

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области  
«Екатеринбургская школа-интернат «Эверест», реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»  
**РЕГИОНАЛЬНЫЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ СИСТЕМЫ СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ  
С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА НА ТЕРРИТОРИИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ**



## **ГОТОВИМ РУКУ К ПИСЬМУ: Развитие графомоторных навыков у обучающихся с НОДА**



**Екатеринбург  
2022**

ГОТОВИМ РУКУ К ПИСЬМУ: развитие графомоторных навыков у обучающихся с НОДА  
В ПОМОЩЬ СПЕЦИАЛИСТАМ И РОДИТЕЛЯМ детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата  
Содержит методические рекомендации по развитию графомоторных навыков у детей с НОДА

Разработана:

Гафурова П.М., Дунаева М.В., Наймушина И.А., Нежданова О.А. – специалисты Регионального ресурсного центра по развитию системы сопровождения детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата на территории Свердловской области

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат «Эверест», реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

**Уважаемые коллеги и дорогие родители!**

**Одной из трудностей, с которой сталкиваются родители и специалисты – это овладение навыками письма детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА).**

**С точки зрения современной науки и практики, в основе нарушений письма у обучающихся с НОДА лежат разнообразные механизмы, среди которых значительное место занимают нарушения моторных функций вследствие особенностей заболевания.**

**Мы не будем рассматривать физиологические особенности нарушений письма, связанные с двигательными нарушениями у обучающихся с НОДА. Мы постараемся наметить этапы работы при развитии графомоторных навыков у детей с НОДА.**

**ВАЖНО! Даже если формирование письменных навыков практически невозможно в силу значительных двигательных нарушений, и мы прогнозируем обучение альтернативному письму, то ВСЕ ЖЕ РАБОТАЕМ НАД РАЗВИТИЕМ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ. Развитие графомоторных навыков с точки зрения нейропсихологии обеспечивает важное взаимодействие четырёх анализаторов: речедвигательного, речеслухового, зрительного и двигательного, что способствует гармоничному психическому развитию ребенка с НОДА.**

**Отдельные задания и упражнения, приведенные в данном пособии, могут вызывать значительные трудности у ребенка с НОДА. Поэтому не бойтесь их изменять, заменять и адаптировать к особенностям отдельного ребенка. Главное, это целенаправленная работа по всем направлениям (этапам). Этапы не являются последовательными и могут выполняться в любом порядке.**

**Успехов Вам и достижений Вашему ребенку!**

## 1 этап «Опираемся на руки»

На данном этапе происходит работа над развитием опоры на руки.

Сложность этого процесса состоит в том, что у ребенка со значительными двигательными нарушениями эта функция, как правило, сформирована неверным с точки зрения здорового развития, но «привычного» для ребенка с НОДА, способом или не сформирована вовсе.



**Для развития опоры на руки выполняем следующие упражнения и задания**

**1. «Поднимаюсь на руках»**

В положении «лежа на животе», ребенок с НОДА отталкивается руками – приподнимается на руках. Можно использовать дополнительную опору под грудь в виде мягкого валика. При этом взрослый контролирует, чтобы ладонь ребенка была полностью раскрыта.



## 2. «Ходим на руках»

В положении «лежа на животе» ребенок с НОДА опирается на руки, а взрослый удерживает его ноги и таз (можно использовать полотенце или простынь). Ребенок выполняет «шагающие» движения руками. При этом взрослый контролирует, чтобы ладонь ребенка была полностью раскрыта.



### 3. «Я на шаре»

Уложите ребенка животом на шар так, чтобы он свободно доставал пола руками. Приподнимите его ноги: центр тяжести сместится вперед, и ребенок обопрется на руки. Держа ноги ребенка приподнятыми, слегка подталкивайте его вперед и назад. При этом взрослый контролирует, чтобы ладонь ребенка была полностью раскрыта.



## Этап 2 «Отводим большой палец»

Для диагностики обычно используют приветствие в виде протянутой ладони, вызывая у ребенка ответное желание протянуть руку. И если большой палец прижат к ладони или «застрял» между пальчиками (сложен в «кукиш»), то необходимо развивать отведение большого пальца. Обычно для этого используют специальные тьютора для ладони ежедневно рекомендованное время (например, 8-10 часов в ночное время – назначает врач ортопед). Так же можно использовать различные упражнения.



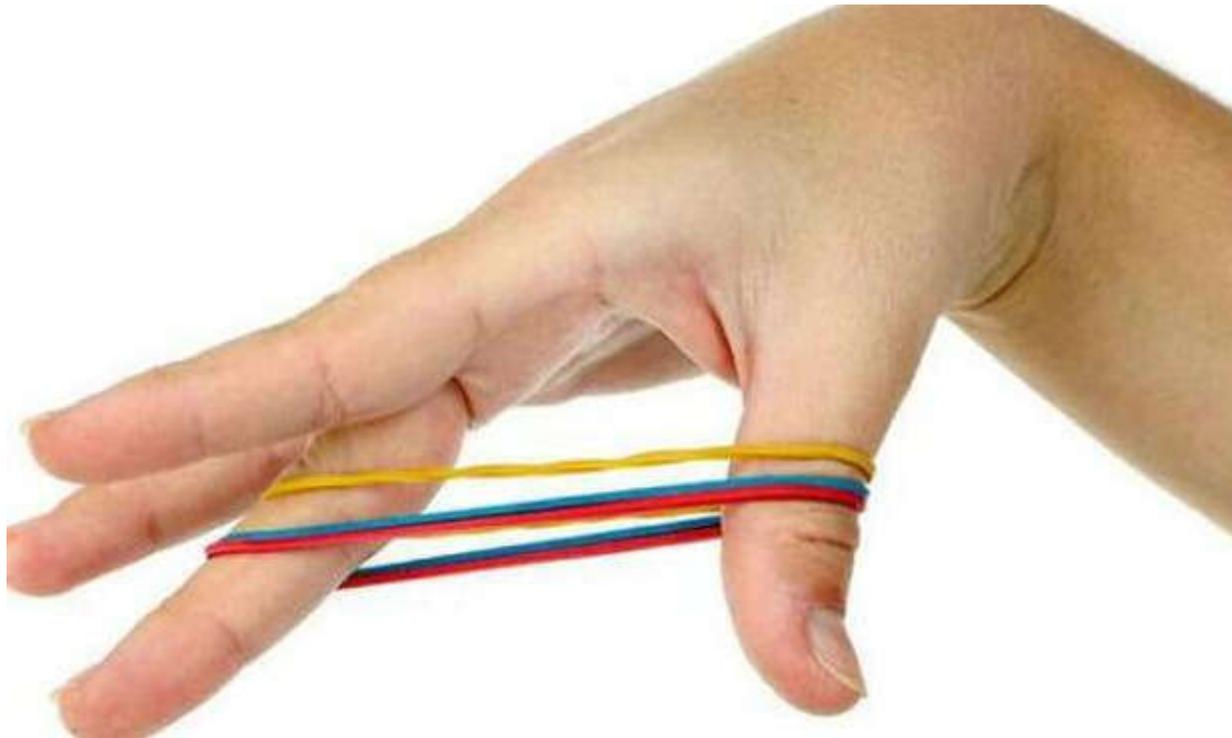
## 1. Упражнение «Рамка»

