Тақырыбы: «Ұсақ саусақ моторикасын дамытатын ойындар мен жаттығулар»

Ұсақ саусақ моторикасын дамытатын ойындар мен жаттығулар өте көп. Олар шартты түрде топтарға бөлінеді. Қол, қолдың білезік және саусақтарының қозғалысының дамуына оң әсер ететін заттық ойындар, яғни ойыншықтармен, кез-келген заттармен өткізіледі. «Мозайкалар», «конструкторлар» − аталған материалдар саусақтардың белсенді қозғалысына әсер етеді. Мозайкада ұсақ бөліктерден толық сурет құрап шығару мақсаты тұрады. Ойын барысында бала бөлшектермен қозғалыс жасайды, байқағыштық, төзімділік, табандылық пайда болады.Саусақ ойыны арқылы баланың сөйлеуге деген талпынысы, қабілеті дамып, ынтасы артады. Сөйлеу тілі мүшелері әрекетінің қозғауларының дамуы қол саусақтарының нәзік қимылдарының дамуымен тығыз байланыста болғандықтан, бала қолының ептілігін толық жетілдіру, түзету-тәрбие жұмысын жүйелі жүргізуді қалайды. Саусақ ойынын балабақшада және үй жағдайында әсерлі, көңілді түрде ұйымдастыруға болады. Баланың тілі негізінен мектепке дейінгі кезеңде қалыптасады. Бұл кезеңде ағзаның барлық бөліктері және жүйелері қарқынды дамып, баланың дене және ой дамуына қажетті қозғалыстағы таным іскерлігі қалыптасады. Мектепке дейінгі кезеңде қолдың ұсақ моторикасы мен қимыл-қозғалыстарын дамыту жұмыстары маңызды болып табылады.

  Қол саусақтар жаттығулары есте сақтау және назар аудару қабілетін дамытатындығын психологтар айтып кеткен. Тақпақты саусақтар жаттығулары ырғаққа ілесіп қимылдауына және баланың сөйлеу ырғағының қалыптасуына көмектеседі. Сондықтан баланы ерте жастан бастап шынықтырған жөн. Саусақ ойындары сөйлеу лексикасының, сөздердің өзара байланысының (диалогты дұрыс жүргізуге, түсінік айтуға,т.б.) шыңдалуына себепші.

 Балалардың сөйлеу құзыреттілігі жоғары деңгейде қалыптасуы ұсақ моторика тәсілдері мен құрылымына байланысты.

«Салат» саусақ ойыны

Сәбізді алып тазалаймыз ( оң қолды жұдырыққа түйіп, сол қолдың алақанына ысқылайды)

Үккішпен үгіп майдалаймыз ( екі қолды жұдырыққа түйіп кеудеге ұстап, жоғары-төмен қозғайды)

Қанттан сеуіп дәмдейміз ( саусақтардың ұшымен қант себеді)

Міне дайын нәр тағам ( екі қолын алдына жайып көрсетеді).

Дәруменге байыған ( алақанымен іштерін сипалап, тойғандықтарын көрсетеді).

«Кірпі» жаттығуы

Момақанмын алайда (үш саусақтарын түйістіріп, кірпінің жүрісін салады)

Тікенім көп абайла, (екі қолының саусақтарын айқастырып, кірпінің тікенектері жасайды).

Кіріп кетсе қолыңа,

Өкпелеме жарайма!

«Достық» жаттығуы

Біздің топта ұлдар мен қыздар өзара дос ( қолдың саусақтары өзара бірігеді)

Кішкентай саусақтар біз сенімен достасамыз ( екі қолдың саусақтарын бір-біріне тигізу)

Бір, екі, үш, төрт, бес (шынашақтан бастап, саусақтарды кезекпен бір-біріне тигізу)

Қайтадан санауды бастаймыз.

Бір, екі, үш, төрт, бес

Енді санауды аяқтадық ( қолды төмен түсіреміз, демалтамыз).

Разминка:

Санайық жаңаша

Бір, екі, үш!

Желбіре жалауша,

Достықта біздің күш.

Оң қолымда бес саусақ,

Сол қолымда бес саусақ.

Оларды атап шақырар,

Әрқайсысының аты бар.

