

Коченова Татьяна Сергеевна

учитель-логопед

Викторова Оксана Валериевна

учитель-логопед

Коптева Елена Викторовна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №1»

г. Белгород, Белгородская область

РОЛЬ ТОНКОЙ МОТОРИКИ РУКИ ПРИ КОРРЕКЦИИ ДИСТРАФИИ

***Аннотация:** в статье рассматривается актуальная на сегодняшний день проблема – профилактика и коррекция нарушений письма, связанных с недоразвитием моторных функций ведущей руки. Перечислены проблемы детей, поступающих в первый класс. Описана методика проведения массажа предплечья.*

***Ключевые слова:** коррекция мелкой моторики, использование зондов при развитии мелкой моторики, зонды в логопедии.*

В статье представлен один из способов развития мелкой моторики руки – зондовый массаж. Описаны приемы воздействия на мышцы предплечья.

В дошкольном возрасте ведется работа по подготовке ребенка к поступлению в школу. Уже на начальных этапах обучения в школе необходим достаточно высокий уровень развития восприятия, внимания, памяти, мышления, речи, а также достаточно хорошее развитие тонкой моторики руки.

Первоклассник встречается с различными препятствиями школьной жизни, но большая их часть связана с письмом.

Письмо – это продуктивный вид деятельности, целью которого является изложение мыслей в письменной форме. Следовательно, оно требует слаженной работы коры головного мозга, зрительного и слухового анализаторов, мышц опорно-двигательного аппарата.

Дети 6–7-летнего возраста физиологически не готовы к продолжительным нагрузкам, предъявляемыми школой, так как у них не завершены процессы окостенения.

Анализируя работу первоклассников, связанную с процессом письма, мы можем наблюдать:

- дрожание руки (тремор) – на письме это проявляется в неравномерности линий и неустойчивости графем;
- мышечную слабость – является причиной медленного письма, школьник быстро устает, а линии на письме при этом дрожащие, не плавные, ребенок не дописывает слова, предложения;
- повышенный мышечный тонус мешает контролировать движения пальцев руки, наблюдается неопрятное письмо дополнительные линии;
- нарушение разобщенности движений правой и левой руки, в результате – изменение почерка, астеничность.

Причины, вызвавшие перечисленные нарушения, могут быть различными, но очень часто требуется продолжительная, последовательная работа по развитию тонкой моторики.

В настоящее время в литературе, на просторах интернета предлагаются различные упражнения, игры, направленные на развитие мелких мышц кисти. Педагоги, родители активно включают упражнения на развитие мелкой моторики при подготовке ребенка к школе, но о том, какую первостепенную роль играет предплечье, какая серьезная нагрузка ложится на его мышцы, упоминается незаслуженно редко. Мы можем это встретить в работах М.М. Безруких, Т.Е. Хохловой, И. Макарова, Е.В. Новиковой.

К примеру, методика массажа, разработанная Новиковой Е.В. способствует укреплению мышц предплечья, отвечающих за работу пальцев рук [3].

Методика запатентована и включена в Международный реестр комплементарной медицины.

Массаж мышц правого (у правой) и левого (у левой) предплечья восстанавливает ослабленные мышцы, улучшает координацию движений рабочей руки, помогает снять излишнее напряжение, приводящее к тремору руки [3]. В итоге коррекционной работы темп письма увеличивается, а почерк выравнивается. Это позволяет школьнику не контролировать написание графем, а следить за изученными орфограммами, звуко-буквенным анализом. Ребенок с легкостью, быстро и успешно справляется с письмом. Возникает больше времени для контроля выполненной работы. Негативного отношения к учебному процессу удастся избежать.

Массажные упражнения не вызывают сложности у взрослых, а дети с удовольствием и легкостью соглашаются на эту работу. В результате воздействия нормализуется мышечный тонус, стимулируются тактильные ощущения и речевые зоны коры головного мозга.

Работая с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, мы часто слышим жалобу на усталость руки. Если мы попросим ребёнка показать то место, где ощущается усталость, то он непременно покажет место ниже локтевого сгиба – предплечье.

Если мы положим правую руку (левой – левую) на стол, а кистью левой (левой – правой) руки прижмём мышцы предплечья и в это же время «имитируем» процесс письма, то мы ощутим, что работают мышцы ниже локтевого сгиба.

Массажные упражнения рекомендуется выполнять 3 раза в день, применяя 1–2 упражнения. Длительность сеанса массажа – 30 минут. Одно упражнение выполняется 30 раз (один раз – это выполнение массажного упражнения по всей зоне массажа). Выполнив упражнение 5 раз, делаем перерыв.

Прежде чем начать выполнять массаж, необходимо, чтобы ребенок сел удобно, свободно, положив руку ниже локтя на стол. Взрослый садится напротив, либо кнаружи от ребенка со стороны массируемой руки.