В исходном положении «лежа на спине» ребенку предлагаем ухватиться за гимнастическую палку и удерживаться как можно дольше. Взрослый поднимает ребенка при помощи гимнастической палки. При этом взрослый следит, чтобы при захвате пальцы ребенка были расположены правильно: большой палец противопоставлен остальным.



## 2. Упражнение «Резиночка для пальцев»

На пальцы руки надеваем резинку для волос. Начинаем пальчиками растягивать резинку. Затем растягивает только большой палец, а остальные пальчики сопротивляются. Затем надеваем резинку на большой и указательный пальчики и снова растягиваем. Можно попробовать разные комбинации пальчиков. Взрослый следит за тем, чтобы большой палец был противопоставлен остальным.



### Этап 3. Развиваем точность - играем мелкими предметами

Предлагаем для игры ребенку использовать разнообразие мелких предметов, различные крупы, макаронные изделия, мозаику, разные игры со шнуровкой. Взрослый следит за тем, чтобы большой палец был противопоставлен остальным.



## Этап 4. Развиваем точность – рисуем

### 1. Упражнение «Рисуем»

Предлагаем ребенку нарисовать на различных поверхностях при помощи указательного пальчика:

- На посыпанной мукой поверхности стола



- На бумаге, покрытой пеной для бритья



- Крупой на поверхности стола или бумаге, покрытой клеем

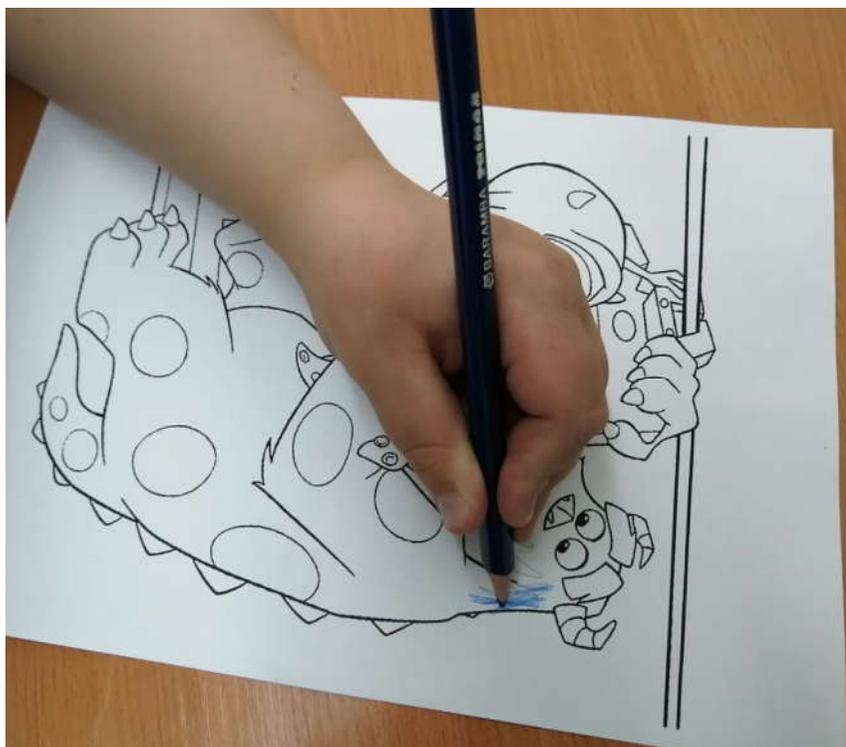


- Рисуем пальчиками

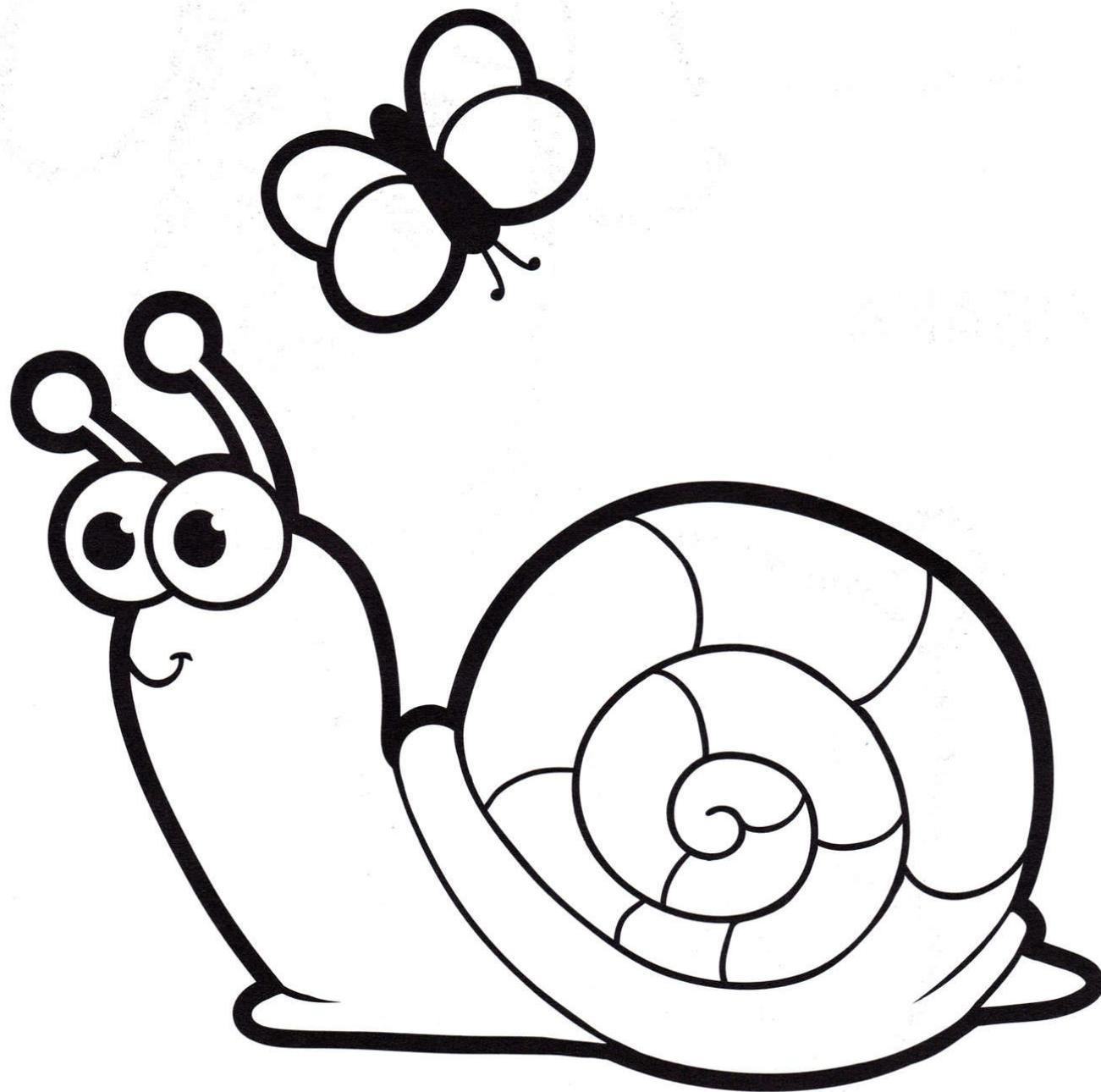


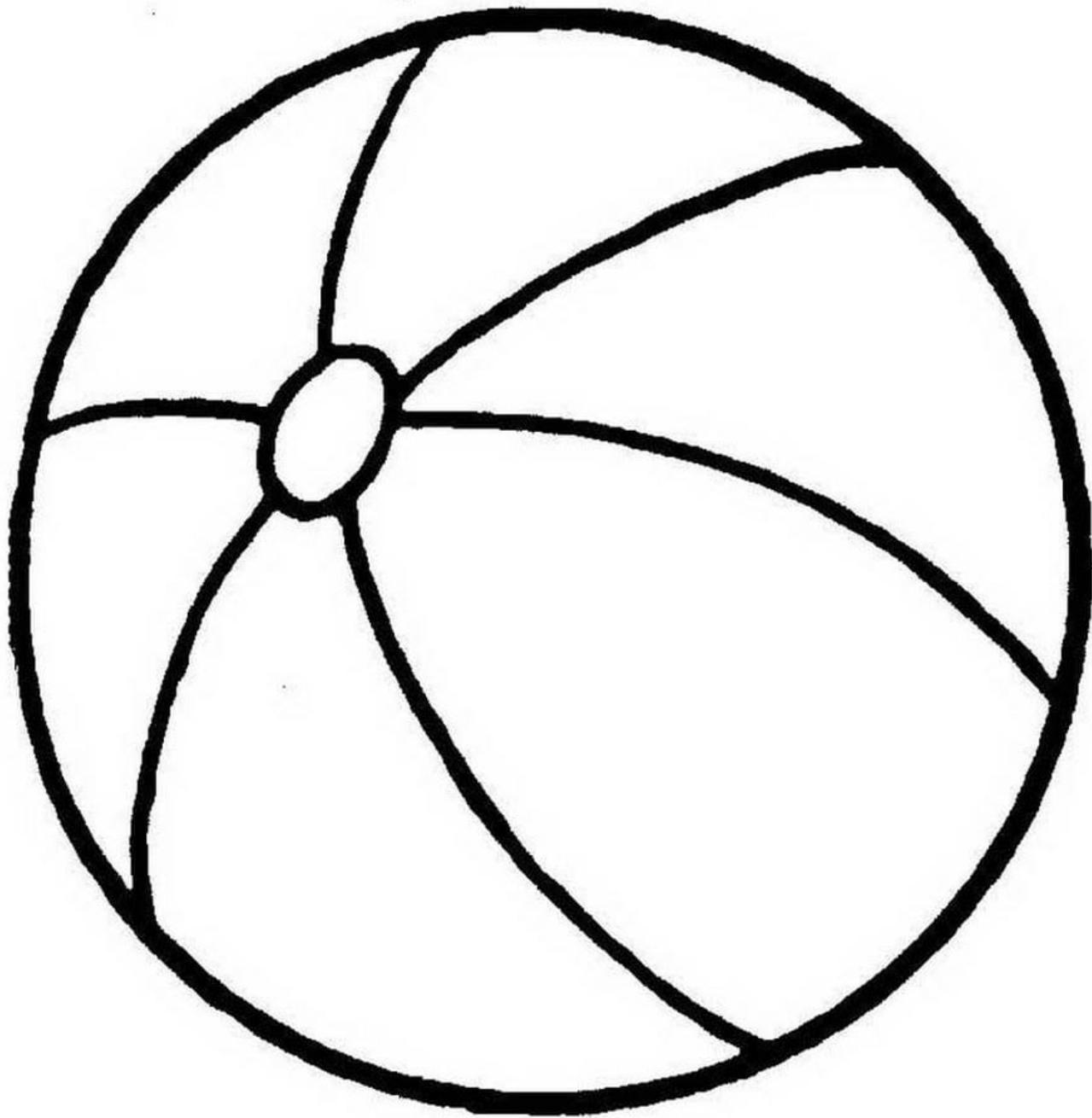
## Этап 5. Развиваем точность – раскраски

Используем разнообразие раскрасок. Чем сложнее ребенку контролировать точность движений рукой, тем более крупные рисунки используем. Берем толстые (возможно трехгранные) карандаши – их легче удерживать. Карандаши должны быть мягкими. Взрослый контролирует правильность захвата карандаша, но не настаивает, если карандаш через короткий промежуток времени ребенком возвращается в «неправильное» положение. Для тонких карандашей лучше использовать специальную накладку. Постарайтесь, чтобы ребенок использовал именно карандаш (не фломастер!), так лучше сформируем нажим на карандаш, который так необходим для письма.