Бас бармақ,

Балаң үйрек,

Ортан терек,

Шылдыр шүмек,

Кішкене бөбек.

«Қимылды қайтала» жаттығуы

Мақсаты : қолдың, саусақтың қимылдарының үйлесімділігін дамыту.

Жаттығу барысы :

Педагог балаға қарама-қарсы отырып, саусақтарымен кез-келген «фигураны» көрсетеді. ( кейбір саусақтар бүгулі, ал кейбіреуі түзу, әртүрлі қимылдар). Балалар сол қимылды тура солай қайталау керек.

«Санамақ» ойыны.

Мақсаты : кіші моториканы және сөйлеу ырғағын дамыту.

Бір, екі, үш, төрт, бес,

Анаммен сурет саламын , ( алақанды жұмып ашады)

Міне басы, міне іші ( қолды шеңбер жасап айналдырады)

Аяқтары, қолдары, көздері ( қолымен кішкентай және үлкен шеңбер салу)

Аузы, сақинадан жасалған ( ауада сақинаны салу)

Әдемі шашы да бар ( қолдарын екі жаққа ашады)

Оң қолымда бес саусақ (оң қолының саусақтарын көрсету)

Сол қолымда бес саусақ (сол қолдың саусақтарын көрсету)

Бәрін қоссақ – он саусақ (екі қолының саусақтарын қосу)

Оң аяқпен секіремін (екі аяқпен кезек секіру)

Сол аяқпен секіремін (орында жүру)

Саусақ жаттығулары

Шынжыр. Оң және сол қолдағы басбармақпен баланүйрек саусақтары түйісіп, жүзіктер секілді айқасып, шынжыр жасайды.

Піл : оң қол алақаны жайылып тұрады. Сол қол саусақтары бас бармақ пен кішкене бөбек артқы аяғы болса, баланүйрек саусақ пен шылдыр шүмек саусақ алдыңғы аяқтар, ал ортаңғы саусақ пілдің тұмсығы.

Доп: алақандар бір-бірімен жабысады. ( доп пішінін жасайды).

Гүл : қолдар, саусақтар жоғары қарайды. Алақандар айшанақпен қосыла түптері өзара жанасады. Саусақтар ашылады. Осы жаттығуларды орындай отырып, мына өлең жолдарын айтады.

Саусақтар шынжыр болады,

Үзілмейді тартсаң да,

Ал, піл келіп шынжырды,

Үзіп кетті басқанда.

Тұмсығымен доп іздеп,

Ойнағысы келіп тұр.

Достық үшін пілге мен,

Гүл сыйлағым келіп тұр.

Саусақтар жүреді :

Екі саусақпен 5-ке дейінгі тура және кері санап, алға-артқа жүру.

Саусақ жаттығулары қарапайым күрделіге қарай ойысады. Ол екіге бөлінеді:

Отырып ойнайтын саусақ ойындары. (саусақ ұштарымен қимылдатамыз);

Қолдың нәзік бұлшық еттерімен бірге дененің барлық мүшелері қатысып орындалады.

Пассивті жаттығу- ұсақ моториканы дамытудың алғашқы сатысы. Жаттығулардың мақсатты пайдаланылуы мынадай әдістерді ұсынады: сипау, жаймен уқалау және діріл. Массажды әрекеттер саусақ ұшынан басталып төменгі буынға жалғасады. Бұл жерде массажды әрекеттер баланың жеке бас диагнозына байланысты жүргізіледі. Содан кейін ғана активті саусақ жаттығуларына көшу ұсынылады. Оның деңгейі баланың ұсақ моторикасның даму деңгейіне қарай таңдалады. Қол саусақтарына арналған пассивті жаттығулар жасау кезінде балаға қолайсыз жағдай туғызбауын және тітіркендірмеуін қадағалаған жөн. Массаж жасау кезінде жай лирикалық әуен қоюға да болады. Саусақ қозғалыстары әртүрлі қысқа ырғақты тақпақтармен айтылады.

Барлық  жаттығулар  3 топқа бөлінеді:

1-топ Қолдың білектеріне арналған жаттығулар:

еліктеу қабілетін дамытады;

бұлшық еттерді жиыруға бірнеше уақытқа дейін сақтау білігін дамытады.

бір қозғалыстан екінші қозғалысқа ауысуға үйретеді.

