

Вот такие наши руки!

Осязание – важнейший источник информации о пространстве и об окружающем нас мире. Это один из видов восприятия, обеспечивающий жизнедеятельность человека, адаптацию и приспособление к изменяющимся условиям окружающей среды.



Осязание тесно связано с мелкой моторикой. В ходе ощупывания предметов совершается огромное количество разнообразных микродвижений пальцев рук. Благодаря активным ощупывающим движениям человек определяет величину, контуры и форму предмета, текстуру и температуру поверхности, пространственные взаимоотношения частей – он словно «снимает слепок» с предмета, и в результате у него формируется целостный образ объекта.

Тактильные игры играют огромную роль в жизни дошкольника:

- они тренируют такие свойства мелкой моторики, как ловкость, синхронность, быстрота, гибкость, координированность;
- стимулируют речевое развитие;
- несут терапевтический эффект (успокаивают, положительно влияют на эмоциональное состояние);
- способствуют повышению концентрации внимания, сосредоточенности, усидчивости;
- формируют наглядно-действенное мышление.

Предлагаем Вашему вниманию подборку игр и упражнений, которые помогут ребёнку в становлении осязательных функций.

Формирование представлений о строении и возможности руки

- Прежде всего, познакомьте ребёнка с каждым пальчиком и его названием, рассмотрите ладошку – морщинки, бугорки, линии на ней, рисунок на кончиках пальцев.

- Обратите внимание малыша на то, что у детей и взрослых разные по величине и форме руки. Рассмотрите, сравните руки мамы, папы, бабушки... Обведите ваши ладошки на листе бумаги. Можно ладошки разукрасить, вырезать, разместить на стене, использовать как подставки и т.п.

- Попросите ребёнка закрыть глаза и прикоснуться пальцами одной руки к ладони другой, погладить каждый пальчик.

- Предложите ребёнку испытать различные ощущения – положите на любую поверхность указательные пальчики ребёнка и надавите на них,



потрите указательные пальчики друг о друга, легко постучите по подушечкам пальцев. Попросите ребёнка описать свои ощущения.

- Попробуйте выполнять различные действия всей рукой и каждым пальцем в отдельности: дотронуться до игрушки указательным пальцем, погладить мягкую игрушку всей рукой, собрать палочки двумя пальцами (указательным и большим), застегнуть пуговицу тремя пальцами (указательным, средним и большим); нажать на клавишу детского пианино каждым пальцем поочередно и т. п.

- Побеседуйте – что умеют делать наши руки? что могут чувствовать руки?

- Поиграйте в игру «Без рук» – спрячьте руки за спину и попробуйте выполнить разные действия (поднять с пола игрушку, почистить зубы, надеть панамку...). Что у вас получилось?

- Спросите ребёнка – чего ты можешь касаться? а можно ли прикоснуться к Луне или звёздам? можно ли дотронуться до грома? и т.д.

- Научите ребёнка разным формам рукопожатия. Люди пожатием рук приветствуют друг друга. Можно показать малышу разнообразные формы рукопожатий. Попробуйте пожимать друг другу руку с разным нажатием – например, «Нежное пожатие», «Сильное пожатие», «Успокаивающее пожатие» и т. д.

- Раскрасьте разными красками каждый пальчик – получится разноцветная ладошка!



Формирование представлений о сенсорных эталонах – форма, величина, осязательные признаки

Пожалуй, это самые распространённые игры, знакомые многим родителям – «Узнай на ощупь предметы в волшебном мешочке», «Выбери на ощупь круглые игрушки», «Найди на ощупь мячики одного размера», «На ощупь отыщи металлические предметы», «Разложи в 2 коробочки мягкие и твёрдые предметы» и т.д. Предлагаем несколько подобных игр.

- Покажите ребёнку несколько предметов парами (2 вилки, 2 карандаша, 2 ложки...). По одному предмету из пары положите в бумажный пакет. Предложите ребёнку на ощупь, не заглядывая внутрь, пошарив рукой в пакете, найти 2-й предмет из пары.

- Попросите ребёнка пройтись по комнате, осмотреться и дотронуться только до мягких предметов (только до холодных, только до тёплых, только до гладких, только до шершавых предметов...). Можно сосчитать – сколько таких предметов он нашёл?

- Устройте для ребёнка Уголок прикосновений – разместите там предметы для ощупывания и описания свойств (кусочки меха, наждачную бумагу, вату, камешки, листочки, шерстяные клубочки, кусочки ткани, деревянную ложку, щётку и т.д.). Вы можете по очереди рассказывать – что ощущают руки? на что это похоже?



- Возьмите носочки. В каждый спрячьте по одному предмету (деревянный кубик, монетку, карандаш...). Предложите ребёнку пощупать каждый носок и нарисовать, что в нём спрятано. Достаньте предметы и проверьте – правильно ли выполнено задание.