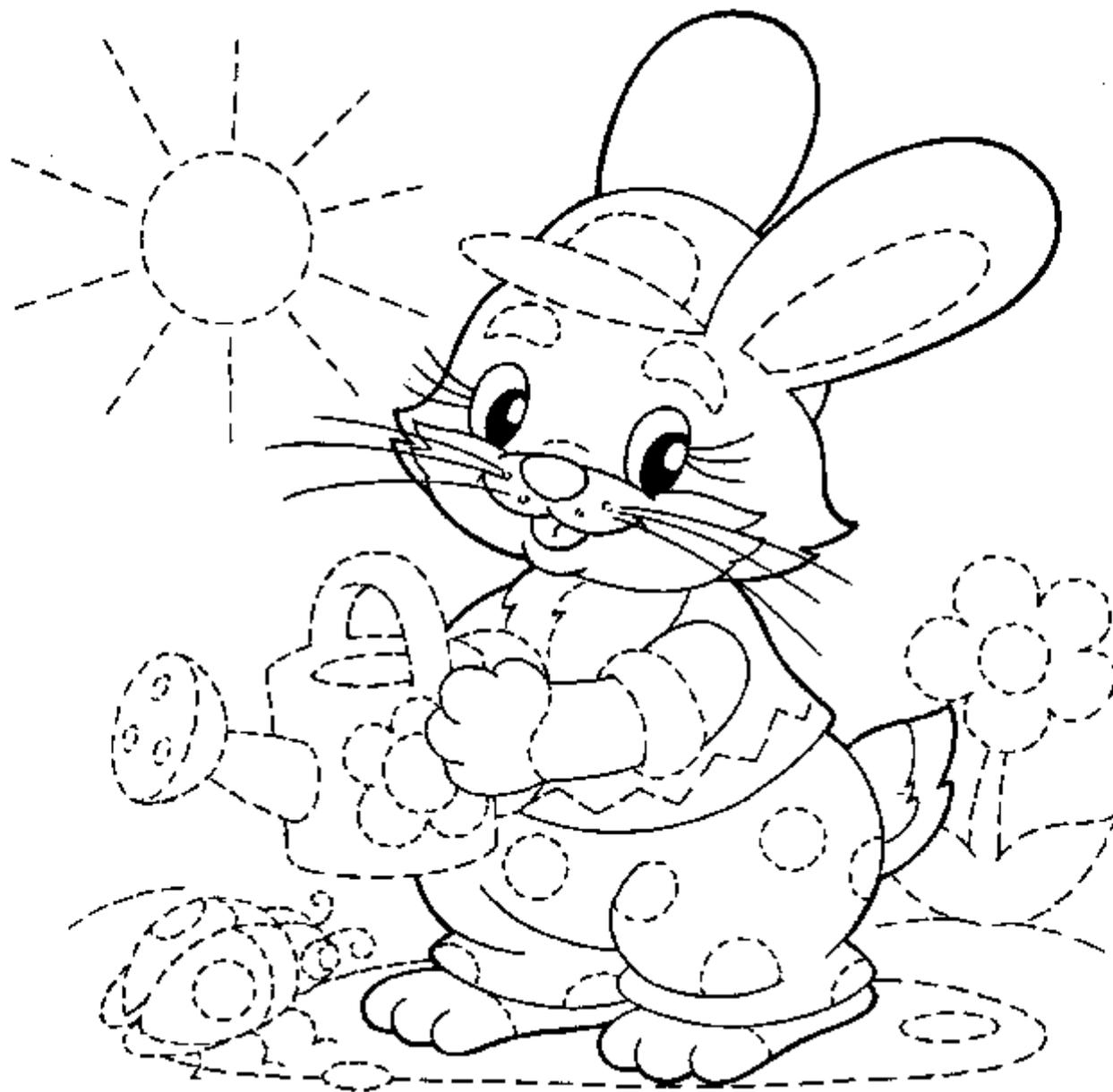
1. Примеры для раскрашивания – крупные с небольшим количеством деталей.