2-топ  Саусақтарға арналған шартты статикалық жаттығулар:

Бұрын алынған дағдыларды жоғары деңгейде жүзеге асырады және неғұрлым нақты қозғалысты талап етеді.

3-топ  Саусақтарға арналған динамикалық жаттығулар;

қозғалыстың нақты координациясын дамытады;

қол саусақтарын бүгуге және жазуға үйретеді;

бас бармақты басқа саусақтарға қарама-қарсы қоюға үйретеді.

Саусақ жаттығуларын орындауда:

Алдымен барлық жаттығулар баяу орындалады. Баланың жаттығуды дұрыс қайталауын және білектердің саусақтардың қалпын дұрыс сақтауын және бір қозғалыстан екіншісіне дұрыс ауысуын қадағалау керек. Балаға бірге жасап көмектесу керек.

Жаттығулар алдымен бір қолмен орындалады (егер де жаттығу екі қолдың бірге қатысуымен қарастармаса), содан кейін екінші қолмен, сосын екі қолмен бір уақытта.

Кейбір жаттығулар бірнеше түрде берілген. Бірінші ең жеңілі орындалады.

Әр жаттығуға көру бейнесін қалыптастыру үшін өзінің суреттері сәйкес келеді. Алдымен балаға түрлі-түсті суретті көрсетесіз және жаттығудың қалай орындалуын түсіндіріп, одан кейін бірге жасап үйретесіз. Адамның он екі мүшесінің тіршілікте атқарар міндеті зор. Соның ішінде екі қолға бес-бестен біткен он саусақты күнделікті қажетті жұмыстарды атқаруға пайдаланымыз белгілі.Сонымен қатар ертеден келе жатқан «Қуырмаш» ойынынан саусақ атауларын бала тәрбиелеуге оның тілін жетілдіруге, ойын ұштауға әдемі пайдаланғанын білеміз.

Қуыр, қуыр, қуырмаш,

Тауықтарғы тары шаш.

Балапанға бидай шаш,

Балаларға тәтті шаш.- дей келе, жұмылған әр саусақты жеке-жеке ашарда:

Сен түйеңе бар,

Сен жылқыға бар.

Сен сиырға бар,

Сен қойыңа бар.

Сен үйде отырып

Анаңа көмектес,- деп әр саусаққа тапсырма беріледі.Одан соң әр саусақтың басынан ұстап тұрып, “қарның ашса мына жерде нан бар, мына жерде май бар” деп әртүрлі астың атын атай келіп, қолтыққа жеткенде “қуырмаш”, “қуырмаш” деп қытықтайды. Көтеріңкі көңіл-күй сыйлайтын бұл ойын балаға саусақтардың атын, адамға нәр берер түрлі астың атауын да үйретеді. Сондай-ақ төрт түлік малды таныстырып, оны бағып еңбектенгенде ғана тамақтануға болатынын ескертіп, еңбекпен тапқан тамақ тәтті болатынын уағыздайды. Халық өзінің өмір тәжірибесінде тіршілікте қалай қалай қолдануына қарай саусақтарға ат қойған. 1- саусақ “Басбармақ”, 2- саусақ “Балаң үйрек”, 3-саусақ “Ортан терек” 4-саусақ “Шылдыр шүмек” 5-саусақ “Кішкентай бөбек”

Саусақ жаттығуларын сергіту жаттығуларына, ертеңгілік жаттығулар, барлық ұйымдастырылған оқу іс-әрекеттері үстінде үнемі жүйелі пайдаланудың нәтижесінде балалардың тілі, қимыл, қозғалысы мен икемділігі айтарлықтай дамиды.

Анатомия тұрғысынан  бас ми қабығының қозғалыс кескінінің барлық алаңының шамамен үш бөлігін қол буынының кескіні алады. Дәл осы қол буыны кескінінің өлшемі және оның сөйлеу аймағына жақындығы қол буындарын, артикуляциялық аппарат сияқты, «сөйлеу мүшесі» ретінде қарастыруға негіз береді.

Осыған байланысты сөйлеуге үйрету үшін артикуляциялық аппаратты жаттықтыру ғана емес, сондай-ақ қол саусақтарын қозғалтуды немесе ұсақ моториканы дамыту қажет.

Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеу жұмысында балалардың тілін дамыту, сөздік қорын молайту, ауызша сөйлеуге үйрету, күнделікті іс-әрекет кезінде тілдік қарым-қатынаста қолдана білуге жаттықтыру ісіне ерекше мән берген.  
«Ойнай білмеген, ойлай да білмейді», «Ойында озған, өмірде де озады» деген халық даналығында аталы сөздер бекер айтылмаса керек.  
Ойынның негізгі мақсаты – балалардың зейінін, сөздік қорын, есте сақтауын, қабылдауын дамытуға, өзінің құрбыларының іс-әрекетін бағалауға, құрметтеуге, өз ісін дәлелдей білуін анықтау, қалыптастыру болып табылады.  
Бала тәрбиесіндегі үлкен мәні бар мәдени шығармашылық ол – саусақ ойыны. Саусақ ойынын ойнай отырып, бала қоршаған ортадағы заттар мен құбылыстарды, жануарларды, ағаштарды және т.б. көптеген бейнелерді бейнелей алады.  
Ұсақ моториканы дамыту жұмыстарын ерте сәбилік шақтан бастаған дұрыс. Ерте жаста және мектепке дейінгі кіші жаста қарапайым жаттығуды жасауда өлеңмен, тақпақ айту, жаттығуларды пайдалану ұсынылады. Сонымен бірге өзіне-өзі қызмет ету дағдыларын қалыптастыру, ілгегін өзі салу, өзі ағыту, бауын байлау, т.б. Ал мектепке дейінгі балалар үшін ұсақ моториканы дамыту және қолдың икемділігін арттыруға арналған жаттығулары мектепке дайындық, яғни, жазу, сурет салу, түрлі түсті қағаздарды бояп үйренудің алғашқы бастамалары.  
Саусақ ойындарының нәтижесінде бала нені үйренеді:  
Баланың сөйлеу тілі жетіледі;  
Қимылды қозғалысы артады;  
Икемділігі артады;  
Логикалық ойлауы дамиды;  
Танымдық деңгейі артады.  
Ұсақ моториканы дамытудың маңызы неде? Ұсақ моторикаға адамның бас миында саусақ қимылдарды дамыта отырып, сөйлеуге жауап беретін орталықты дамыта аламыз. Саусақ ойыны арқылы баланың сөйлеуге деген талпынысы, қабілеті дамып, ынтасы артады. Саусақ ойынын ойнай отырып, бала саусақтарының қимыл-қозғалыстарына қарап қуанады, шаттанадаы, сөзді айтуға тырысады, үйренген өлең шумақтарын қайталап айта отырып, есіне сақтайды және бала екі қолын қимылдата отырып, оң – сол, жоғары – төмен т.б. түсініктерді бағдарлай алады.

Сол сияқты «Саусақтар сәлемдеседі» ойыны да, мұнда бас бармақ ұшы әр саусақтың ұшымен кезекпен түйіледі. Оң қолдың сұқ саусағы мен ортаңғы саусақтарын жүгірген тәрізді етіп қимылдатады. Балалар осындай саусақ ойынын ойнай отырып, өлең шумағын қызыға айтады.  
Мысалы: «Моншақ» ойыны:  
Қызыл, сары, көк моншақ,  
Мен жасаймын көп моншақ.  
Мұнда қатар екі қолдың бар бармағымен сұқ саусақтарының ұшын түйістіре отырып, моншақ тәрізді бейнелейді. Әрі оларды тізбектеп жасау бала үшін өте қызықты әрекет, әрі қол бұлшықетін дамытуға көп көмегін тигізеді.  
Сол сияқты: санамақ «Саусақ ойыны» да тақпақтай отырып санауға, саусақтарымен отбасын айта білуге, сөйлеу тілін дамытуға да әсерін тигізеді.  
Бас бармағым – әкем,  
Балаң үйрек – анам,  
Ортан терек – ағам,  
Шылдыр шүмек – мен,  
Кішкене бөбек – сен.  
Бір үйде біз нешеуміз?

