

Развитие мелкой моторики у детей с РАС.

Мелкая моторика рук играет огромную роль не только в подготовке руки к письму, но и в многостороннем развитии организма ребенка в целом. Общеизвестно, что степень сформированности моторики рук зависит как от физиологической зрелости коры головного мозга, так и от условий воспитания, которые либо стимулируют ее, либо задерживают.

Детям с аутистическими нарушениями сложно выполнять точные действия с мелкими предметами, когда пальцы руки должны действовать согласованно и координировано. Трудности ребенка с РАС во многом обусловлены дефицитом или неправильным распределением мышечного тонуса и несбалансированностью механизмов движения.

Сложность произвольного распределения мышечного тонуса сказывается на моторике рук аутичного ребенка. Здесь можно наблюдать необыкновенную ловкость произвольных движений, когда 2-3 летний ребенок быстро и аккуратно перелистывает страницы книжки, а ребенок постарше легко собирает сложные пазлы или узоры из мозаики. Но тот же ребенок становится удивительно неловким, когда ему надо что-то сделать по просьбе педагога.

Поэтому основная помощь должна состоять в передаче ребенку моторного стереотипа действия, движения, то есть в манипулировании руками ребенка: вкладываем кисточку или карандаш в его руку и совместно рисуем или пишем. Многие действия, связанные с тонкой моторикой, формируются именно обучением составным движениям путем манипулирования руками ребенка. Цель такого манипулирования – развитие кинестетической памяти и сознания. Ребенку с аутизмом нужно не просто показать (он не умеет подражать в отличие от других детей), но научить, выполняя операцию его руками до тех пор, пока она не будет доведена до автоматизма.

Достигается это следующим образом. Сначала следует показать ребенку, что нужно делать и какой результат нужно получить. Затем следует предоставить ребенку возможность попробовать самостоятельно выполнить задание. Вероятнее всего, он откажется. А если он проявит инициативу, надо быть готовым в любой момент в случае затруднения прийти на помощь, дабы нивелировать негативную вспышку. Если ребенок проявляет тревожность по поводу выполнения задания, нужно его руки взять в свои и таким образом выполнить операцию (нарисовать, вырезать, приклеить, вылепить).

По мере того как ребенок сможет дольше заниматься (удерживать внимание на задании) и его движения станут более уверенными, предоставьте ему больше самостоятельности, поддерживая кисти рук, а потом локоть. И так продолжайте до тех пор, пока навык не будет выполняться самостоятельно. Как правило, это происходит не сразу, но обязательно произойдет.

Для развития мелкой моторики руки разработано много интересных методов и приемов, используются разнообразные стимулирующие материалы, основанные на принципе дидактики «от простого к сложному». Подборка игр и упражнений, их интенсивность, количественный и качественный состав варьируются в зависимости от индивидуальных и возрастных особенностей детей.

Для разностороннего гармоничного развития двигательных функций кисти руки необходимо тренировать руку в различных движениях: на сжатие, растяжение, расслабление.

Целесообразно использовать следующие **методы и приемы**:

➤ *Систематичность* проведения игр и упражнений. Не следует ожидать немедленных результатов, так как автоматизация навыка развивается многократным его повторением. В связи с этим отработка одного навыка проходит по нескольким разделам.

➤ *Последовательность* в проведении игр и упражнений – «от простого к сложному». Сначала упражнения выполняются ведущей рукой, при успешном выполнении обеими руками одновременно. Недопустимо что-то пропускать и «перепрыгивать» через какие-то виды упражнений, так как это может вызвать негативизм ребенка, который на данный момент физиологически не в состоянии справиться с заданием.

➤ Все игры и упражнения должны проводиться по желанию ребенка, *на положительном эмоциональном фоне*. Для любого человека, независимо от возраста, значим результат. Поэтому любое достижение должно быть утилитарным и оцененным.

Коррекционная работа выполняется по следующим направлениям:

1. Массаж и самомассаж.
2. Пальчиковые игры и речедвигательные упражнения.
3. Игры с предметами и материалами.
4. Изодетальность.
5. Развитие графических навыков.

Только кропотливая работа, терпеливое отношение, ободрение при неудачах, поощрение за малейший успех, неназойливая помощь могут помочь добиться положительных результатов.

Массаж и самомассаж с использованием природного материала.

Обучение действиям с еловыми и сосновыми шишками лучше начинать со свежесорванных шишек, так как они не колются, приятны на ощупь, а потому не вызывают отрицательных эмоций. В дальнейшем используются сухие, колючие шишки.