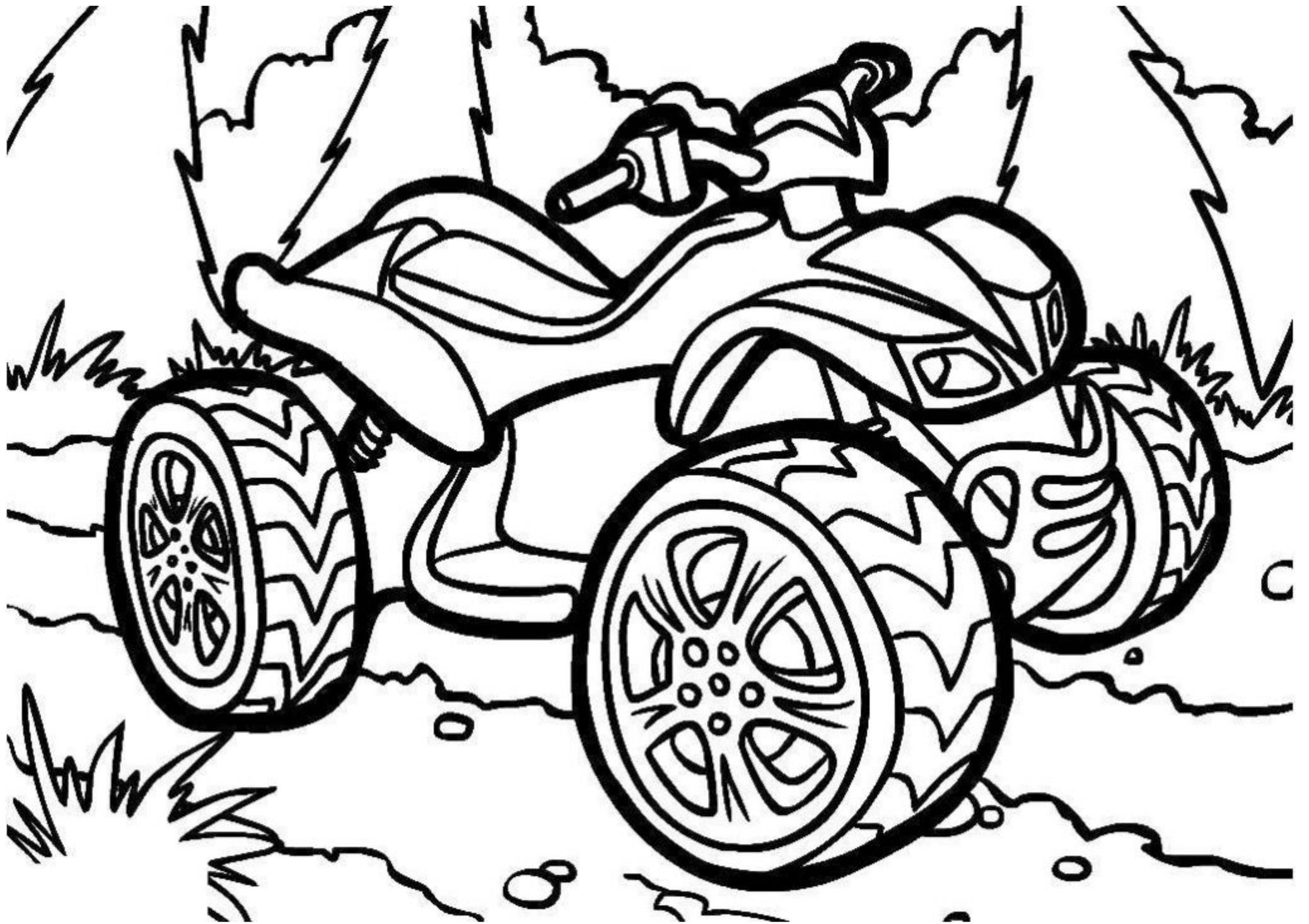






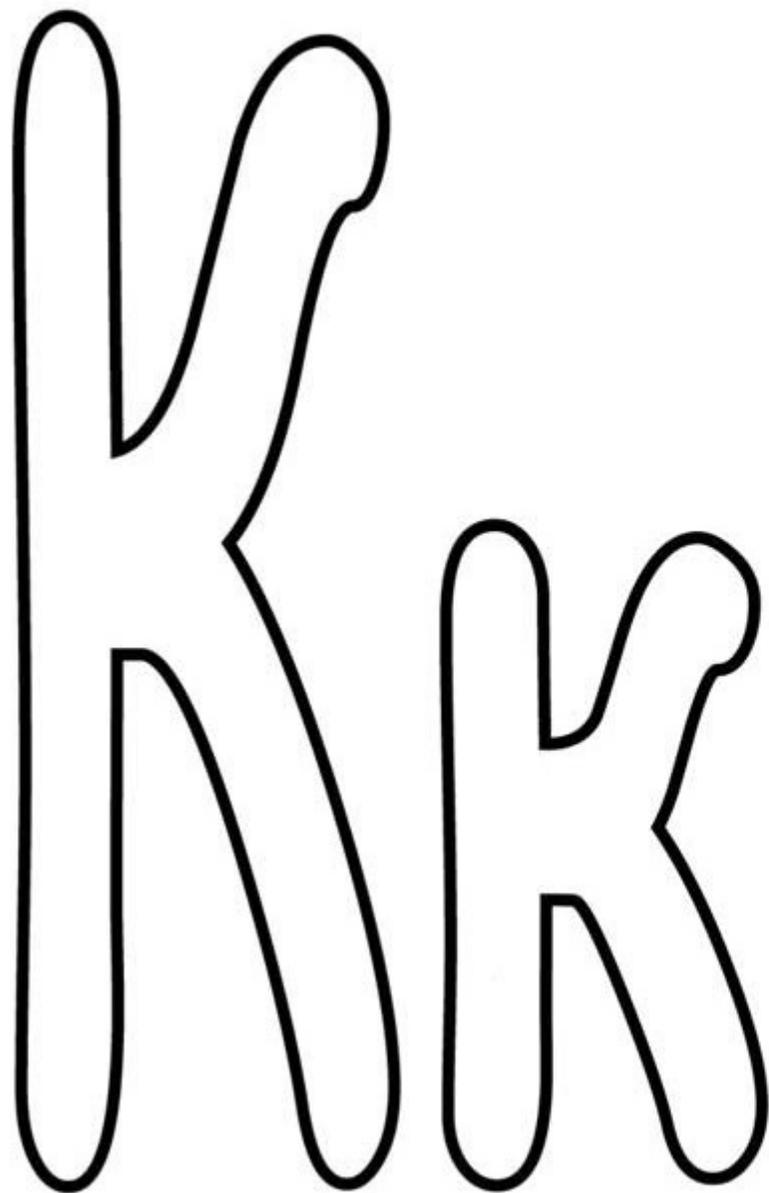
## 2. Раскраски для более точной работы

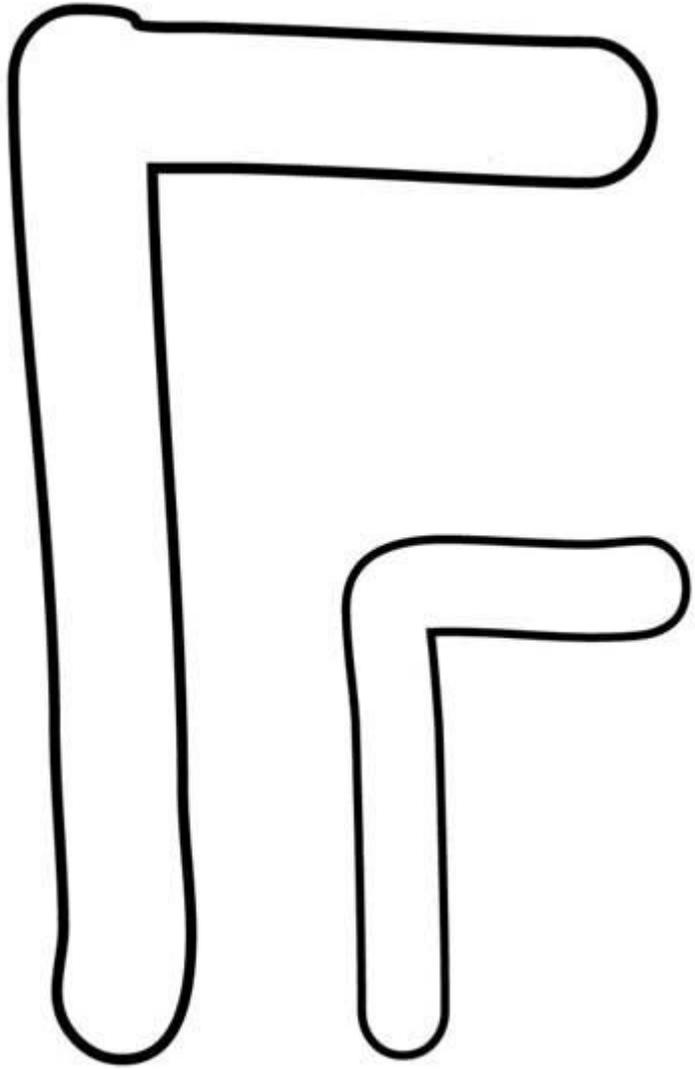






3. Раскраски с буквами

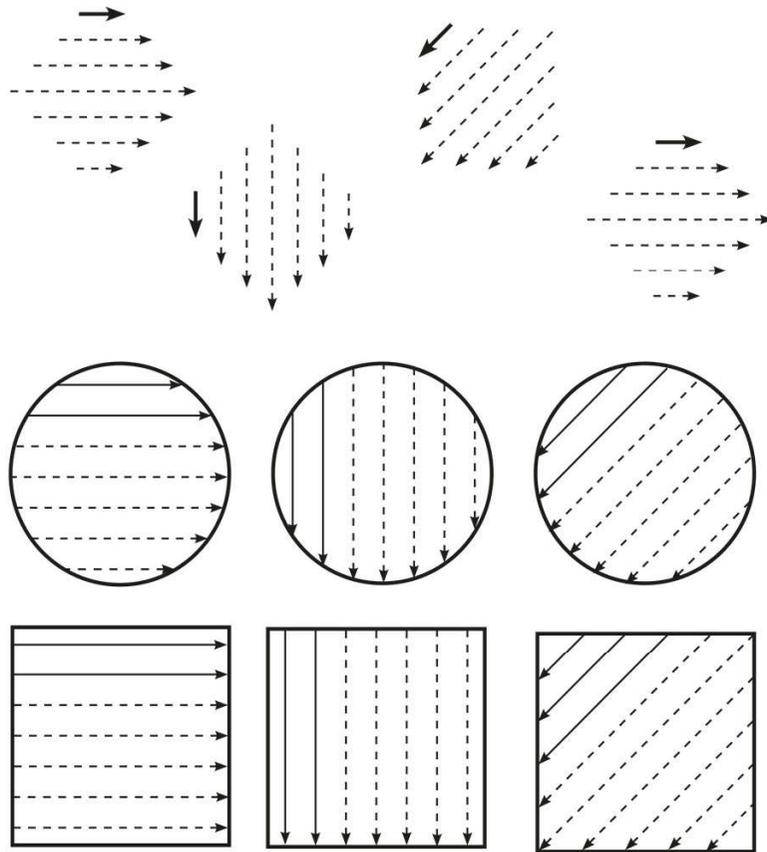




