

КИСТЬЮ И ПАЛЬЧИКОМ: КАК ИЗОБРАЗИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ РАЗВИВАЕТ МЕЛКУЮ МОТОРИКУ У ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА

Ирина Александровна Фролова,

психолог отделения психологической помощи (в том числе социально-психологической и профессиональной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов, сектор «Сопровождаемое проживание инвалидов») БУ «Сургутский многопрофильный реабилитационный центр для инвалидов», г. Сургут, irinka_super@rambler.ru

Аннотация: статья посвящена изобразительной деятельности, которая рассматривается как эффективный инструмент для развития мелкой моторики у детей с синдромом Дауна. Рисование кистью и пальчиковая живопись представляются не только как методы коррекции двигательных нарушений, но и также как важные элементы когнитивного стимулирования, самовыражения и социализации ребенка. В работе предложены методические рекомендации по организации адаптивных художественных занятий.

Уже на самых ранних стадиях развития ребенка контакт со средой осуществляется посредством движения. Неуклюжие, но настойчивые попытки перевернуться, ползти, встать – так младенец изучает границы своего тела и возможности взаимодействия с пространством. Формирование мелкой моторики начинается в младенчестве с хватательных рефлексов и постепенно совершенствуется через игру и исследование окружающего мира. Процесс развития происходит поэтапно. Ребенок тянется к предметам, хочет потрогать, поиграть, перекладывает из руки в руку, координируя движения рук и глаз, – это нормальный детский интерес и первые этапы развития мелкой моторики у ребенка. Постепенно движения становятся более точными, скоординированными и быстрыми, позволяя выполнять сложные задачи. Навыки мелкой моторики формируются в рамках общего развития ребенка и тесно переплетены с другими областями, такими как подвижность, когнитивное и социально-эмоциональное развитие. Качество навыков мелкой моторики, стабильность контроля движений и координация напрямую влияют на осмысленное исследование окружающего мира и развитие внимания.

У детей с синдромом Дауна развитие всех процессов происходит медленнее, чем у типично развивающихся детей. Это в полной мере относится

к развитию мелкой моторики, играющей важную составляющую общего развития и формированию навыков самообслуживания, речи и когнитивных функций.

У «солнечных» детей часто наблюдается гипотонус мышц, в том числе в руках и пальцах, что затрудняет выполнение точных и координированных движений, имеются анатомические особенности строения кисти и запястья, часто встречаются проблемы со зрением, которые мешают развитию координации «рука – глаз», имеется недостаточная устойчивость тела, связанная с ослабленным чувством равновесия, поэтому многие движения даются с трудом. Захват предметов, переключивание их из руки в руку, рисование и другие подобные действия требуют значительных усилий и могут вызывать быструю утомляемость. Детям с синдромом Дауна сложно выполнять точные действия с мелкими предметами, в которых пальцы руки должны действовать согласованно и координированно. Таким образом, навыки мелкой моторики складываются в результате множества умений, которые ребенок постепенно осваивает, а они определенным образом тренируют его мышцы и нервную систему, постепенно позволяя нарабатывать все более точные и тонкие движения. Ранняя диагностика и последовательная коррекционная работа помогают компенсировать задержку в развитии мелкой моторики, улучшить качество жизни и социальную адаптацию ребенка.

Нейропластичность мозга, особенно в раннем возрасте, огромна. И одним из самых эффективных, естественных и мотивирующих «тренажеров» для пальчиков и всей сенсомоторной системы является изобразительная деятельность. Она превращает необходимые, но зачастую скучные упражнения, в увлекательную игру, полную красок и открытий. Занятия строятся таким образом, чтобы дети, используя имеющиеся у них возможности, могли участвовать в творческом процессе и получать от него удовольствие. Занимаясь рисованием, дети учатся контролировать силу нажима, выносливость, точность движений, координацию руки и глаза. Деятельность способствует развитию воображения, творчества,

самовыражения. Используются материалы с различной фактурой, что позволяет расширить сенсорный опыт. Кроме того, во время занятий увеличивается время сохранения внимания, формируется умение выполнять цепочку последовательных действий, растёт мотивация к деятельности. Постепенно дети понимают, что результат их работы ценится, а умения накапливаются.

Работа психолога строится последовательно, от простого к сложному, с обязательным учётом индивидуальных возможностей ребёнка.

1. Подготовительный этап «Знакомство с миром материалов».

Цель: снижение тактильной гиперчувствительности, формирование интереса.

Процесс:

- рисование ладонями и ступнями: использование безопасных пальчиковых красок или гуаши на большом листе. Это даёт массирующий эффект, улучшает тактильное восприятие и не требует точных движений;

- игры с тестом и мягким пластилином: разминание, отщипывание, вдавливание в него семян, фасоли. Идеально для укрепления ладони;

- изготовление аппликации из крупных деталей: наклеивание готовых фигур из цветной бумаги, ваты, ткани с помощью клея-карандаша (его проще держать) или клея ПВА, который наносит взрослый.

2. Основной этап «Осваиваем инструменты».

Цель: развитие дифференцированных движений пальцев, формирование правильного захвата.

Процесс:

- освоение кисти:

использование толстых, коротких кистей (круглых и плоских);

отработка захвата: сначала всей ладонью («как молоток»), затем – постепенно смещается хват к кончикам пальцев;

выполнение упражнений: «Заборчик» (широкие вертикальные линии), «Дождик» (короткие штрихи), «Клубочки» (спиралевидные движения).

