

Развитие мелкой моторики у детей с синдромом Дауна

Развитие навыков мелкой моторики у детей с синдромом Дауна.

Когда мы говорим "мелкая моторика", мы подразумеваем движения мелких мышц кистей рук.

Мелкая моторика задействована, когда мы застёгиваем пуговицы, едим ложкой, отщипываем кусочек хлеба, пишем или перелистываем страницы, держим стакан в руках и рисуем. Короче, без развитой мелкой моторики невозможно не только формирование интеллекта, но и азов самообслуживания. Вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий. Полноценное развитие мелких движений рук обычно происходит под контролем зрения, поэтому, развивая мелкую моторику, мы развиваем и внимание, и глазомер. К тому же развитие мелкой моторики напрямую связано с формированием речи. Попробуем это объяснить простым языком:

В мозгу зоны, ответственные за развитие речи находятся рядом с речевыми зонами, поэтому, развивая моторику рук, мы способствуем прохождению импульсов через речевые зоны и так помогаем формированию связей и в речевых зонах тоже.

От рождения до полутора лет обычный ребёнок начинает активно исследовать окружающий мир, брать в руки различные предметы, совершать простые действия, учится брать небольшие легкие предметы и класть их в коробку, рисовать мелком каракули, брать руками твердую пищу и класть ее в рот, стаскивать с себя носки или шапку.

От полутора лет хват-клевши (большой палец отдельно от всех остальных) начинает меняться на более точные движения, ребёнок уже может обособлять остальные пальцы, появляются щипковые и щипотковые захваты (тремя пальцами)

Совершенствуется связь между полушариями мозга, поэтому дети начинают учиться рисовать не каракули, а линии и круги, учатся резать бумагу ножницами, снимать и надевать свободную одежду.

Ближе к трём годам мелкая моторика вступает уже в прямую связь с развитием речи. Отмечено, что если ребёнок не умеет работать с мелкими предметами (поймать бусинку, переложить зёрна из миски в миску, правильно захватить карандаш и т.п.), то его речь в 100% случаев имеет определённые моменты недоразвитости.

В норме ребёнок совершенствует вплоть до школы приобретённые навыки мелкой моторики, оттачивает точность движений. Ближе к 4 годам настает черед обучения тем видам деятельности, которые требуют более координированной работы мелких мышц и суставов кистей рук, пальцев (особенно большого) и запястий, в частности, письма. В этом возрасте ребята умеют ловко поворачивать запястье, открывая винтовые крышки, краны в ванной комнате, могут держать тремя пальцами карандаш (щепотью). Они уже достаточно уверенно пользуются ложкой, вилок, могут писать крупные буквы, рисовать простые картинки, резать бумагу ножницами вдоль нарисованной линии. Формируется хват пинцетом - ребенок совершает действия с небольшим предметом, зажимая его между большим и указательным пальцем.

Дети с синдромом Дауна имеют некоторые особенности в формировании мелкой моторики. Мелкая моторика развивается медленнее, дети очень неуклюжи, из-за чего начинается заметное отставание в развитии.

Развитие мелкой моторики у детишек-дауняток идёт с некоторыми нарушениями в связи с особенностями физиологического развития:

- имеются анатомические особенности строения кисти и запястья,
- наблюдается сниженный мышечный тонус,
- присутствует избыточная подвижность суставов, обусловленная чрезмерной эластичностью связок,
- часто встречаются проблемы со зрением, которые мешают развитию координации "рука-глаз",
- имеется недостаточная устойчивость тела, связанная с ослабленным чувством равновесия, поэтому многие движения даются с трудом.

Детям с синдромом Дауна сложно выполнять точные действия с мелкими предметами, в которых пальцы руки должны действовать согласованно и координировано. В норме большой, указательный и средний палец совершают координированные действия, а безымянный и мизинец обеспечивают необходимое устойчивое положение кисти. Поэтому изначально мы работаем с развитием кисти руки. Тут незаменимы пальчиковые

игры, массажи рук и запястий, телесоориентированные игры. Для формирования осознания того, что ручки могут работать и делать достаточно много, нужно использовать все приёмы арттерапии: рисование пальчиковыми красками, лепка из пластилина (сначала супермягкого, затем – всё твёрже, вплоть до глины). Работая с пластилином, нужно научить ребёнка катать шарики и колбаски, резать пластилиновые колбаски ножом, делать лепёшки и блинчики. Полезно раскатывать колбаски скалкой, втыкать в пластилиновый шарик спички (получится ёжик). Полезно научить ребёнка рвать полоски бумаги и с помощью взрослого делать отрывные аппликации, делать коллажи и пластилинографии. Например, из картона вырезается основа-жучок, ребёнку помогаем размазать по всей поверхности пластилин, а потом на пластилин прикрепляем зёрна – пятна. Или другой вариант: взрослый рисует на бумаге дерево, ребёнок отрывает от колбаски пластилина кусочки и прикрепляет на веточки – получились листики.

