

Ум – на кончиках пальцев

Скопина Ольга Николаевна

ОГАОУ «Шуховский лицей»

Белгород, Россия

Учитель начальных классов

E-mail: sk_olga_nik@mail.ru

АННОТАЦИЯ. В данной статье рассматривается влияние руки на мозг ребенка. Предлагаются различные способы развития мелкой моторики у детей: отработка графических навыков: пальчиковые игры; упражнения для пальцев и кистей рук с использованием различных предметов.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА. Мелкая моторика, руки, речь, упражнение, пальчиковая гимнастика.

«Руки дают человеку голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга».

И.П.Павлов

Ребёнок пришёл в школу. Ему очень хочется научиться писать так же красиво и быстро, как его мама. Но, написав несколько букв, у него начинает уставать рука, буквы почему-то «вылезают» за линии, а последняя буква совсем не похожа на ту первую. И у ребёнка на глазах появляются слёзы. «Почему так? Я ведь так старался!» Одной из основных проблем, встречающихся практически у всех детей, является недостаточное развитие мелкой моторики.

Уровень развития мелкой моторики кисти рук показывает, готов ли ребенок к школе, как развита у него речь, внимание, память, умеет ли логически рассуждать.

С далеких времен и по сегодняшний день малышей учат играть в «Ладушки», «Сороку-белобоку», «Козу-дерезу». Наши бабушки не догадывались, что эти игры стимулируют точки на кончиках пальцев, которые способствуют развитию интеллектуальных способностей у детей.

Что же такое мелкая моторика? Это совокупность скоординированных действий, нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук.

Великий педагог В. Сухомлинский писал: «Истоки творческих способностей и дарования детей на кончиках их пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие с орудием труда, чем сложнее движение, необходимое для этого взаимодействия, тем глубже входит взаимодействие руки с природой, с общественным трудом в духовную жизнь ребенка. Другими словами: чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок». Все глубинные психологические процессы, осознанные или неосознанные, отражаются в положении наших рук, мелких движениях пальцев.

Связь умственных способностей и ручных навыков подтвердили ученые.

Половина детей 6-7 лет, приходя в школу в 1 класс, имеют низкий уровень развития мелкой моторики. Им плохо дается написание печатных букв, они не способны провести четкие и прямые линии, недостаточно хорошо владеют ножницами, чтобы вырезать фигуру. Речь таких детей скудна, они не могут точно воспроизвести движения при выполнении пальчиковой гимнастики или физкультминуток.

Почему же у современных детей слабо развита моторика рук?

Одной из причин недостаточного развития моторики детей – это ослабленное здоровье и сниженные показатели общего физического развития.

Следующая причина – социальная. Родителям не хватает времени на обучении детей бытовым навыкам: (завязывание шнурков, застегивание пуговиц и т.д.). Еще одна причина – домашние дети, не посещавшие детские сады.

Почему так важно создавать условия для развития мелких мышц рук?

Японский врач Намикоси Токудзиро утверждал, что пальцы наделены большим количеством рецепторов, посылающие импульсы в центральную нервную систему человека. На кистях рук расположено множество акупунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы. Восточные медики установили, что воздействие на большой палец повышает функциональную активность головного мозга, на указательный палец воздействует на состояние желудка, среднего – на кишечник, безымянного – на печень и почки, мизинца – на сердце.

Доказано, что воздействуя на рецепторы пальцев, импульсы положительно влияют на кору головного мозга ребенка, тем самым влияют на формирование речевых зон. Развитие интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движения пальцев рук.

В начальной школе, особенно в 1-2 классах, на уроках необходимо проводить работу по развитию мелкой моторики. Эта работа должна носить систематический характер.

Развитие мелкой моторики – это показатель общего развития ребенка, его умственной деятельности, сообразительности, творческих способностей, умение логически мыслить.

Основным навыком в 1 классе является письмо. Техника письма – это сложная работа мелких мышц, зрительного восприятия, произвольного внимания и терпения. У ребенка с нарушением процесса письма возникает негативное отношение к учебе.

Для развития мелкой моторики руки есть разнообразные приёмы:

– *Штриховка*, обеспечивает развитие и укрепление мелкой мускулатуры руки и отработке координации движения, способствует развитию мышечной памяти.

