

Занятия, игры и упражнения для развития мелкой моторики

Мелкая моторика – это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Развитие мелкой моторики играет важную роль для общего развития ребенка. На первых этапах развития мелкой моторики ребенок с синдромом Дауна вместо движения кистью использует движения плечом и предплечьем. Постепенно у него формируется стабильность запястья, он учится удерживать ладонь в положении нужном для выполнения действия. При сниженном тонусе ребенку проще стабилизировать запястье, положив кисть на твердую поверхность большим пальцем вверх. При этом работают большой, указательный и средний пальцы, а ребро ладони и мизинец обеспечивают стабильность, затем постепенно развивается умение вращать запястьем в разных плоскостях.

Формирование захвата проходит следующие ступени: ладонный захват; щепоть; пинцетный захват и их промежуточные формы.

У детей с синдромом Дауна последовательность захвата сохраняется, однако имеет свои особенности: возможно длительное «застревание» на ладонных формах захвата, может наблюдаться захват без участия большого пальца, пинцетный захват может производиться большим и средним пальцами, сила захвата снижена.

Существует множество занятий, игр и упражнений для развития мелкой моторики.

Наиболее простые и эффективные игры для развития мелкой моторики:

1.Массаж ладонек

Массаж ладоней очень полезен для развития тактильных ощущений и мелкой моторики.

2.Разрывание бумаги

Это упражнение подходит для детей с 7 месяцев. Дайте ребенку бумагу разного цвета, пускай рвет ее на части, но при этом лучше не оставлять его одного и следить, чтобы он не совал бумагу в рот.

3.Бусы, пуговицы

Игры с бусинами или пуговицами, которые ребенок может нанизывать на нитку, сортировать по размерам или складывать в баночку (коробку) очень полезны для развития мелкой моторики.

4.Вкладыши

Очень полезны для развития мелкой моторики игры с разнообразными вкладышами как деревянными, так и пластмассовыми. Это могут быть как покупные игрушки, так и самодельные, из которых можно строить башенки, вкладывать их друг в друга.

5.Крупы (горох), банки с крупами (горохом)

Крупу (горох) можно насыпать в миску или баночку. Ребенок будет опускать руки в миску или банку, трогать крупу (горох) руками. Можно дать ему несколько банок, чтобы он пересыпал крупу из одной в другую. Эта игра хорошо развивает мелкую моторику и тактильные ощущения.

Подготовила Шаповалова Л.В., психолог



Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа –
Югры «Радужинский реабилитационный
центр для детей и подростков с ограничен-
ными возможностями»



21 марта –

**Международный день
человека с синдромом
Дауна**

16+

г. Радужный

Впервые отмечался в 2006 году. На VI международном симпозиуме по синдрому Дауна, проводимом в Пальма де Майорка, по инициативе правлений Европейской и Всемирной ассоциаций «Даун-синдром» было решено объявить 21 марта Международным днём синдрома Дауна.

Двадцать первый день третьего месяца был выбран, чтобы показать, что синдром Дауна связан с 3 копиями 21-й хромосомы (трисомия по 21-й хромосоме). Синдром Дауна.

Как развиваются дети с синдромом Дауна?

С первых месяцев жизни дети отстают в психомоторном развитии. У большинства из них позднее развивается речь и имеются дефекты звукопроизношения. Дети недостаточно хорошо понимают обращенную к ним речь, их словарный запас беден.

«Относительная сохранность эмоциональной сферы, хорошая подражательность детей с синдромом Дауна способствуют тому, что интеллектуальная недостаточность этих больных для родителей становится очевидной в несколько более старшем возрасте, обычно после



2-3 лет. Умственная отсталость при синдроме Дауна проявляется в разной степени. Больные отличаются конкретным, замедленным мышлением, у них нарушены внимание, смысловая память. Механическая память остается более сохранной.

Дети приветливы, общительны, доверчивы. Обычно проявляют нежную привязанность к близким и ухаживающим за ними людьми. Однако некоторые из них могут быть повышено возбудимы, расторможены, упрямы.

Какого уровня развития может достичь ребенок с синдромом Дауна?

Ответ на этот вопрос в значительной степени зависит от того, как рано и как упорно будут обучать малыша основным навыкам и умениям.

- ✓ Поскольку эти дети малоактивны, следует поощрять проявленную ими самостоятельность в различных видах деятельности, в игре, навыках самообслуживания.
- ✓ При обучении ребенка с синдромом Дауна навыкам самообслуживания необходимо использовать его подражательность. Создавать как можно больше ситуаций, в которых ребенок мог бы наблюдать за вашими действиями при одевании, раздевании и т.п.
- ✓ Для побуждения собственной активности ребенка очень полезными являются музыкальные занятия – музыкальная терапия или лечение музыкой, поскольку дети с синдромом Дауна очень восприимчивы к музыке, с удовольствием двигаются под нее, хлопают в ладоши, напевают.



- ✓ Чаще ласкайте, обнимайте своего ребенка, и он таким же способом будет выражать свое отношение к близким.
- ✓ Особое внимание следует обратить на развитие речи малыша. При этом опять же необходимо опираться на большую подражательность больного ребенка. Поэтому кроме проведения специальных занятий по развитию речи сделайте для себя правилом комментировать свои действия, за которыми наблюдает малыш, простыми предложениями типа: «я мою руки», «надеваю пальто», «режу хлеб», «мою чашку» и т. п. Называйте предметы и действия, на которых в данный момент сосредоточено внимание ребенка
- ✓ Для ребенка с синдромом Дауна очень важным является соблюдение режима, приучение к аккуратности, раннее участие в различных видах бытового труда вместе со взрослыми, а затем и самостоятельно под их руководством. И как бы вам ни было трудно, какое бы отчаяние ни охватило вас, помните: главное – это терпение и любовь.