

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ И ТАКТИЛЬНО- КИНЕСТЕТИЧЕСКОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ

Составитель:
учитель - дефектолог
Ахметдинова Л. С.

Несмотря на достаточную изученность вопроса развития графомоторных навыков детей дошкольного и младшего школьного возраста, вместе с тем продолжает оставаться актуальной проблема выявления наиболее эффективных приемов их коррекции и развития.

КОМПОНЕНТЫ ГРАФОМОТОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- зрительное внимание,
- зрительная память,
- зрительно-пространственные отношения,
- функции распределения внимания с одного объекта на другой и функция контроля,
- зрительно-моторные и слухо-моторные координации,
- координации разных частей тела (например, поза туловища и движения рук)
- мелкая моторика.

ГРАФОМОТОРНЫЕ НАВЫКИ -

- ◎ умение свободно выполнять двигательные мелкие и точные движения руками в процессе выполнения задач связанных с графикой (письмом).

ПУТИ КОРРЕКЦИОННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

- Упражнения по развитию мелкой моторики;
- Специальные физические упражнения;
- Подготовительные графические упражнения;
- Каллиграфические упражнения.

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

Развитие ручной моторики является основой формирования графических навыков.

- Пальчиковая гимнастика.
- Шнуровки.
- Массаж и самомассаж кистей, ладоней и пальцев рук с использованием массажных мячей, массажеров, прищепок и др.
- Работа с песком, манной крупой: рисование, прорисовывание элементов букв, букв и др.
- Работа с крупой: пальчиковый бассейн, перебирание крупы и др.
- Работа с ножницами, бумагой: вырезание, оригами, аппликация и др.
- Игры: лего, пазлы, мозайка и др.
- Раскраски, штриховки, трафареты, обведение по контуру различных фигур.
- Лепка (работа с пластилином — скатывание колбасок, скатывание под углом, скатывание округлых форм, прищипывание, вдавливание, сглаживание.)
- Аппликация (бумага, ткань, пух, вата, фольга).
- Поделки из природных материалов.
- Шитье, вязание, плетение и др.



УПРАЖНЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ:

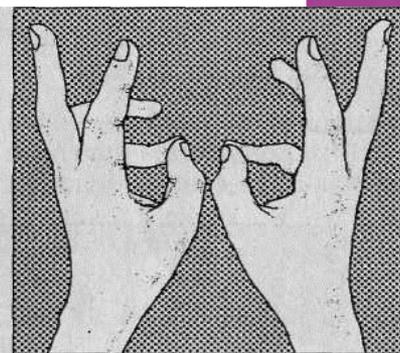
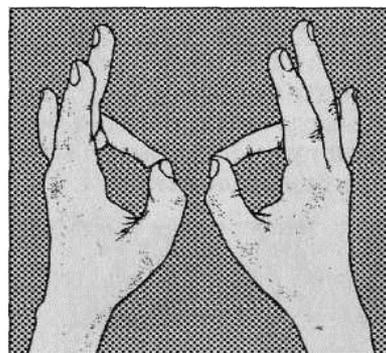
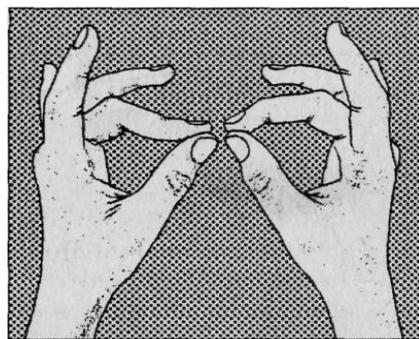
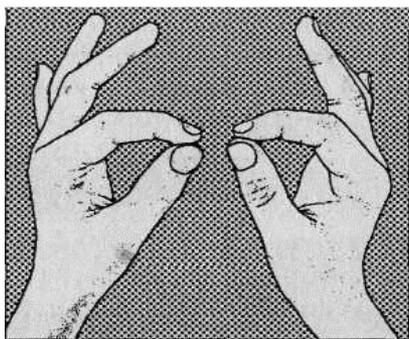
- составление контуров предметов из палочек;
- вырезание из бумаги какой-либо фигуры правой и левой рукой;
- нанизывание на шнурок пуговиц, крупных бусин, а на нитку с иголкой — мелких бусин, бисера;
- сортировка бобов, фасоли, гороха, а также перебор крупы (пшено, гречка, рис);
- застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, крючков;
- доставание бусин ложкой из стакана;
- надевание и снятие колечка (массаж пальца);
- «комканье» платка или листа бумаги.
- нахождение спрятанных предметов в «сухом бассейне», в воде, в гидрогеле;
- сжимание и разжимание эспандера;
- катание мячей-ежиков (с шипами);
- использование шнуровки, трафаретов;
- и еще много различных упражнений.





СПЕЦИАЛЬНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

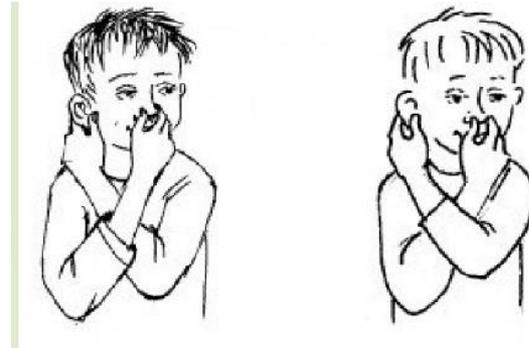


Зеркальное рисование

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения вы почувствуете, как расслабляются глаза и руки.

Ухо — нос

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».



ЗАКРЕПЛЕНИЕ ЗРИТЕЛЬНОГО ОБРАЗА РУКОПИСНЫХ БУКВ. ОБУЧЕНИЕ ПИСЬМУ ПО МЕТОДИКЕ УЧЕБНОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ.

Кто сказал, что писать нужно обязательно ручкой и обязательно на бумаге? Можно писать рукой в воздухе, пальчиком на полу, на песке или крупе и даже в воде.

Главное — запомнить алгоритм написания каждой рукописной буквы. На больших «ненастоящих» буквах он легко отрабатывается. Наблюдая свои движения и запоминая их, дети не видят угловатых овалов или искривленных элементов, что со всей очевидностью всплыло бы на бумаге. Таким образом, они не запоминают зрительный образ неправильной буквы.

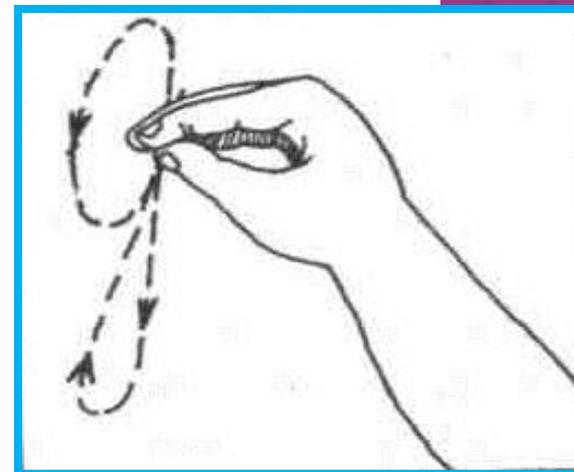
Нос в чернилах



Буратино в известной сказке обмакнул свой нос в чернильницу и поставил огромную кляксу. А если попробовать написать носом имя этого любопытного героя или его строгой учительницы? Попробуем написать носом в воздухе. Подобные упражнения, помимо формирования графических навыков, тренируют мышцы шеи, что позднее поможет не сгибать ее на долгих школьных занятиях.

Умный гусь

Рука педагога — это шея гуся, а сложенные щепоткой пальцы — его клюв. Вслед за ведущим ребята вытягивают «шею» и «клювом» рисуют в воздухе буквы. Можно пошипеть, как настоящий гусь. В упражнении отрабатывается подвижность кисти.



Балерина

Ребята становятся на одну ножку, поднимаются на носок и носком другой ноги пишут на полу буквы. Написав одну, поворачиваются вокруг оси и пишут новую. Потом снова поворот — и новая буква.



Письмо локтями

Положите ладони себе на плечи: правую — на правое плечо, левую — на левое. Нарисуйте выставленными вперед локтями (обоими одновременно) букву.