Упражнения с еловыми и сосновыми шишками.

- **«Круговые движения»**

*(На солнечной полянке,
В глуши лесной
Нашла я эти шишки.
Пойдем играть со мной.)*

Ход:

Педагог предлагает ребенку корзинку, в которой лежат свежие (или сухие) еловые и сосновые шишки, и просит взять в руки одну сосновую шишку. Далее педагог показывает и выполняет вместе с ребенком перекатывания сосновой шишкой между ладонями. Ребенок выполняет движения самостоятельно или с помощью взрослого, если в этом есть необходимость. Упражнения целесообразно сопровождать текстом:

*(Как ежик колетя сосна,
Ее мне шишка не страшна.
Сосновую шишку в ладонях катаю.
С сосновой шишкой сейчас я играю.)*

Педагог может ввести игрового персонажа, например, медвежонка, и произносит соответствующий текст:

*(Мишка с шишкой играет,
Между лап ее катает.
Медвежата все хохочут,
Шишки лапы им щекочут.
Колются не больно,
Малыши довольны.)*

- **«Перекатывание»**

Ход игры:

Перекатывание еловых шишек между ладонями до появления чувства приятного тепла и легкого покраснения ладоней. Педагог предлагает ребенку взять в руки большую шишку и произносит текст:

*(Шишки, словно ежики,
Колются чуть-чуть.
Покатать в ладошках
Шишку не забудь.)*

- **«Сжимание»**

Ход игры:

Сжимание и разжимание шишек обеими руками одновременно или поочередно правой и левой рукой. Ребенок выполняет упражнение самостоятельно или вместе с педагогом, используя прием «рука в руке».

*(Если, как Мишутка,
Сильным хочешь стать.
Надо в ручке шишку
Сильно-сильно сжать.)*

- **«Вращательные движения»**

Ход игры:

Легкие постукивания и вращательные движения по кончикам пальцев и ладони кончиками шишки.

*(Раз, два, три, четыре, пять
Будем пальчики считать.
Шишке все расскажем,
Пальчики покажем.
Каждый пальчик обойдем,
Снова мы считать начнем.)*

Упражнения с березовыми чурками и корой

- **«Перекачивание»**

Ход игры:

Катание березовой чурки между ладонями. На первых порах можно использовать прием «рука в руке», а когда ребенок научится удерживать чурку между ладонями и согласовывать движения обеих рук, можно переходить к самостоятельному выполнению этого игрового упражнения.

*(Березовую чурочку
Я в руках катаю.
С чурочкой березовой
Немного поиграю.
Покатаю медленно,
А затем быстрее,
Березовая чурочка
Ладонки мне согреет.
Снова качу медленно,
А потом быстрее,
У меня ладонки
Становятся сильнее.)*

- **«Постукивание»**

Ход игры:

Взрослый берет чурку в одну руку и совершает легкое постукивание круглым основанием чурки по ладоням и пальцам ребенка:

- ✓ По кругу
- ✓ От кончиков пальцев к запястью
- ✓ От запястья до кончиков пальцев
- ✓ По фалангам пальцев, называя каждый палец.

*(Чурочкой березовой
По пальчикам стучу,
Пальчики и ручку
Укрепить хочу.*

*Раз, два, три, четыре, пять,
Будем пальчики считать.
Березовая чурочка
Нам будет помогать.)*

Упражнения с ребристыми деревянными палочками

Для данных игровых упражнений понадобятся ребристые четырех или шестигранные палочки длиной 30 – 35 см (карандаши), украшенные головками матрешек, петрушек, животных и др. Такие дидактические игрушки можно сделать вместе с ребенком, проявив творчество и фантазию.

Ход игры:

Ребенку предлагается покатавать между ладонями палочку со словами:

*(Палочку волшебную
Я в руках кручу.
Красавицу матрешку*

Оживить хочу.)

Игры с песком

1. Предложите ребенку сначала рассмотреть песок, потрогать его одним пальцем, потом всеми пальцами руки. Осторожно предложите ребенку дотронуться второй рукой. Следите за тем, чтобы ребенок не испугался.

2. В песке сжимаем руки в кулак, играем пальцами. Пересыпаем песок сквозь пальцы. Покажите ребенку, как можно пересыпать песок из одной ладони в другую. Пусть он попробует сделать так же.

3. Сначала на глазах у ребенка заройте какую-нибудь игрушку в песок. Попросите его найти ее, откопать.

