

Ćwiczenia małej motoryki przez zabawę

Ćwiczenia małej motoryki to podstawa niesamowicie istotna nie tylko ze względu na przyszłą naukę pisania, ale również ze względu na mowę! Mózgowe ośrodki odpowiedzialne za ruchy języka blisko sąsiadują z tymi, odpowiedzialnymi za precyzyjne ruchy dłoni. Potwierdza to również praktyka, zarówno pedagogiczna jak i logopedyczna – stymulowanie małej motoryki jest nie do przecenienia.

Ćwiczenia małej motoryki są niezbędne dla prawidłowej mowy dziecka – stymulują ją i wspierają terapię, szczególnie przy opóźnionym rozwoju mowy.

Dzieci z opóźnionym rozwojem ruchowym często wykazują deficyty w obszarze ruchów precyzyjnych. Niemówiący maluszek nie radzi sobie z trzymaniem łyżki, starszak z opóźnionym rozwojem mowy często z trudem mierzy się z wycinaniem, kreśleniem znaków literopodobnych, tworzeniem wydzieranek. Różnym zaburzeniom mowy towarzyszą nieprawidłowe wzorce ruchowe, itp. Tak też – to nie magia i nie czary. Wspieraniem małej motoryki to nie nowomoda na terapię ręki. To ma sens i ma swoje potwierdzenie w neurologii.

Ćwiczenia małej motoryki to niezbędny krok dla rozwoju czynności samoobsługowych.

Ćwiczenia małej motoryki bazują na tym, czego wymaga od nas codzienność. Nawlekanie koralików to pierwszy krok dla wiązania butów i zapinania guzików, wyszywanki – tak samo. Układanie mozaiek, puzzli typu in-out, klocków manipulacyjnych o różnych kształtach – to wszystko ćwiczy na swój sposób banalną umiejętność. Jaką? Chwytywanie drobnych przedmiotów, podnoszenie zabawek z dywanu, układanie przedmiotów na miejsce, a później chwytywanie kredki czy długopisu.

Ćwiczenia małej motoryki to pierwszy stopień przyszłej nauki pisania

Jeśli chcemy, by sześciolatek pięknie kreślił pierwsze litery, trzylatek powinien sprawnie nawlekać koraliki. Z jednej strony ćwiczenia małej motoryki doskonałą precyzję, sprawiają, że ruchy dziecka stają się bardziej dokładne. To ważne! Nie trudno dostrzec jak ogromnej precyzji wymagać będzie kreślenie liter. Z drugiej strony to pewnego rodzaju profilaktyczne fizjoterapia dłoni – mięśnie pracują z odpowiednim napięciem, przyzwyczajają się do samokontroli, dzięki czemu unikniemy w przyszłości nadmiernej męczliwości podczas pisania i wykonywania różnego typu prac plastycznych.

Ćwiczenia małej motoryki – jak?

Odpowiedź jest prosta – przez zabawę. To bardzo ważne, by dziecko podczas tego co robi czuło się bezpiecznie i komfortowo. Dlaczego? Po pierwsze – intuicja słusznie podpowiada nam, że tak ma być. Po drugie – ćwicząc cokolwiek nie możemy powodować deficytów w obszarach emocjonalnych. Nic tak nie psuje i nie niszczy odbioru świata przez dziecko jak chaos, przymus i zmęczenie. “Wypalone dzieci” to realne zagrożenie. Nasze dzieci jeszcze wiele, wiele lat przepracują. Niech póki mogą – bawią się i czerpią niekwestionowaną przyjemność ze wszystkiego co robią.

Ćwiczenia małej motoryki – przykłady

Możesz wykonywać je z dzieckiem w domu. Ćwiczenia należy dobierać zależności od wieku i upodobań dziecka oraz od “poziomu zaawansowania”.

Ćwiczenia małej motoryki – proste zabawy to powinny potrafić już 2,5 – 3latki.

Puzzle typu in-out – takie z chwytakiem lub wypustką na paluszka. Przy okazji doskonałą percepcję wzrokową!

Klocki manipulacyjne – te, którymi trzeba trochę pomanewrować nim trafią na swoje miejsce.

Układanie budowli z klocków – proste i bardzo potrzebne, dodatkowo wspieramy wyobraźnię przestrzenną i intuicję geometryczną dziecka.

Nawlekanie koralików na druciki – to prostsze niż nawlekanie na sznurek. Drucik nie ucieka. Starsze dzieci mogą tworzyć z nich ciekawe kształty!

Ćwiczenia małej motoryki – poziom wyżej! to dobre ćwiczenia dla 3,5-5 latków

Dopasowywanie kształtów typu twist z zamkniętymi oczami – wystarczy wykorzystać klocki manipulacyjne (takie jak te powyżej) i zawiązać dziecku oczy, to już nie lada sztuka!

Nawlekanie koralików – kolorowe sznurki i koraliki sprawią, że ta zabawa będzie bardzo atrakcyjna dla dziecka. Można próbować też nakładać je z zawiązanymi oczami – to wyzwanie!

“Przybijanki” – dzieci – naprawdę czują emocję przybijając te pinezkowe gwoźdźki!

Mozaiki – na rynku jest ich całe mnóstwo! Drewniane, plastikowe, sześcienne, z drobnymi koralikami, z koralikami do wciskania w wypustki. Każda z nich nieco różni się poziomem – warto wypróbować kilka;

Wycinanie prostych wzorów, rysowanych linii i fal:

Ćwiczenia małej motoryki wymagające precyzji:

Warto ćwiczyć już wcześniej, ale najwięcej radości z poniższych ćwiczeń będą miały 5-6latki

kolorowanki, wydzieranki, wycinanki, wyklejanki; kreślenie wzorów, szlaczków, kalkowanie;

tworzenie prac według wzoru z nietypowych mas plastycznych, malowanie farbami na różnych

fakturach; nawlekanie drobnych koralików; szycie, wyszywanie; wiązanie butów; tworzenie biżuterii;

lepienie z plasteliny i ciastoliny; gra na instrumentach; gry zręcznościowe na konsolle. Wiele z nich

wymaga naprawdę sporej zręczności!