Штриховка выполняется по правилам:

- в определенном направлении, заданном учителем °↗↘↓→.
- штриховать можно прямыми линиями, круговыми, элементами букв, буквами.
- между элементами должно соблюдаться определенное расстояние, равное размеру строчной буквы.
- штриховка не должна выходить за края контура и провисать в воздухе.
- штриховка выполняется либо в альбомах, либо в блокнотах карандашом, ручкой.

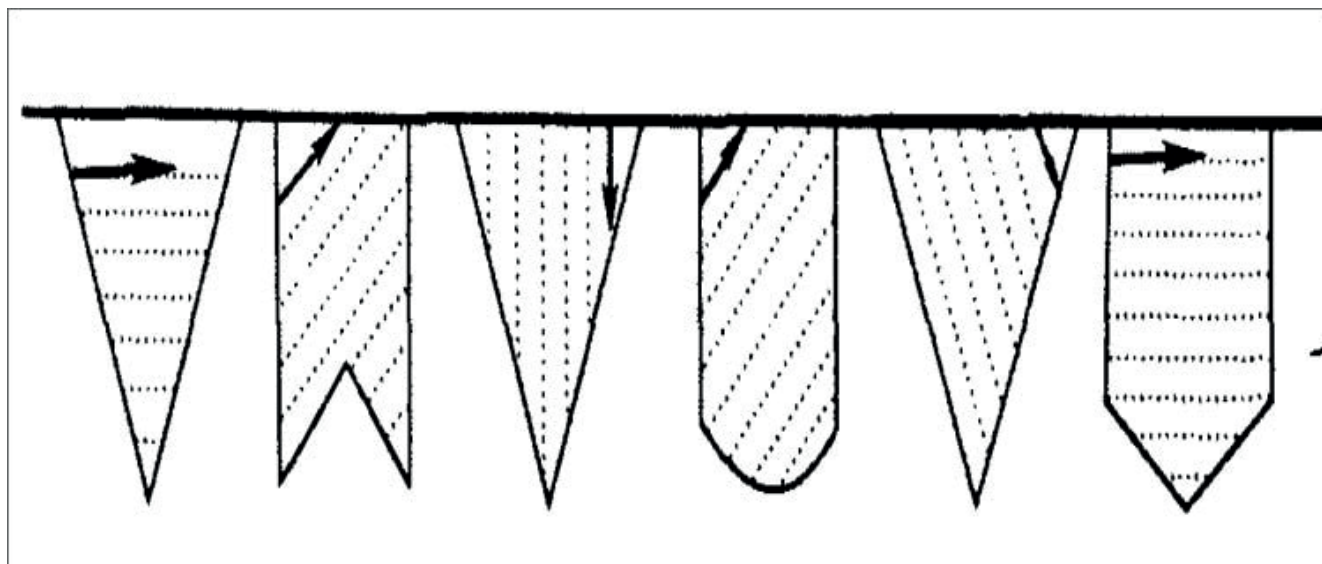


Рис.1 Штриховка

- *Обведение контуров.* Обвести рисунок точно по линиям, не отрывая карандаш от бумаги

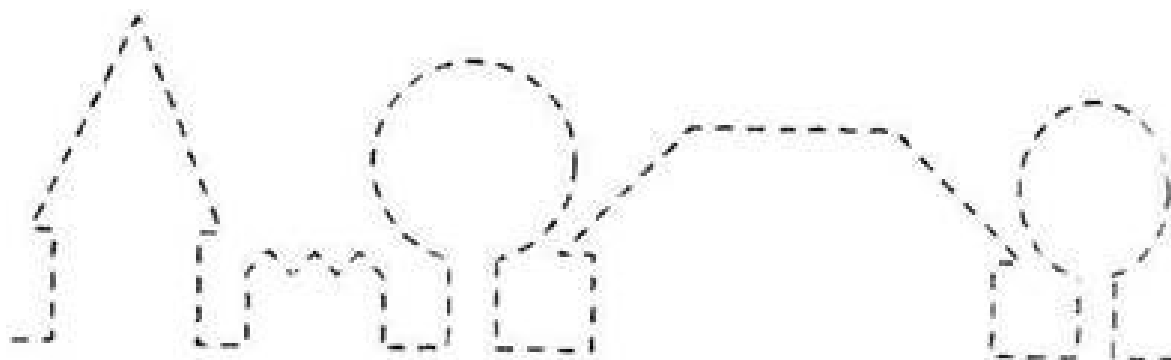


Рис.2 Обведение контуров

- *Рисование узоров по клеточкам,* требует точных движений руки, развитие глазомера. В образце есть начало узора, необходимо его продолжить.