Далее приступаем к подготовке мышцы к массажу – начинаем прогревание мышц. Рекомендуется использовать сухое тепло – солевую грелку, электрическую грелку, нагретое полотенце, тканый мешочек с теплой крупой. В результате такой подготовки мышцы становятся мягкими, ребенок не испытывает боли при массаже.

Затем переходим к массажу руками.

Начало массажных движений от локтевого сгиба кисти руки, продольное, прямолинейное, зондами еще и зигзагообразное и поперечное. Степень надавливания увеличивается постепенно. Выполняем поглаживающие движения кистью руки. Зажимаем большим и средним пальцами мышцу и «перетираем» ее. Зажав мышцу большим и средним пальцами, сверху нажимаем указательным пальцем. Выполняем «рубку» мышц боковой частью ладони. Воспользовавшись карандашом, поглаживаем им мышцы.

После этого уже можно приступать к усиленным, продуктивным упражнениям, выполняемыми логопедическими массажными зондами – специальными стальными инструментами, разработанными Новиковой Е.В.

При работе над коррекцией тонкой моторики руки предусмотрено использование восьми специальных зондов, которые стимулируют различные мышцы ниже локтевого сгиба. В этой работе применяются зонды: вилочковый, восьмерочка, саночки большие, средние и малые, топорик и крестовина. Воздействие осуществляется следующими методами:

1) для вилочкового зонда:

– обкол – это сокращенные, многократные, воздушные движения;

– обкол с прокачиванием. Для выполнения обкола с прокачиванием погружаем зонд на определенное место и раскачиваем его вправо, влево, назад в течение 4–6 секунд. Или: опускаем зонд в мышцу, проводим аккуратное движение по часовой стрелке. Время давления 5 секунд. Зонд не отрывать от места нажатия. Выполняя обкол, мы добиваемся активного сокращения мышц предплечья.

2) для восьмерочки:

– перетирание мышц – погружаем зонд глубоко в мышцу, выполняем движения вверх и вниз 6 раз, зонд не отрывается от места нажатия. После этого перемещаем на минимальное расстояние и воздействуем на следующую часть мышцы. Это упражнение позволяет глубже воздействовать на мышцу, в результате чего она энергично работает.

3) для саночек больших, средних и малых:

– скольжение по мышцам в разном направлении, это стимулирует мышцу активно работать. Логопедические зонды созданы так, что ими работать можно как одной, так и другой стороной. На одной стороне мы видим две точки соприкосновения с рабочей зоной, на другой – три. Кроме того, допускается использование верхней части для надавливания на мышцу.

4) для топорика:

– «рубка» мышц;

– скольжение (имитация процесса бритья). Под действием нажатия нормализуется тонус мышц, возрастает их сократительная способность, увеличивается подвижность. В процессе массажа силу нажима можно варьировать, все зависит от состояния мышц: чем ниже тонус, тем интенсивнее должно быть нажатие и наоборот. Надавливающие движения частые, интервалы между ними короткие. Время надавливания 5 секунд. Скольжение улучшает эластичность, упругость мышц, снимает напряжение.

5) для крестовины:

– надавливающие движения (время давления 5 секунд);

– пружинистые, возвратные движения вперед-назад (прокачивание), сделав 5–6 движений в одной точке, передвижение зонда на небольшое расстояние и массажирование следующего участка;

– надавливающие круговые движения вправо-влево (вкручивание зондов) время давления 5 секунд.

6) для толкачика:

– нажатие – время давления 5 секунд;

– нажатие с прокачиванием (устанавливаем зонд на мышцу и прокручиваем с нажимом по часовой стрелке в течение 5 секунд). Интенсивность нажатия напрямую зависит от состояния мышц.

Таким образом, представленная удивительная методика открывает новые возможности перед логопедами, дефектологами, родителями и позволяет помочь преодолеть и предотвратить нарушения письма. В результате мы можем наблюдать положительное отношение к процессу обучения!

Список литературы

1. Бадалян Л.О. Невропатология. – М.: Просвещение, 1982.
2. Безруких М.М. Как писать буквы / М.М. Безруких, Т.Е. Хохлова. – М.: Новая школа, 1994.
3. Новикова Е.В. Зондовый массаж: коррекция тонкой моторики руки. – М.: Гном и Д, 2004.
4. Основы теории и практики логопедии / под ред. Р.Е. Левиной. – М.: Просвещение, 1968.
5. Тонков В.Н. Учебник анатомии человека. – Т. 1. – Л.: Медгиз, Ленинградское отделение, 1946.
6. Хватцев М.Е. Логопедия: пособие для студентов педагогических институтов. – 4-е изд. – М.: Учпедгиз, 1951.