- Освоение карандаша и фломастера:
использование трёхгранных карандашей и фломастеров с прорезиненными насадками для правильной постановки пальцев;
выполнение упражнений: «Дорожки» (ведение линии между двумя границами), «Точки», «закрашивание» крупных контуров.
- Освоение техники лепки:
раскатывание колбасок и шариков между ладонями, а затем между ладонью и столом;
соединение деталей, сплющивание, создание простых фигур (бублик, яблоко).



3. Этап закрепления и творчества «Я – художник!».

Цель: автоматизация навыков, развитие зрительно-моторной координации и творческого воображения.

Процесс:

- использование смешанных техник: сочетание рисунка и аппликации (нарисовал траву, приклеил цветок);

- применение нетрадиционных техник: печать штампами из картофеля, поролона; рисование губкой; техника «набрызг» через зубную щётку (развивает щепоть);

- создание сюжетных работ: совместное рисование или лепка по простой теме («Аквариум», «Осеннее дерево»). Важна не фотографичность, а процесс и удовольствие.



Упор на изобразительную деятельность даёт мультипликативный эффект:

- познавательное развитие: изучение цветов, форм, размеров, пространственных понятий (верх – низ);

- речевое развитие: обогащение пассивного и активного словаря (названия материалов, действий, признаков). Обсуждение процесса и результата;

- эмоционально-волевое развитие: формирование умения доводить начатое до конца, радость от достижения цели, снижение тревожности через творческое самовыражение;

- социальное развитие: совместная деятельность со взрослым или сверстниками учит взаимодействию, следованию простым правилам.

Рекомендации для специалистов и родителей:

1. Принцип «Успеха». Любой результат – это успех. Не исправляйте «неправильно» нарисованные линии, цените сам процесс.
2. Дозированность. Занятия должны быть короткими (10–20 минут), но регулярными, чтобы не вызвать утомления.
3. Адаптация материалов. Используйте мольберт или рисуйте на стене – это помогает правильно поставить руку. Закрепляйте лист бумаги скотчем. Применяйте ножницы с пружинкой или адаптивные тренажёры для лепки.
4. Игровой контекст: «Поможем зайчику нарисовать дорожку к дому», «Налепим конфет для куклы».
5. Похвала и демонстрация. Обязательно выставьте работу на видное место, покажите её близким. Это формирует положительную самооценку и мотивацию.

Изобразительная деятельность для ребёнка с синдромом Дауна – это не столько обучение рисованию, сколько уникальный канал развития. Через мазки краски, пластилиновые шарики и бумажные аппликации оказывается системное и бережное воздействие на моторные, когнитивные и эмоциональные центры его мозга. Это путь, где каждый штрих имеет значение, а главным результатом становится не идеальная картина, а растущая уверенность маленького человека в своих силах и безграничных возможностях для самовыражения.

Рисование в различных его проявлениях является мощным инструментом в развитии мелкой моторики у детей с синдромом Дауна. Каждое занятие способствует укреплению мышц рук, улучшению координации движений и развитию зрительно-моторной координации. Подход к занятиям должен быть индивидуальным и учитывать особенности каждого ребенка. Доброжелательная атмосфера, индивидуальный подход, вера в возможности каждого ребенка способствуют раскрытию его потенциала и стимулируют стремление к развитию. Важно помнить, что каждый ребенок уникален и требует особого внимания и подхода.

Регулярные занятия изобразительной деятельностью не только способствуют развитию мелкой моторики, но и оказывают положительное влияние на общее развитие ребенка с синдромом Дауна. Они помогают улучшить когнитивные функции, развить речь, повысить самооценку и социальную адаптацию. Изобразительное искусство открывает мир творчества и самовыражения, позволяя «солнечным» детям раскрыть свой потенциал и почувствовать радость от собственных достижений.

Список литературы

1. Бакли, С., Бёрд, Г. Навыки мелкой моторики у детей с синдромом Дауна / С. Бакли, Г. Бёрд. – Москва : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2011. – 144 с. – Текст : непосредственный.
2. Виндерс, П. К. Формирование навыков мелкой моторики у детей с синдромом Дауна : руководство для родителей и специалистов / П. К. Виндерс. – Москва : Теревинф, 2011. – 254 с. – Текст : непосредственный.
3. Выготский, Л. С. Психология искусства / Л. С. Выготский. – Москва : Искусство, 1986. – 573 с. – Текст : непосредственный.
4. Екжанова, Е. А. Изобразительное искусство в обучении и воспитании детей с нарушениями интеллекта: учебное пособие / Е. А. Екжанова. – Москва : Просвещение, 2002. – 222 с. – Текст : непосредственный.
5. Забрамная, С. Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей / С. Д. Забрамная. – Москва : Просвещение: Владос, 1995. – 112 с. – Текст : непосредственный.
6. Медведева, Т. П. Развитие познавательной деятельности детей с синдромом Дауна : пособие для родителей / Т. П. Медведева. – Москва : Мозаика-Синтез, 2007. – 80 с. – Текст : непосредственный.
7. Стребелева, Е. А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии / Е. А. Стребелева. – Москва : Владос, 2016. – 263 с. – Текст : непосредственный.