Постепенно необходимо увеличивать нагрузку на мышцы запястья, ведь когда мы выполняем точные действия, запястья, совершая необходимые движения в разных плоскостях, регулируют положение наших рук. Тут надо обратить внимание на любые вращательные и силовые упражнения. Например – сжимать рукой игрушку-пищалку, кидать мячик просто так и в цель, выполнять танцевальное движение «фонарики».

Для развития движений запястья малыш может играть в «Ладушки» и аналогичные игры. Вы можете наливать в подставленные ребёнком ладони шампунь, насыпать крупу и мелкие камушки.

Хорошо развивает запястье упражнение – катание шарика. На начальном этапе мама катает по ладонке ребёнка шарики разного размера, с пупырышками и дырочками. Потом учим ребёнка самого катать шарик по столу круговыми движениями.

Изготовьте тренажёры – ленту. На плотную трубку (например, середина рулона туалетной бумаги) наклеивается атласная лента. Учите ребёнка заматывать и разматывать ленту на основу. При этом ленты должны быть разной длины и ширины, чтобы ребёнку было интереснее.

Развитию запястья способствуют игры с пирамидками, завинчивание-отвинчивание крышек от баночек, накидывание колец на кольцеброс.

Возьмите колечко кольцеброса, научите ребёнка просовывать через колечко разные предметы, от мелких шариков до мягких игрушек и тряпочек. Научите ребёнка катать снежки или скатывать крупные шары из теста. Предложите малышу свернуть бумагу в шар.

Помогают в развитии мелкой моторики игры с водой и песком. В воду можно кидать разные по весу шарики (сделайте их сами, набив разными вещами пластмассовые коробочки из под киндер-сюрприза), потом эти шарики надо вылавливать как руками, так и ситечком. Полезно переливать воду из чашки в чашку, научить ребёнка заливать воду в бутылку с помощью воронки.

Возьмите прозрачный стакан с водой, добавьте туда комком яркую гуашь, научите ребёнка размешивать краску в стакане ложкой. Можно обыграть это упражнение – вы готовите, например, кукле лекарство.

Играя с песком, научите ребёнка пропускать песок сквозь пальцы, руками закапывать и откапывать мелкие игрушки (не лопаткой, а именно руками!), можно на песочке рисовать пальчиками, ребром ладони и всей ладонью линии, выкладывать дорожку из цветных камешков. Также научите ребёнка просеивать песочек с помощью ситечка на ручке, чтобы достать «спрятавшиеся» в песке камешки или бусинки.

Играйте как можно более разнообразно с музыкальными детскими инструментами. Советую приобрести погремушки разного веса и звучания, бубен, барабанчик, колокольчики, трещотки. Много интересных шумовых игрушек можно приобрести в музыкальных магазинах, обратите внимание на русские народные и украинские инструменты. Помогают в формировании моторики музыкальные занятия на пианино. Отмечу особо, что у детей с синдромом Дауна часто просто великолепные музыкальные способности.

Детям с синдромом Дауна нужны особые развивающие занятия с гимнастическими принадлежностями: палками, кольцами, лесенками. Но даже без специальных курсов, вы можете развивать ручки ребёнку – посадите на стульчик, дайте ребёнку схватиться ладошкой за большие ваши пальцы, а остальными вашими пальцами обхватите ручку ребёнка. Потяните к себе, чтобы ребёнок привстал. Как только ребёнок научится крепко хвататься, разнообразьте упражнение, предлагая схватиться за палку, кольца кольцеброса. Устройте шуточное перетягивание верёвочки или палочки.

Купите ребёнку игрушечный руль. Ребёнок не только будет нажимать на кнопки, но и крутить руль «как папа», отрабатывая движения запястья.

Если ребёнок уже достиг возрасте 3-4 лет, предложите ему поиграть под вашим присмотром прищепками и скрепками. Прищепки нужно прикреплять на круглую металлическую коробку из-под конфет или печенья, а потом – снимать. Для работы со скрепками приготовьте яркое пособие – из жёлтого плотного картона изготовьте рисунок-солнышко. Малыш на начальном этапе учится только снимать скрепки-лучик, которые вы заранее надели на солнышко. А на следующих этапах – уже сам надевает.