# Развитие общей моторики у детей с нарушениями речи. Примеры игр и упражнений.

Жизнь – это система движений. Все процессы внутреннего мира ребенка (удовольствие, удивление, сосредоточение, творческий поиск, и т.д.) можно выразить движением.

Моторика очень важна для ребенка. Одной из важных задач развития моторики является координация движений целостной системы тела ребенка и частных систем координации движений (рука — зрение, зрение — слух, рука — зрение — слух, слух — речь и др.), способствующих установлению связей между умениями видеть, слышать, чувствовать, двигаться, говорить.

Моторика (лат. motor — приводящий в движение) — двигательная активность организма, его органов или систем (частей). Моторику делят на крупную и мелкую.

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 и ног.

Процессу совершенствования мелкой моторики необходимо уделять большое внимание и после того, как ребенок заговорил, не забывая, что от того, насколько ловкими и проворными к 5-6 годам станут его пальчики, зависят успехи в дальнейшем обучении.

Пальцы рук наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. Даже такие простые упражнения, как «Ладушки», «Сорока-белобока», «Коза рогатая» и другие – не просто развлечения для малышей. Поэтому развитие речи ребёнка неразрывно связано с развитием мелкой моторики.

Под крупной моторикой подразумеваются разнообразные движения тела, рук и ног. Зачем развивать крупную моторику? Для того чтобы ребенок умел бегать и прыгать наравне со сверстниками и не скучал на детской площадке.

Здоровье психологическое и физическое тесно связаны между собой. Изменение одного состояния влечет изменение и другого. Поэтому особое внимание следует обращать на баланс развивающих ребенка мероприятий. В этот период наиболее ценными являются игры, которые одновременно направлены и на физическое и на психическое здоровье ребенка.

Если ограничить двигательную деятельность, то недостаточно развитая двигательная память может атрофироваться, что приведет к нарушению условных связей и снижению психической активности. Недостаточная физическая активность ведет ребенка к дефициту познавательной активности, знаний, умений, к возникновению состояния мышечной пассивности и снижению работоспособности.

Взаимодействие различных движений обеспечивает развитие речи, формирует навыки чтения, письма, вычисления. От развития моторики пальцев рук зависят навыки логического мышления, его скорость и результативность. Одно из распространенных заблуждений родителей в том, что главное в развитии ребенка – это интеллект. Часто недооценивается значение двигательного развития детей. У дошкольников сложно провести границу между физическим, в частности двигательным, развитием и интеллектуальным. В дошкольные года дети совершенствуют двигательные навыки, в том числе моторику: грубую (способность совершать движения большой амплитуды: бег, прыжки, бросание предметов) и тонкую (способность совершать точные движения малой амплитуды). По мере развития тонкой моторики дети становятся все более самостоятельными. Развитие моторики позволяет ребенку непринужденно передвигаться, самому заботиться о себе и проявлять свои творческие способности.

Доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Результаты исследования показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук. Тонкая моторика — основа развития, своего рода “локомотив” всех психических процессов (внимание, память, восприятие, мышление, речь).

У подвижного ребенка, как правило, хороший аппетит, крепкий сон, ровное, веселое настроение, он более ловкий и выносливый. Но неверно думать, что ребенок самостоятельно научится всем движениям. Надо постоянно выполнять с ним различные упражнения, помогать малышу осваивать новые движения.

Движения не только укрепляют опорно-двигательный аппарат, развивают моторику и координацию, они обеспечивают непрерывный синтез белковых соединений в мышцах, способствуя нормальному росту.

Надо воспитывать у детей потребность в движении. Если родители не делают утреннюю гимнастику, пренебрегают активным отдыхом в выходные дни, предпочитают занять ребенка тихими настольными играми, то, естественно, и он будет малоподвижным.

Вывод:

Занятия моторикой послужат хорошим подспорьем в гармоничном развитии ваших детей. Руки — инструмент тонкий, и «настраиваются» они в течение долгого времени. Поэтому и игрушек для развития моторики потребуется много. «Всему свое время» — это означает, что развивающая игрушка должна появиться в детской комнате в положенный срок.

