

Motoryka mała

Metody i formy terapii doskonalenia motoryki małej



Spis treści

WSTĘP	5
ROZWÓJ SPRAWNOŚCI MANUALNEJ DZIECKA W WIEKU PRZEDSZKOLNYM	5
Orientacyjne umiejętności w poszczególnych okresach rozwoju dziecka w wieku przedszkolnym	6
Symptomy zakłóceń motoryki małej.....	7
Rola dotyku w rozwoju motoryki małej	8
TERAPIA RĘKI	9
Etapy rozwoju funkcjonalnego ręki wg Bartkiewicz, Giczewskiej.....	9
Metody i formy pracy wykorzystywane w terapii ręki.....	10
SPRAWNOŚĆ MOTORYKI MAŁEJ DZIECKA LEWORĘCZNEGO	16
Zasady pracy z dzieckiem leworęcznym	17
Wybrane pozycje literatury dotyczącej rozwoju motoryki małej.....	19
PROPOZYCJE SCENARIUSZY I KART PRACY DO WYKORZYSTANIA W ZAJĘCIACH ROZWIJAJĄCYCH MOTORYKĘ MAŁĄ	
SCENARIUSZE	20
Scenariusz nr 1 – Technika malowania dziesięcioma palcami – Finger painting Zaczarowane paluszki	20
Scenariusz nr 2 – Ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne z elementami terapii ręki Zabawy wesółych rybek.....	23
Scenariusz nr 3 – Ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne z wykorzystaniem technik plastycznych Z wizytą u pana motylka	26
KARTY PRACY	32

WSTĘP

Ręka jest zewnętrznym mózgiem człowieka.

Immanuel Kant

Rozwój małej motoryki zawiera się w całościowym rozwoju psychomotorycznym dziecka. Określenie to odnosi się głównie do czynności związanych z użyciem dłoni oraz palców, a także koordynacji tych czynności za pomocą wzroku. W trakcie rozwoju dziecka funkcja ta ewoluuje, osiągając coraz większy poziom sprawności. Ruchy dłoni i palców dziecka stają się coraz bardziej precyzyjne, dzięki czemu może ono wykonywać złożone i skomplikowane czynności. Początkowo dzieci manipulują przedmiotami, by następnie nabywać umiejętność posługiwania się nimi.

Dziecko rozwija motorykę małą podczas działania. Jej poziom nie jest uwarunkowany jedynie wrodzonymi predyspozycjami, ale zależy również od rodzaju, częstotliwości i systematyczności wykonywanych ćwiczeń.

Podstawowymi umiejętnościami rozwijanymi podczas doskonalenia motoryki małej są: kontrolowane ruchy rąk i palców, chwytanie przedmiotów jedną ręką bez pomocy, manipulowanie nimi w celu wykonania zadania, skoordynowane używanie obydwu rąk.

Każda czynność wykonana przy pomocy palców i dłoni ćwiczy i doskonali sferę rozwoju motorycznego. Dlatego dzieci, którym umożliwia się jak najwcześniej samodzielne zdobywanie doświadczeń poprzez wykonywanie codziennych czynności, osiągają wyższy stopień sprawności motorycznej, stają się bardziej samodzielne, a co za tym idzie: bardziej pewne siebie i ufne we własne siły. Dlatego dużą rolę w tym procesie odgrywa postawa dorosłych, którzy niejednokrotnie spieszą z pomocą dziecku, wyręczając je i pozbawiając możliwości naturalnego treningu.

ROZWÓJ SPRAWNOŚCI MANUALNEJ DZIECKA W WIEKU PRZEDSZKOLNYM

U dzieci 3- i 4-letnich najsprawniej funkcjonują duże grupy mięśniowe ramion i barków. Dzieci w tym wieku cechuje powolność ruchowa i niski poziom sprawności manualnej związany z małą sprawnością mięśni dłoni i palców. Słaba koordynacja wzrokowo-ruchowa powoduje, iż 3- i 4-latki są mało precyzyjne w działaniu, a w ich działanie angażuje się całe ciało, wykonując wiele zbędnych ruchów, niepotrzebnych do wykonania danej czynności. Trudność w panowaniu nad własnymi ruchami jest również spowodowana przewagą procesów pobudzania nad procesami hamowania.

Systematyczne usprawnianie jest możliwe dzięki dostarczaniu dziecku okazji do wielostronnego i swobodnego ruchu. Zmiana pod względem ogólnej sprawności ruchowej następuje u dzieci na przełomie 4. i 5. roku życia. W tym czasie znacząco zwiększa się potrzeba ruchu, a także wzrasta zdolność do wysiłku. Ponadto jest to okres intensywnego kostnienia wielu elementów szkieletu, między innymi tkanki nadgarstka. Dzięki temu znacznie wzrasta zręczność posługiwania się dłońmi. Poza tym znacznie wzmacnia się muskulatura mięśni dłoni i palców.

Pięciolatki opanowują wiele ruchów wymagających dużej precyzji. Znacznie poprawia się koordynacja wzrokowo-ruchowa i orientacja w przestrzeni wiążąca się z ze wzrastającą pamięcią ruchową.

Dzieci lepiej orientują się w kierunkach, mają dobrze rozwinięte umiejętności związane z samoobsługą, dzięki czemu ich ruchy stają się szybsze, bardziej pewne i precyzyjne.

