

Рекомендации для родителей по теме: «Развитие мелкой моторики»

Развитие мелкой моторики у детей с задержкой психического развития, в первую очередь, должно быть направленно на переключаемость, на нормализацию мышц кистей рук. Переключаемость движений является одним из самых важных факторов дальнейшего развития ребенка. Умение расслаблять и напрягать кисти рук способствует снижению тонуса в мышцах при письме.

Цель: научить ребенка переключаться с одного движения на другое.

Упражнение «Светофор».

Исходное положение рука согнута в локте и поднята на уровне головы. Кисть сжата в кулак и смотрит вперед. Когда мы говорим «загорается зеленый», кисть открывается, далее зелёный начинает «моргать» (сжимаем и разжимаем кисть несколько раз), загорается желтый, и красный. Так повторить игры несколько раз.

Упражнение «Эстафета».

Руки лежат на столе ладонями вниз. Начиная с правой руки, мизинец поднимается и ложится обратно, передавая движение безымянному пальцу, он среднему и так далее до мизинца левой руки. Затем эстафета передается в другую сторону.

Цель: подготовка к письму.

Упражнение «Кран».

Рука согнута в локте и твердо стоит на столе. Кисть параллельна столу. Задача ребенка, не отрывая локоть от стола, взять предмет (ластик, бумажка, ручка и так далее) с левой стороны и положить в корзинку, которая стоит с право.

Упражнение «Винтики».

Используется массажер су-джок. Просим ребенка представить, что наша ладошка это стена, в которую нужно завинтить 6 винтиков. Кладем кисть на стол ладонью вверх, берем массажер и начинает потихоньку крутить на большом пальце, указательном, среднем и так далее. В конце «завинчиваем» в серединке ладони. Тоже самое выполняем на второй ладошке.

Цель: расслабление мышц кисти. Используется массажер су-джок.

Упражнение «Мяч».

Просим ребенка повторять слова и движения в соответствии с текстом. Я мячом круги катаю назад вперед его гоняю. Будто я сметаю крошку, и сожму его немножко, каждым пальцем мяч прижму, и другой рукой начну.

Упражнение «Пальчики».

Массаж пальцев эластичным кольцом. Дети повторяют слова и поочередно надевают массажные кольца на каждый палец. Раз – два – три – четыре – пять, (разгибаем пальчики по очереди) вышли пальцы погулять, этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой. (Надеваем на большой палец эластичное кольцо) Этот пальчик для того, чтоб показывать его. Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине. Этот пальчик безымянный, он избалованный самый. А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.