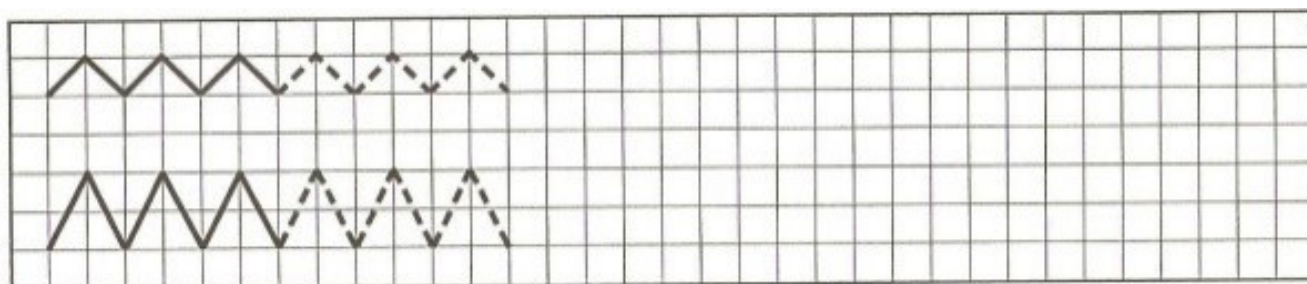


Рис.3 Рисование по клеточкам

- *Рисование по опорным точкам* тренирует не только моторику руки, но и навыки счета, необходимость ориентироваться на плоскости.

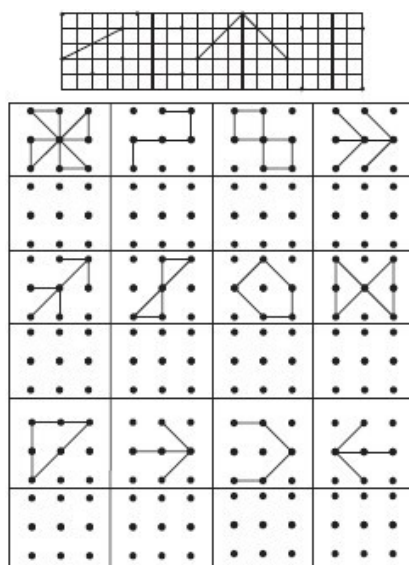


Рис.4 Рисование по точкам



- Раскрашивание картинки.

- Пальчиковые упражнения, игры позволяют активизировать работоспособность головного мозга, создают положительный эмоциональный фон, развивают познавательные процессы, повышают речевую активность

В гости	
В гости к пальчику большому	Выставляем вверх большие пальцы.
Приходили прямо к дому	Соединяем под углом кончики пальцев обеих рук.
Указательный и средний,	Поочередно называемые пальцы соединяются
Безымянный и последний,	с большими на двух руках одновременно.
Сам мизинчик-малышок	Пальцы сжаты в кулак, вверх выставляем только
Постучался на порог.	мизинцы.
Вместе пальчики-друзья,	Кулаки стучат друг о дружку.
Друг без друга им нельзя.	Ритмичное сжатие пальцев в кулак на обеих руках.

- Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга»).