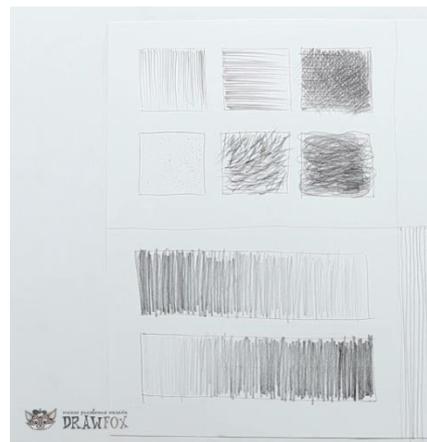
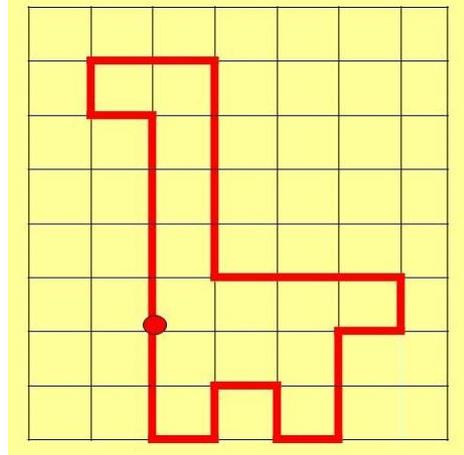
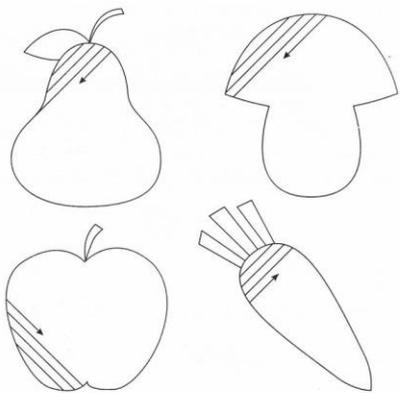
Особо подчеркнем, что основная цель такой работы не механическая тренировка движений руки, а систематическое обучение детей новым двигательным тонко координированным действиям.

ГРАФИЧЕСКИЕ ТРЕНИРОВКИ

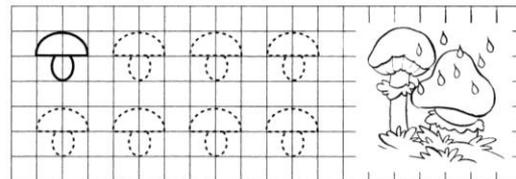
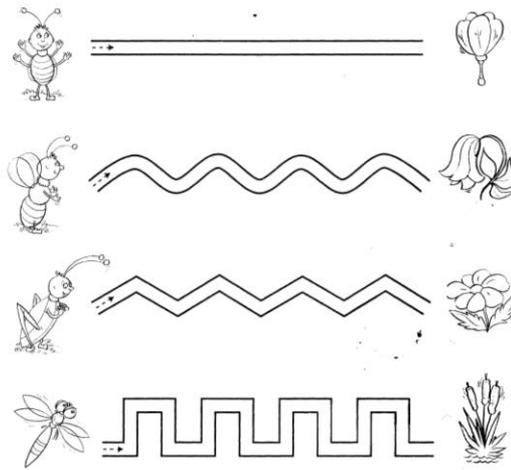
Способствуют автоматизации нужных движений и улучшают качество зрительно-моторной координации, которая является базовой для улучшения качества письма в любом возрасте.

Движения руки становятся стабильными и уверенными.

- штриховка в разных направлениях с различной силой нажима и амплитудой движения руки;
- рисование по клеточкам и на другой ограниченной поверхности;
- раскрашивание листа в разных направлениях с ограничением и без ограничения закрашиваемой поверхности;
- обведение рисунка по контуру, копирование;
- рисование по опорным точкам;
- дорисовывание изображений;
- разлиновка;
- графический диктант.



Пройди по дорожкам: проводи линии, не касаясь краёв дорожек и не отрывая карандаш от бумаги. Начни путь от стрелочек.



Обведи рисунки по пунктирам. Раскрась.