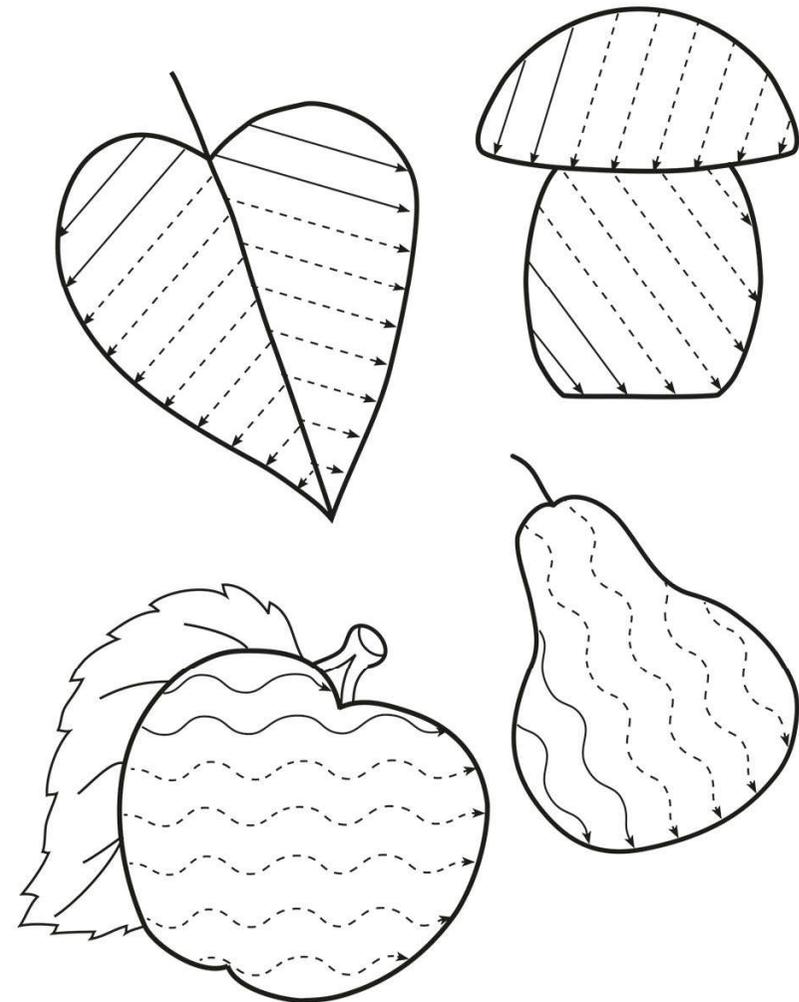
## 6. Выполняем штриховки

Для более точной работы руки можно поучиться выполнять штриховки. Движения выполняются линиями в определенном направлении.

Выполни штриховку.