***Несколько упражнений и игр на моторику.***

***Развитие общей моторики.***

Упражнения на повышение уровня активации

Данные упражнения повышают потенциальный энергетический уровень ребенка, обогащают его знания о собственном теле, развивают тактильную чувствительность.

Это самомассаж ушных раковин; самомассаж головы; общий массаж ног (поглаживание и растирание бедер, икр, пальцев ног, ступней) и т.п.

Упражнения, направленные на регуляцию мышечного тонуса.

Общий принцип этих упражнений - сильное напряжение мышц с последующим их расслаблением.

**"Лодочка".** Ребенок ложится на спину, вытягивая руки над головой. По команде одновременно поднимает прямые ноги, руки и голову. Поза держится максимально долго. Затем выполняется аналогичное упражнение, лежа на животе.

**"Снеговик".** Исходное положение - стоя. Детям предлагается представить, что они

только что слепленный снеговик. Тело должно быть сильно напряжено, как замерзший снег. Ведущий может попробовать "снеговика" на прочность, слегка подталкивая его с разных сторон. Потом снеговик должен постепенно растаять, превратившись в лужицу. Сначала "тает" голова, затем плечи, руки, спина, ноги. Затем предлагается вариант "растаять", начиная с ног.

**"Кощей бессмертный".** Исходное положение - сидя на полу на коленях и на

пятках (после освоения упражнения сидя можно переходить к и.п. стоя). Руки разведены в стороны. Руки сгибаются в локтях и свободно повисают, в то время как плечи и локти находятся на одной прямой параллельно полу. Если ребенку сложно выполнять это упражнение, на первом этапе можно помочь ему зафиксировать нужное положение с помощью гимнастической палки. Далее ведущий в произвольном порядке подталкивает расслабленную часть одной и другой руки, добиваясь их свободного раскачивания.

Упражнения для развития крупной моторики, формирования ощущения границ своего тела и его положения в пространстве.

**"Колобок".** Лежа на спине, подтянуть колени к груди, обхватить их руками, голову

подтянуть к коленям. В таком положении перекатиться

Рисование на доске, листе бумаги одновременно двумя руками.

**"Повтори движение**" Ведущий (взрослый) делает какие-то движения: приседает,

поднимает руки вверх, хлопает в ладоши - а дети должны повторить их вслед за ним (усложняя: менять темп, вводить запрещенные движения…).

Упражнения для развития пространственных представлений.

**"Телевизор".** Это упражнение аналогично предыдущему, только движения повторяются той же рукой, какой показывает ведущий (если ведущий берется правой рукой за левое ухо, ребенок тоже берется правой рукой за левое ухо).

**"Найди клад".** В комнате прячется игрушка или конфета. Ребенок должен найти ее, ориентируясь на команды ведущего (ведущий говорит: "сделай два шага вперед, один направо..." и т. п.).

Составление ребенком планов (комнаты, квартиры и т. д.).

***Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук.***

Лепка из глины и пластилина; снега; игры с песком и камушками.

Рисование или раскрашивание картинок

Изготовление поделок из природного материала: шишек, желудей, соломы и

других доступных материалов. Кроме развития мелкой моторики рук эти занятия развивают также и воображение, фантазию ребенка.

Застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков.

Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке.

Закручивание и раскручивание крышек банок, пузырьков и т. д.

Нанизывание бус и пуговиц.

Плетение косичек из ниток, венков из цветов.

Все виды ручного творчества: для девочек – вязание, вышивание, для мальчиков – выжигание, художественное выпиливание и т. д. Переборка круп,

Игры в мяч, с кубиками, мозаикой.

Ежедневно необходимо предлагать детям такие занятия!

Такая всесторонняя тренировка отлично развивает мелкую моторику рук ребенка и малыш будет хорошо подготовлен к школе, движения его руки будут более уверенные, школьные занятия будут для ребёнка не столь утомительными.

Пальчиковая гимнастика для детей дошкольников.

Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Поэтому необходимо уделять большое внимания развитию движения пальцев рук и совершенствованию мелкой моторики рук ребенка. У большинства детей с задержкой речевого развития наблюдаются отклонения в формировании тонких движений пальцев (движения неточные, нескоординированные).

.