«Колечко» - поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с каждым пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

«Кулак – ребро – ладонь» - последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«Ухо – нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой – за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение

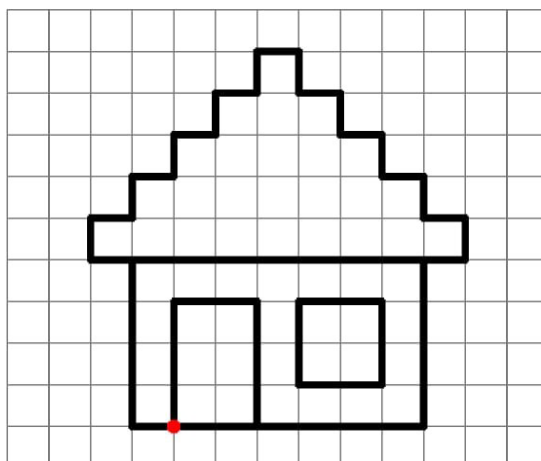
- Симметричные рисунки – рисование в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки.

- Горизонтальная восьмёрка - рисование в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза – сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками.

Дети, в подготовительной группе и начальной школе, очень любят графический диктант, который позволяет расширить кругозор, знакомит с разными способами изображения предметов, позволяет закреплять пространственные отношения: «вправо», «влево», «вниз», «вверх».

- Графический диктант – помогает подготовить руку к письму, учит точности в движении руки, что дает возможность заложить правильную основу для формирования правильного письма.

Домик



Отступить 10 клеточек сверху и 3 клеточки слева и поставить точку.

6→	1↑	1←	1↓
4↑	1←	1↓	1→
1→	1↑	1←	4↓
1↑	1←	1↓	1→
1←	1↑	1←	3↑
1↑	1←	1↓	2→
1←	1↓	1←	3↓

Рисуем окошко: от последней точки рисунка отступить 1 клеточку вверх и 1 одну клеточку вправо и поставить точку, далее 2↑ - 2→ - 2↓ - 2→.

Рис.5 Графический диктант

- Рисование красками различными способами: кистью, пальцем, свечей, зубной щёткой бумагой.

- Лепка пластилином или глиной с использованием природного материала: семян яблок, дыни, арбуза, кабачков, гороха, камешков, ракушек и т.д.

- Конструирование из бумаги - оригами.

- Су-джок, с его помощью происходит воздействие на биологически активные точки кистей рук, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга. Движения могут быть различными – круговые движения шарика между ладонями, перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони, вращение шарика кончиками пальцев, сжатие шарика между ладонями, сжатие и передача из руки в руку,



Рис.6 Су-джок



подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д.

Для развития тонкой моторики и общей координации можно выполнять и такие упражнения:

1. Отстукивание ритмических рисунков подушечками пальцев обеих рук по подожанию.
2. Перекатывание между ладонями шестигранного карандаша.
3. Работа с ножницами – вырезание различных по форме и величине деталей.
4. Шнуровка.
5. Сжатие мягкого резинового или поролонового шарика двумя пальцами поочередно (большим – указательным, большим – средним, большим – безымянным, большим – мизинцем) сначала ведущей рукой, затем другой рукой.
6. Сжатие поролонового шарика между напряженными ладонями.
7. Застёгивание и расстёгивание пуговиц.
8. Пришивание крупных пуговиц.
9. Растягивание колечка из мягкой текстильной резинки поочередно большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем.

Эти приемы, задания можно и нужно использовать на уроках математики, письма, технологии, изобразительного искусства, окружающем мире. Такими нехитрыми приемами можно пользоваться и дома, «между делом» и помогут нашим детям стать ещё умнее и ещё красноречивее! Интеллект ребенка будет развиваться в занимательной форме естественным путем и здоровым образом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Безруких М.М., Ефимова С.П., Князева М.Г. Как подготовить ребенка к школе. – Тула: Арктоус, 1996.
2. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников: Пособие для родителей и педагогов – М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 1999.
3. Кольцова Активность и развитие функций головного мозга ребёнка.- М.: Педагогика. 1973г.
4. Цвынтарный В. Играем пальчиками и развиваем речь. С.-П., Лань, 1996г.
5. Большакова С. Е. Формирование мелкой моторики. Игры и упражнения. М., 2008.
6. Гаврина С. Е. Развиваем руки — чтоб учиться и писать, и красиво рисовать. Ярославль, 2007.
7. Ткаченко Т. А. Гимнастика для пальчиков. М., 2010
8. ru.wikipedia.org Мелкая моторика
9. <https://infourok.ru/metodicheskiy-material-individualnie-kartochki-dlya-shtrihovki>