клиентов)

**Совет взрослым:** если дети волнуются при речи и вертят в руках предметы, не следует их выхватывать из рук – так организм ребенка сбрасывает возбуждение.

Японский ученый ЙОСИРО ЦУЦУМИ разработал систему упражнений для самомассажа:

**1. Массаж пальцев,** начиная с большого и до мизинца. Растирают сначала подушечку пальца, а затем медленно поднимаются к основанию. Такой массаж желательно сопровождать веселыми рифмовками

**2. Массаж ладонных поверхностей** каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками «марблс»: их нужно

- вертеть в руках,
- щелкать по ним пальцами,
- «стрелять»,
- направлять в специальные желобки и лунки-отверстия, состязаться в точности попадания

**3. Массаж грецкими орехами:**

- катать два ореха между ладонями,
- один орех прокатывать между пальцами
- удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки и обеих рук

**4. Массаж шестигранными карандашами:**

- пропускать карандаш между одним и двумя-тремя пальцами
- удерживать в определенном положении в правой и левой руке

**5. Массаж «четками».** Перебирание четок развивает пальчики, успокаивает нервы. Перебирание сочетают со счетом, прямым и обратным.

### Задание №1

Цель. Развитие зрительно-моторных координации и графических навыков (проведение коротких и длинных прямых линий слева направо и справа налево, сверху вниз и снизу вверх)

А).

Скатай снежный ком для снеговика



Б). «Забрось» мяч в верхнюю корзину — одним движением фломастера начерти линию, соединяющую мяч с корзиной. Попробайся «забросить» мяч в другие корзины.



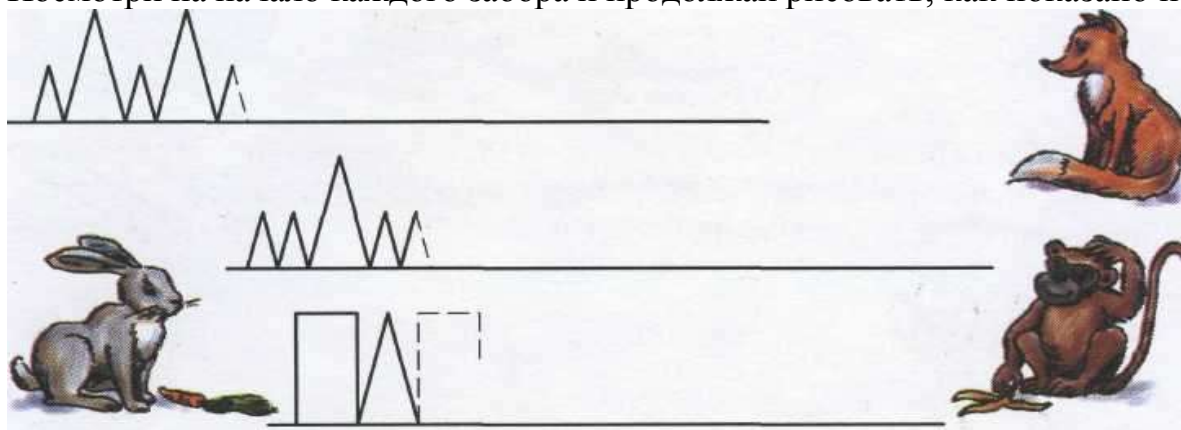
В). Помоги детям выйти из пещеры. Мальчика веди в одну сторону, девочку — в другую.



### Задание №2

Цель. Определение уровня сформированности графических навыков (проведение ломаных линий, копирование ряда геометрических фигур, неотрывно графических рядов «заборчик», «цепочка»).

А). В зоопарке сломались заборы. Почини их поскорее, чтобы животные не разбежались. Посмотри на начало каждого забора и продолжай рисовать, как показано на рисунке.



Нарисуй «цепочку», не отрывая карандаш от бумаги.



Б). Запомни орнамент из геометрических фигур. Закрой рисунок ладошкой. Нарисуй фигуры так, как они расположены на образце.



### ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ.

**Высокий уровень.** Все задания выполняются уверенно, графические навыки сформированы соответственно возрасту.

**Средний уровень.** Задания выполняются медленно, неуверенно, с отрывом карандаша от бумаги.

**Низкий уровень.** Задания не выполняются, нарушена плавность движений, появляются микро- и макрографии.

**Шляндина Елена Дмитриевна.**  
Учитель-дефектолог (тифлопедагог)  
МБДОУ «Детский сад № 37 «Теремок»



**Уважаемые родители,** каждый из Вас хочет помочь своему ребенку, научить его тому, что позволит успешно учиться.

Для многих первоклассников обучение письму – самая большая проблема, особенно это актуально для детей с нарушением зрения. Зрительно-моторная координация – это осуществление координированных движений, производимых под контролем зрения.

У ребенка нарушение зрительно-моторных координаций проявляется в том, что он недостаточно хорошо контролирует с помощью глаз то, что делает руками. При хорошей слаженной работы обеих рук также нужна четкая координация между правой и левой рукой. Вроде бы такая простая вещь – писать или рисовать правой рукой, бумагу держать левой рукой. Однако, это не всегда легко для ребенка. Чтобы ребенок не делал, левая рука плохо выполняет свою поддерживающую функцию.

Ключевые моменты заключены в целенаправленной и систематической работе, так необходимо научить ребенка:

1. **правильно сидеть**, **правильно** держать ручку и тетрадь - без этого умения все дальнейшие попытки могут быть безуспешными;
2. **правильно выполнять основные** линии и графические элементы: прямые и наклонные линии (вертикальные и горизонтальные, полуовалы, овалы и круги). При этом движения должны быть свободными, а линии четкими, ровными;
4. проводить поэлементарный анализ фигур, их сочетаний, печатных цифр, букв ( т.е. выделять в целом отдельные части) и складывать из частей целое;
5. копировать различные сочетания фигур и штрихов, срисовывать с образца и рисовать их по памяти, соблюдать размерность, направление штрихов, пропорции, соотнесение элементов (умение правильно писать печатные буквы - начать можно с печатанья своего имени).

Хорошо, если ребенок учится и умеет сам завязывать шнурки на ботинках, плести косички из шнуров, застегивать и расстегивать пуговицы, даже самые тугие. Все это заставляет пальчики ловко действовать и очень пригодится в дальнейшем.

Важно приучать ребенка стремиться все делать аккуратно. Если у него не получается хорошо, не следует ругать его, торопить. Наоборот, его следует постоянно поощрять и вселять у него уверенность, что у него все получится. Надо только постараться.

Работа в дальнейшем будет вестись с уклоном на

Развитие зрительно-пространственного восприятия и зрительно-моторной координации, которые включают в себя:

\*способность находить части частей от целой фигуры, конструировать фигуры из деталей по образцу (схеме);

\*способность дорисовывать элементы, детали, части фигур по образцу;

\*способность классифицировать фигуры по форме, размеру, цвету, направлению штрихов и другим признакам;

\*способность копировать рисунки, фигуры, цифры, буквы, соблюдая размерность и направленность штрихов и элементов;

\*способность срисовывать (копировать) простые геометрические фигуры, сочетания фигур, пересекающиеся линии, соблюдая размеры, соотношение и направленность штрихов;

\* способность действовать по словесной инструкции педагога на листе в клетку (выполнение графического диктанта).

\* составление карт-схем окружающих детей пространств.