Выполни сложную штриховку.



## 7. Прописи

Специальных прописей для обучающихся с НОДА не разработано. Поэтому, используем все их разнообразие, предназначенных для детей как школьного, так и дошкольного возраста. Если руки плохо работают – то простые, если хорошо, то прописи по возрасту.



## **8. Если всё-таки сложно... (лайфхак для учителя и родителя)**

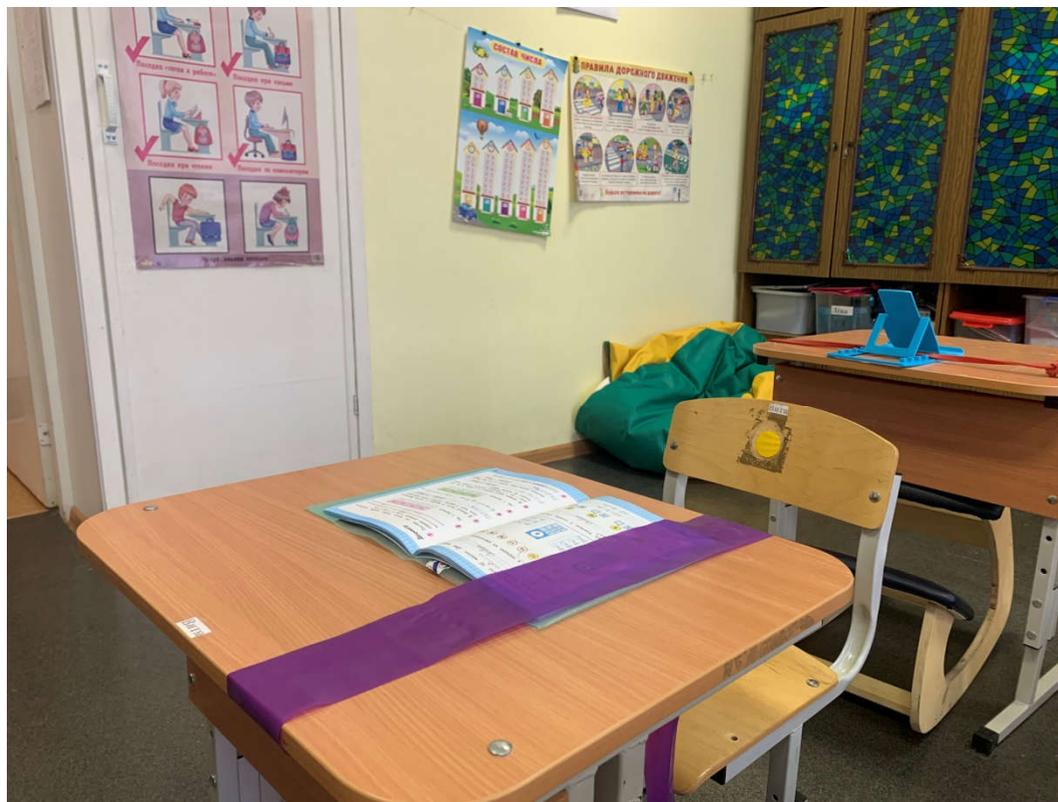
Мы используем разнообразные хитрости (или в современном именовании - лайфхаки). Все приспособления индивидуальны, и каждому ребенку с НОДА может подойти один, несколько или ни одного. А может вы придумали свои – поделитесь, нам всем пригодится.

### **1. Альбом или большой блокнот вместо тетради**

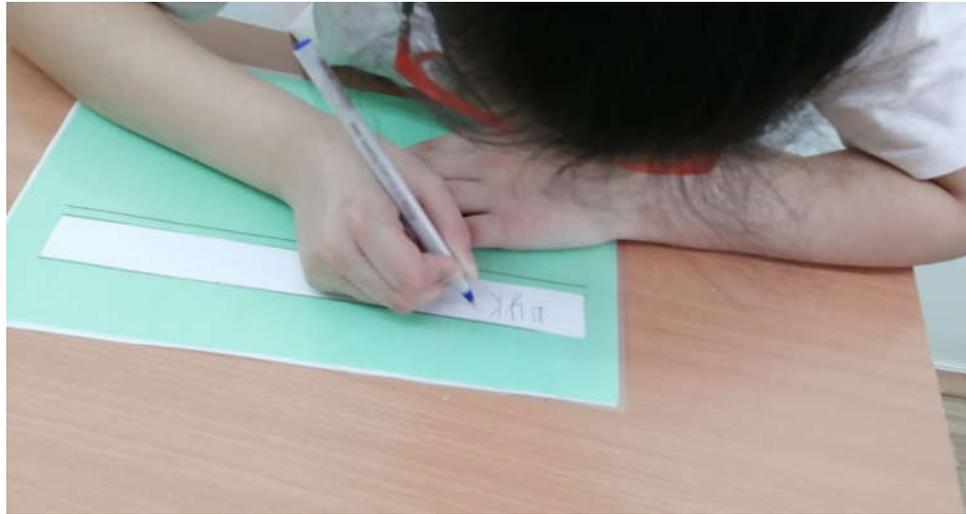


## 2. Резинка, которая удерживает тетрадь на столе

Хорошо подходят резинки для фитнеса, завязанные по краям стола. Можно использовать магнитные подложки или нескользящие основы для кабинетной работы



