

Игры и упражнения для развития мелкой моторики у детей с синдромом Дауна.

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 «застывание» на ладонных формах захвата, может наблюдаться захват без участия большого пальца, пинцетный захват может производиться большим и средним пальцами, сила захвата снижена.

Игры и упражнения для развития мелкой моторики.

Наиболее простые и эффективные игры для развития мелкой моторики:

1. Массаж ладошек

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)

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