©

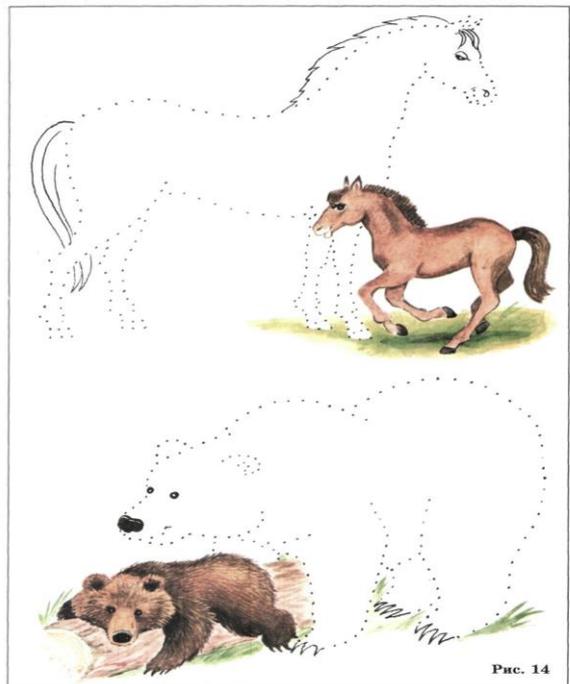


Рис. 14

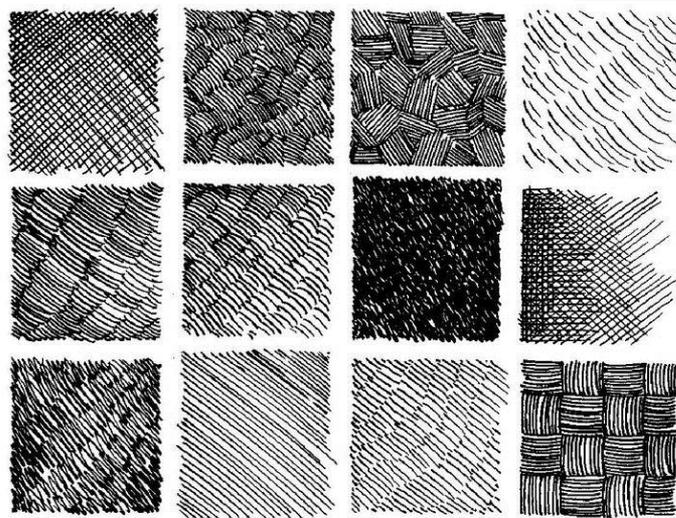
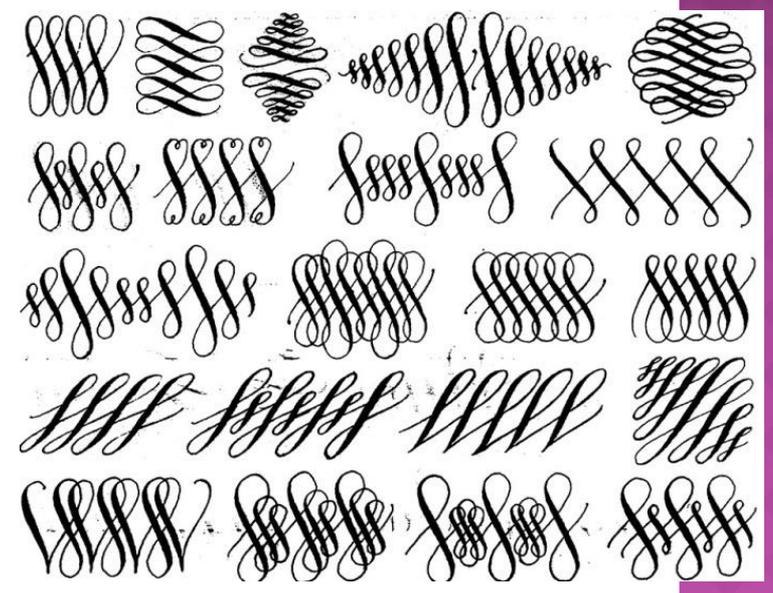
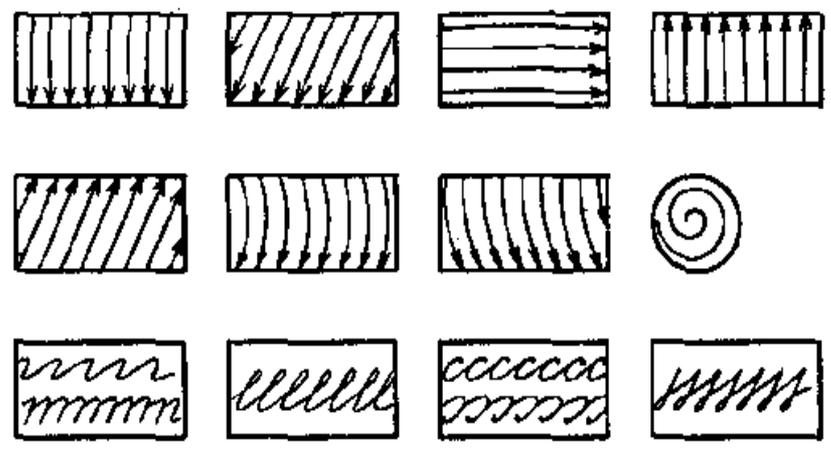
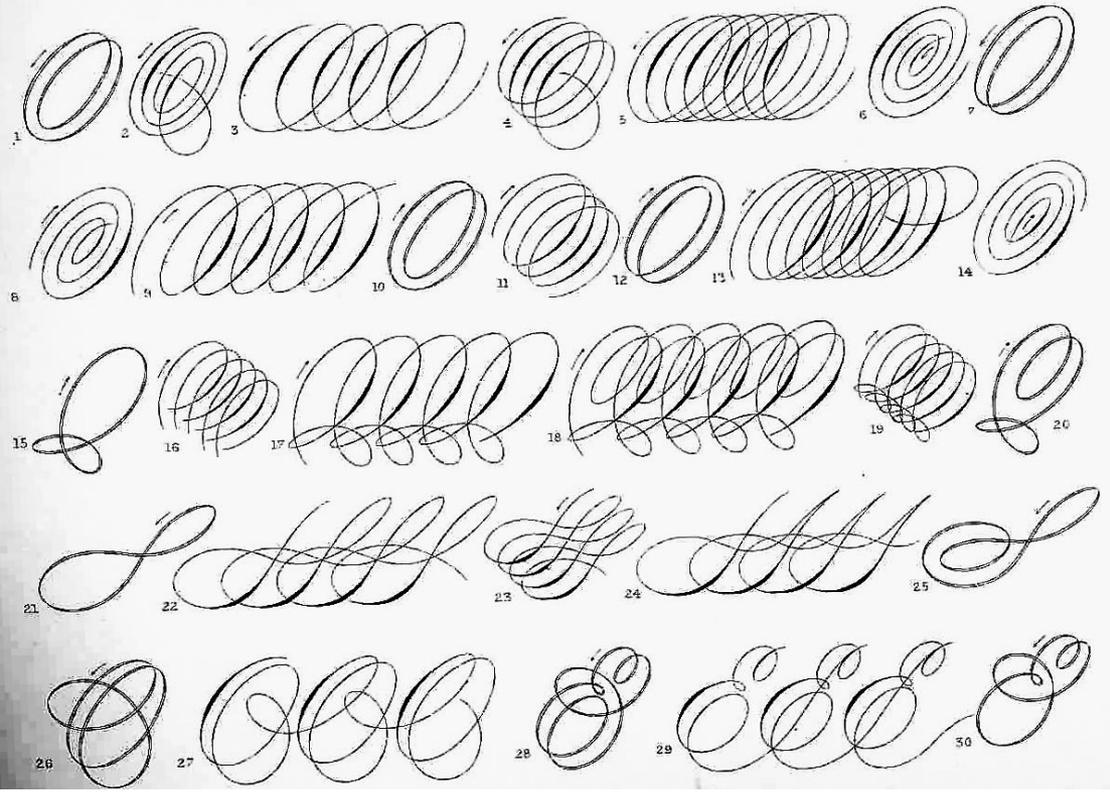


Рис. 14

КАЛЛИГРАФИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- Каллиграфически правильное письмо формируется у учащихся на протяжении всего обучения в начальной школе. Выработать графически правильное, четкое и достаточно скорое письмо невозможно в короткий срок, так как данные навыки формируются медленно и непросто.