### 3. Специальная накладка с прорезями вместо линования бумаги

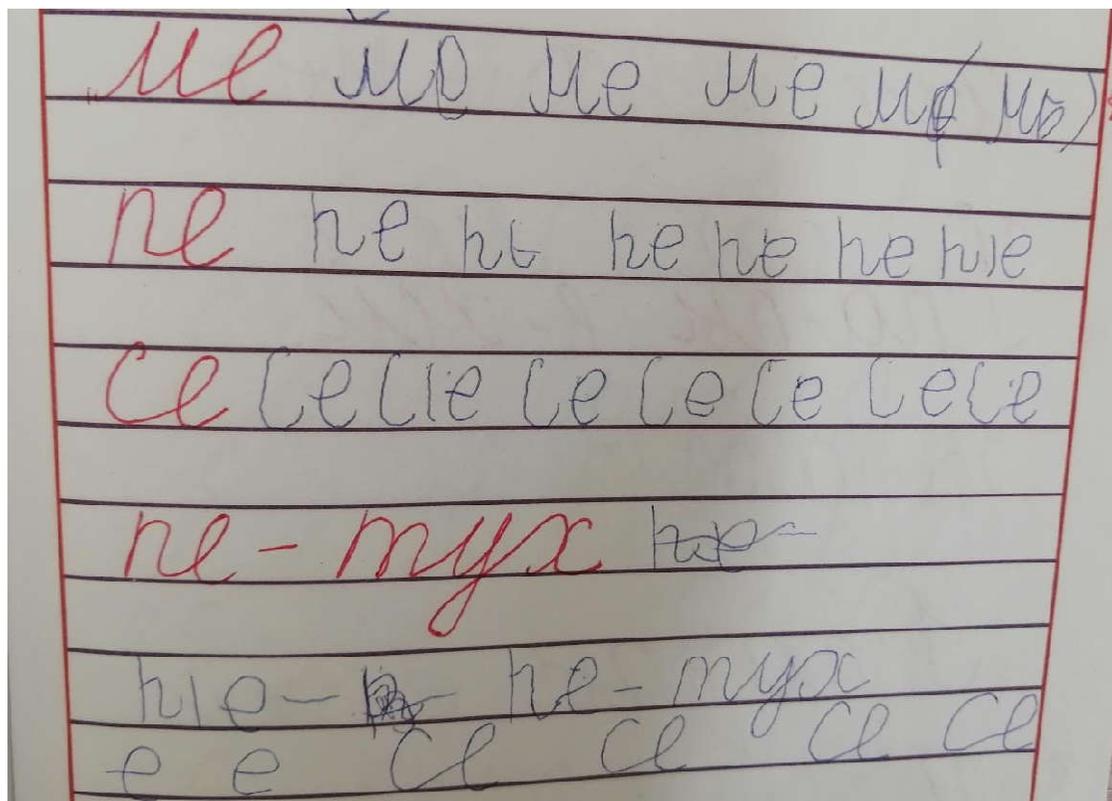


### 4. Использование специальных ручек, накладок или резинок для удержания ручки



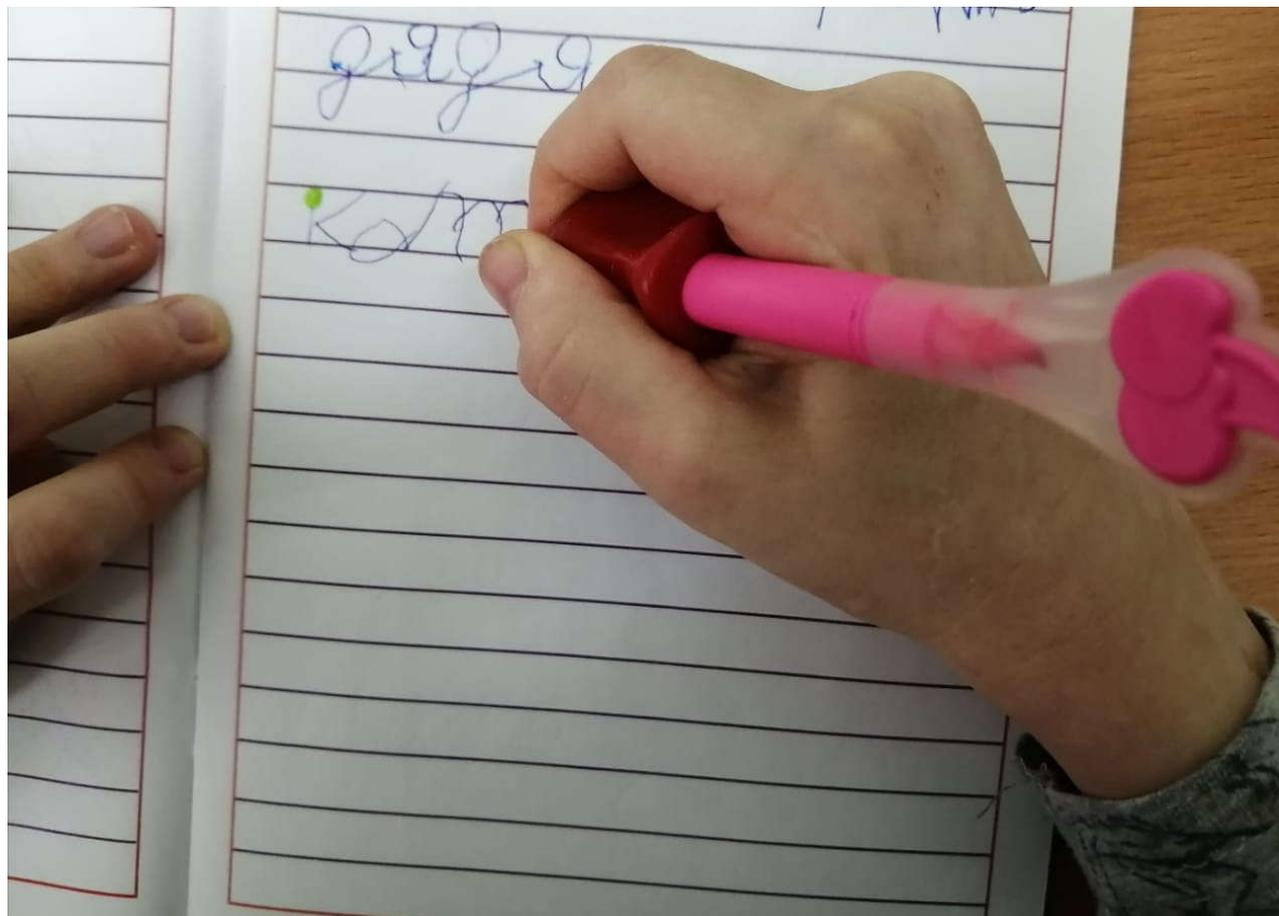


## 5. Письмо через строчку



## 6. Точки цветным карандашом для начала письма

Учитель ставит точку для обозначения начала строки, так как дети с НОДА страдают нарушением восприятия пространства. Повторяется это действие для каждого упражнения. Точка ставится в начале работы, чтобы сформировать моторный контроль.



## 7. Альтернативное письмо

Нужна специальная клавиатура и другие приспособления