W końcowym okresie wieku przedszkolnego dzieci osiągają wysoki poziom zręczności, płynności i elastyczności motorycznej.

O wysokim stopniu sprawności ruchów świadczy umiejętność ich przewidywania, polegająca na wcześniejszym przyjęciu odpowiedniej pozycji ciała czy ustawieniu ręki do czynności mającej dopiero nastąpić.

U dzieci rozwija się dokładność wykonywania wielu skomplikowanych czynności rąk. Wykazując dużą precyzję jednocześnie potrafią wiele z nich wykonać poza kontrolą wzroku. Opanowują szereg schematów ruchowych, w których płynnie łączą poszczególne czynności.

Orientacyjne umiejętności w poszczególnych okresach rozwoju dziecka w wieku przedszkolnym

Trzylatek:

- rysuje pionową i poziomą linię prostą, krzyżyk oraz koło;
- buduje wieżę z ośmiu elementów;
- odwzorowuje konstrukcje przestrzenne i płaskie, np. mosty, pociągi, dywaniki;
- rozbiera się samodzielnie oraz zakłada niektóre części garderoby: kapcie, spodnie;
- posługuje się łyżką, widelcem oraz kubkiem;
- samodzielnie wykonuje podstawowe czynności higieniczne (korzysta z toalety, myje twarz i ręce, wyciera się ręcznikiem);
- nawleka na sznurek lub linkę duże korale;
- dopasowuje klocki różnego kształtu do odpowiednich otworów;
- rysuje postać człowieka w formie głowonoga;
- lepi z plasteliny według wzoru obwarzanek lub rogalik.

Czterolatek:

- odwzorowuje podstawowe kształty, poza kołem i krzyżykiem rysuje kwadrat i prostokąt;
- coraz sprawniej rysuje po śladzie;
- rysuje w ograniczonym polu;
- zamalowuje powierzchnię kartki, przy czym wykonanie tego zadania nie jest zbyt precyzyjne;
- wykonuje samodzielnie i bardziej precyzyjnie znacznie więcej czynności, tj: mycie zębów, buzi, czesanie, rozbieranie się i ubieranie;
- rysuje proste szkice na określony przez nauczyciela temat;

- rysuje postać człowieka w formie głowotułowia, rysuje prosty schemat człowieka (co najmniej cztery elementy ciała, pojawia się tułów)
- potrafi przeciąć kartkę nożyczkami;
- lepi z plasteliny proste kształty tematyczne; piłki, bałwanki, grzybki.

Pięciolatek:

- w pełni opanowuje czynności samoobsługowe (łącznie z zapinaniem i odpinaniem guzików; sześciolatek potrafi zasznurować buty na kokardkę);
- tworzy rysunki tematyczne o większej liczbie szczegółów, które można zidentyfikować;
- ruchy dłoni są precyzyjne (drze papier na drobne kawałki i przykleja w określonym miejscu);
- ma prawidłowo ukształtowany chwyt pisarski (chwyt trójpalcowy – dziecko trzyma ołówek między palcem wskazującym a kciukiem i opiera na palcu środkowym);
- sprawnie posługuje się nożyczkami, tnie papier po liniach prostych i falistych, wycina kształty;
- potrafi kolorować w konturze bez wychodzenia za linie;

Zawsze jednak musimy pamiętać, iż każde dziecko to odrębna jednostka, która ma swój indywidualny tok rozwoju. Może się zdarzyć, że odbiega on od ogólnie przyjętych kanonów.

Symptomy zakłóceń motoryki małej

- opóźniony rozwój praktyki;
- trudności (obniżone tempo lub precyzja) występujące podczas wykonywania czynności samoobsługowych: mycia, ubierania się, jedzenia;
- nadmierne napięcie mięśniowe, zbyt silny nacisk narzędzia pisarskiego na kartkę, rysowanie grubych linii, częste darcie kartki, gniecenie, łamanie kredek, w rysunkach przewaga linii prostych, pogrubionych, dużo rzadziej występują linie faliste;
- wykonywanie ruchów mało płynnych, gwałtownych, mało precyzyjnych, nie tylko podczas rysowania, ale również podczas wykonywania innych czynności życia codziennego;
- obniżone napięcie mięśniowe: rysowane linie są cienkie, mało widoczne, nierówne, przewaga rysunków małych i drobnych, zbyt mała siła do wycinania nożyczkami, słaba chwytliwość palców, częste wypuszczanie przedmiotów z rąk;
- zaburzona koordynacja obu rąk, ręce nie współdziałają, preferowanie posługiwania się jedną ręką, druga wręcz przeszkadza;
- trudności w nabywaniu automatyzmów ruchowych, zwolnione nabywanie wprawy w czynnościach ruchowych;
- obniżone tempo wykonywania czynności manualnych;
- niski poziom sprawności grafomotorycznej.

Obserwując zaburzenia motoryki małej, należy wziąć pod uwagę następujące aspekty:

1. Ogólny obraz dziecka – jego sposób poruszania się, napięcie mięśniowe, postawa, preferowane pozycje, w jakich przebywa podczas zabawy.
2. Wzorce postawy i ruchu – kontrola głowy, ułożenie i kontrola barków i tułowia, występowanie symetrii i asymetrii, przykurczy i deformacji, współruchów.