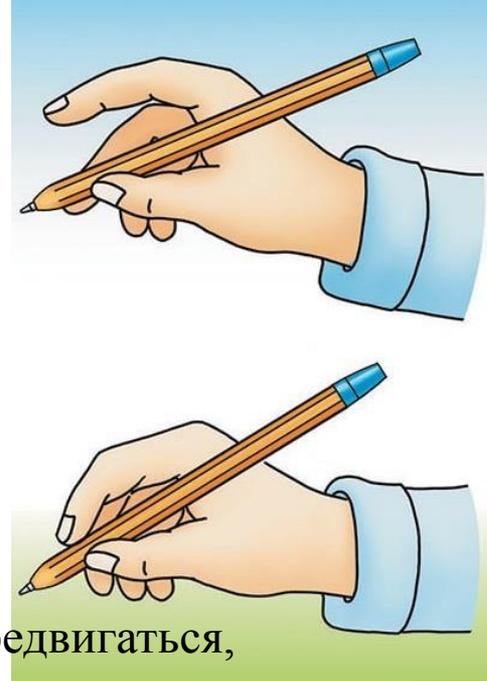
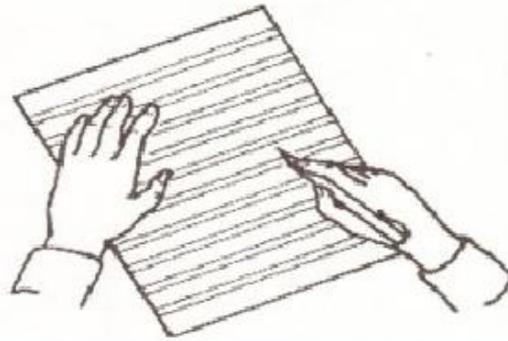
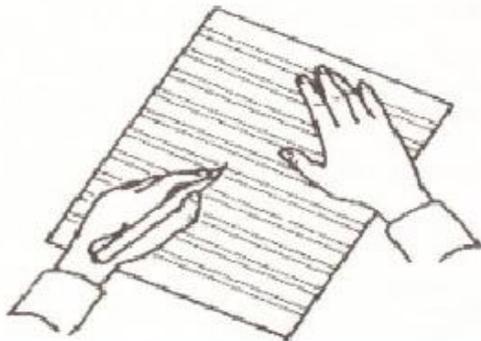
ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА ДЛЯ ПИСЬМА.

○ **Правильная поза при письме:**

- посадка должна быть максимально прямой;
- позвоночник, плечи и голова должны находиться в ровном положении;
- пишущий должен спиной опираться на спинку стула;
- ноги должны стоять прямо, стопы ног удобно расположены на полу или на специальной подставке;
- ребенок не должен опираться на стол грудью;
- локти выступают за край стола.

Три недели занятий и правильная посадка при письме станет для ребенка привычной.





- ⦿ **Неправильное положение тетрадки на столе**

Чтобы рука ребенка во время письма могла свободно передвигаться, тетрадь на столе должна лежать с определенным наклоном – десять-пятнадцать градусов.

- ⦿ **Неправильная обложка на тетради**

Обложка не только сохраняет внешний вид тетради, но и позволяет ей не скользить по столу во время письма. Лучшим вариантом считаются обычные тонкие полиэтиленовые обложки. Модные жесткие обложки для тетрадей скользят по поверхности стола.

- ⦿ **Ручка для письма**

Ручка должна быть не слишком короткой и не слишком длинной. Педагоги начальной школы рекомендуют приобретать ручки с оптимальной длиной в 15 сантиметров. Для детей не годятся ребристые ручки и плоские четырехгранные. Эти ручки требуют от ребенка дополнительных усилий для их удержания и затрудняют процесс освоения навыка письма.



**ВЕРЬТЕ В СЕБЯ И В СВОЕГО РЕБЕНКА!
И У ВАС ОБЯЗАТЕЛЬНО ВСЕ ПОЛУЧИТСЯ!
ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ!**