4. Разными предметами (стеклянными камешками разного цвета, ракушками, желудями) сделать «дорожки», «озеро» на песке.

5. Предложите ребенку отправиться в путешествие – оставляйте пальцами следы на песке: «зайка бежал», «мишка шел».

6. Попросите ребенка показать вам указательный палец и попросите его нарисовать на песке себя, дом, солнце и др.

7. Вместе с ребенком полейте песок из лейки. Посмотрите, как он впитывает воду. Сначала песок влажный, потом мокрый, и из него можно делать куличики.

- **«Согреем ладошки»**

*(Руки крепко прижимаем
И ладошки растираем.
Сильно, сильно, сильно трем,
Разогреться им даем.)*

- **«Разминание ладони»:**

1. Поглаживание наружной и внутренней поверхностей руки ребенка;

2. Упражнение «Дорожки на ладошке»

*(Растираю я ладошку,
Вниз спускаюсь по дорожке.
Как ладошку разотру,
На другой руке начну.)*

- **Сгибание и разгибание** всех пальцев руки одновременно (за исключением большого пальца).

- **Отведение и приведение** большого пальца в трех направлениях: вперед-назад, вбок, по кругу.

- **Точечные нажатия** большим и средним пальцами на середину каждой фаланги пальцев по направлению от их кончиков к основанию. Нажатия следует выполнять в тыльной и межпальцевой плоскостях, затем – в ладонной и межпальцевой.

- **Ласковое поглаживание** каждой руки по направлению от периферии к центру.

- **Прямолинейное поглаживание** тыльной и ладонной поверхностей кисти подушечками выпрямленных пальцев (кроме большого) – это «лучи солнца». Предварительно попросите изобразить солнышко, растопырив пальцы массирующей руки. Направление движения – от кончиков пальцев до лучезапястного сустава.

*(Солнышко лучами
Гладит нас, ласкает.
Солнце, как и мама,
Лишь одно бывает.)*

- **Граблеобразное круговое растирание** ладони одной руки подушечками пальцев другой руки.

- **«Пиление»** ладони одной руки гребнями пальцев другой руки.

Обратите внимание ребенка на то, что суставы сложенных пальцев напоминают зубья пилы.

*(Принялась она за дело,
Завизжала и запела.
Ела, ела дуб, дуб.)*

Поломала зуб, зуб.)

- Круговое разминание ладони одной руки подушечкой большого пальца другой руки.

Вспомните с ребенком, как медленно ползет улитка.

*(Толстушка-ползушка,
Дом-завитушка,
Ползи по дорожке, ползи по ладошке,
Ползи, не спеши,
Рога покажи.)*

- Щипцеобразное разминание мышечного валика края ладони. Можно выполнять массаж продольно и поперечно.

*(-Гуси, гуси!
-Га-га-га!
-Есть хотите?
-Да-да-да!
-Так летите же домой.
-Серый волк под горой
Не пускает нас домой.)*

- Пунктирование пальцами (кроме большого) («игра на пианино»). Имитация падения дождевых капель.

*(Кто там топает на крыше?
Кап-кап-кап.
Чьи шаги всю ночь я слышу?
Кап-кап-кап.
Я усну теперь едва ли.
Кап-кап-кап.
Может, кошек подковали?
Кап-кап-кап.)*

- Поколачивание ладонной впадины одной руки кончиком указательного пальца другой руки. Сила удара зависит от угла наклона пальца по отношению к массируемой поверхности. Чем больше угол, тем более сильным и глубоким будет воздействие.

*(Кто на розовой заре,
На росистом серебре
Барабанит, барабанит
По сосновой по коре?
Дятел петь захотел,
Дятел носом песню спел.)*

Целесообразно использовать различные приспособления, с помощью которых массаж становится более разнообразным: мячи диаметром не более 5 см, резиновые кольца, мячики-ежики, пластиковые коврики, цилиндры, бигуди и др.

- Массаж с мячом.

*(Мячик сильно прижимаю
И ладошку поменяю.*

*Мячик я держу в руке,
Зажимаю в кулаке,
Разжимаю, отпускаю
И ладошками катаю.*

*По столу круги катаю,
Из-под рук не выпускаю.
Назад-вперед его качу,
Влево-вправо – как хочу.)*

- Массаж с резиновым (пластмассовым, деревянным с гладкой или ребристой поверхностью) шариком.

- Массаж с бигудями-«липучками» (расческой-щеткой). Катание бигудей между ладошками.

*(У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки.
Но еще сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник.)*