- Познакомьте малыша с разными материалами, из которых изготавливают предметы – пластмасса, резина, дерево, металл, ткань, бумага... Вместе попробуйте описывать игрушки из разных материалов, подбирая как можно больше слов-признаков – какие они на ощупь? (пушистая, приятная, мягкая, нежная, пупырчатая, ласковая, скользкая, гладкая, колючая, неприятная, грубая, холодная и т.д.). Кто больше слов придумает – тот победил.

- Оберните игрушки бумагой, фольгой, тканью, пластиковой плёнкой. Попросите ребёнка распаковать «подарки». По мере того, как он открывает предметы, поговорите с ним об его ощущениях.

- Во время прогулки пусть ребёнок прикасается к различным природным объектам – веточки, травка, цветы, дорожка из песка, стена дома, кора дерева, листья и т.д. Обязательно просите его находить слова для описания своих ощущений!



Развитие осязания посредством предметно-практической деятельности

В домашних условиях Вы можете организовать деятельность малыша с самыми разными предметами:

- Растягивание резиночек, пружинок
- Игры с прищепками
- Запускание волчков
- Закручивание и откручивание крышек на банках, бутылочках
- Наматывание нитей в клубочек
- Застёгивание и расстёгивание пуговиц, застёжек-липучек, застёжек-молний
- Резание ножницами
- Рисование (пальчиковыми красками, мелками на асфальте, палочкой на песке...)
- Раскрашивание предметов с разной текстурой – гофрированная бумага, пенопласт, деревянные пластинки и т.д.
- Лепка (из пластилина, глины, теста, кинетического песка и т.д.)
- Конструирование
- Сжимание мыльных пузырей
- Надавливание на пузырьки «пупырчатой» плёнки
- Разрывание бумаги на мелкие кусочки
- Перебирание пуговиц
- Разглаживание пальчиками смятого платочка



• Проталкивание маленьких игрушек внутри лежащего на столе прозрачного пакета с наполнителем (фасоль или горох) надавливанием пальчиков – от одного края пакета к другому.

Фантазируйте смелее! И включайтесь в практическую деятельность вместе с ребёнком!



Массаж пальцев рук



Для того, чтобы работоспособность рук была хорошей, необходимо следить за тем, чтобы руки вовремя отдыхали, а это достигается массажем. Кроме этого, с помощью массажа ребёнку предоставляются разнообразные тактильные ощущения.

Погладьте каждый пальчик, разотрите, «пробегите» лёгкими нажимающими движениями по всей его длине, сожмите ногтевые фаланги поочерёдно на каждом пальчике...

Пальчиковые игры

Пальчиковые игры составляют основу для тренировки изолированных движений каждого пальца (поочерёдное сгибание и разгибание).

Следует помнить: при выполнении всех видов ручной деятельности используются в основном движения первых трех пальцев, тех, что постоянно активны в быту и в общении. Большой, указательный и средний пальцы составляют «социальную зону руки». Два последних пальца – безымянный и мизинец – в повседневной деятельности обычно пассивны. Но в пальчиковых играх они обязательно должны быть задействованы!

Посадите малыша на колени и играйте вместе с ним.

Вот кудрявая овечка.

– погладить тыльные стороны ладоней

Шёрстка белая в колечках.

– сделать колечки б. и указ. пальчиками

В этой шёрстке очень жарко!

– потереть ладошку о ладошку

Дай мне шёрстки, коль не жалко.

– ладони вверх, «попросить» пальчиками

Ножницы сейчас возьму

– имитировать стрижку б. и указ пальцами

И колечки состригу!

– сделать колечки б. и указ. пальчиками

Варежки себе свяжу.

– обхватывать ладонью другую ладонь

Игры с природными материалами (песок, вода, крупы, плоды, ракушки и т.д.)

Природные материалы – не просто средство развития осязания. Это «лечебные» среды, вызывающие у ребёнка интерес, удовольствие, расслабление, успокоение. Почаще позволяйте малышу подобные игры!

• Насыпать пальчиками на горизонтальной поверхности «дорожки» разной формы и разной длины из любой крупы (греча, рис, манка) или бобовых (горох, чечевица, фасоль, бобы).

- Находить в контейнере с песком (опилками, фасолью, ягодками, мелкими камешками, ракушками) «сокровища» – мелкие игрушки, бусинки и т.д. Малыш погружает кисти рук в наполнитель, перебирает его, перемещает руку в «сухом бассейне», на ощупь находит предмет и узнаёт его. Позвольте ребёнку копаться там руками, ворошить, пересыпать из руки в другую руку или из одной ёмкости в другую.



- Играть в песочнице с песком: прикасаться к песку ладонками и тыльной стороной руки; набирать его в руки, пропускать сквозь пальцы, ощущая его тепло или прохладу, сухость или влажность; оставлять отпечатки ладонек на песке; ползать руками змейкой по песку, делать круги и волны; рисовать на песке пальчиками, палочками; закапывать игрушки, камешки, потом их находить; просеивать через сито; моделировать дороги, дома, различные ландшафты и населять их игрушками.

Желаем Вам радостных минут общения с Вашим малышом!



Кузнецова Алена Анатольевна,
учитель-дефектолог детского сада № 51 «Лесовичок».