Бас бармақ – бұл атам,  
Сұқ саусақ — бұл әжем,  
Ортан қол – әкем,  
Аты жоқ – анашым,  
Шынамақ – бұл мен.  
Сонымен қатар саусақ қимылын дамытуда саусақ бассейні және құм терапиясы әдістемесі өте пайдалы. Сол жіппен, баудың көмегімен орындалатын «Жіпті өткіз», «Әткеншек», «Штрихта», «Ілгекті өткіз» , т.б. ойын жаттығуларда баланың саусақ қимылын дамытуда үлкен рөл атқарады.

Балалардың еркін өзіндік қызметі баланың жеке қабілеті мен мүддесіне сай таңдалған жаттығулар баланың өз бетімен дамуына септігін тигізді. Жұмысымның негізгі әдісіне саусақ ойыны әдісін қолдандым. Бірлескен және жеке жұмыста саусақ жаттығуын массаж (саусақтың басынан қол буынына дейін сипау) және жаттығу (әр саусақты жеке –жеке бүгу және бүктеу) түрінде жүзеге асырдым. Массаж - пассивті гимнастиканың бір түрі болып табылады. Массаж - бұлшық ет жүйесінің тонусын, бұлшық ет икемділігі мен әрекет жасау қабілетін арттыруға көмектеседі. Сондай –ақ, балаларға табиғи материалдармен массаж жасау ұсынылды (шырша бүршігі, жаңғақ, доптар т.б. Осындай жаттығу нәтижесінде баланың қызығушылығы артты, саусақ гимнастикасы тақпақ оқумен жалғастырылды. Тақпақты тыңдаған балалар саусақ қозғалысының көмегімен тыңдалған тақпақтар мен мазмұнын және бейнелер арқылы сахналады. Сюжетті материал ретінде тақпақтар пайдаландым. Жаттығуға ұласқан тақпақ – сезім ритмін қалыптастыратын және жетілдіретін негіз болып табылады, қолайлы эмоционалды жағдай пайда болады, соның арқасында бала ойынмен айналысады, орындайтын қозғалысты қызғушылықпен орындайды, ал бұл саусақ қозғалысын жақсартады. Тақпақты бейнелеу, тыңдау және түсіну дағдысын дамытады. Ұсақ қол саусақтарын дамытуға арналған картотека құрастырдым: «Саусақтық жаттығулар», «Жолшықпен жүру», «Физминуткалар». Бірлескен және өзіндік әрекет кезінде саусақ театр қозғалыстарын қолдандым. Ол балаға бір мезетте сценарист, режиссер-постановщик болуға мүмкіндік береді. Театрландырылған қойылым шығармашылық потеницалды ғана емес сөйлеуді және оған саусақ белсенділігін дамытуға көмектеседі. Саусақ театрының тағы бір жағымды жағы – бала ойын нысанында кеңістік және санау түсінігіне үйренеді. Саусақ театрына арнап ертегілер кейіпкерлері бойынша қуыршақтар әзірледім: «Қоян мен түлкі», «Бауырсақ» және т.б.

Басты назар суреттерді бояуға бөлінді. Бұған бояу альбомы мен дайындамалар қолданылды. Бояу қозғалыс үйлесімін дағдыландыруда ұсақ қол моторикасын дамыту мен нығайтуды қамтамасыз ететін түр сызықтарының бірнеше түрлерін қамтыды. Қол қозғалысының анықтылығы мен сенімділігін дамыту бойынша нақты бағытта параллель сызықтар жүргізетін ойындарды да қолдандым.  
Қорытынды:Осылайша, жұмыс нәтижесі тиімді болуы үшін саусақтың нәзік қозғалысын қалыптасыру бойынша түрлі – әдіс –тәсілдер мен қабылдаулар міндетті түрде пайдаланылуы қажет. Жұмысымның нәтижесі ретінде түрлі жұмыстар атқару барысында балалар қызығушылығының артқанын байқадым. Көрнекті ғалым - Мария Монтессори: «Жұмыс жасамас бұрын баланы үйретудің [амалын табу](http://engime.org/biz-otbasimizben-kitap-oimiz.html), қайталама жатығулар арқылы қозғалыстар дайындау қажет деп айтқан. Бала затты алғанда жаман қылық жасағанын байқаса, өзін жеке қателік жасадым деген сезімге бой алдырады, сонымен қоса баланың алғашқы әсері немесе ойы – өте анық және күшті» екенін естен шығармау керек деп жазған болатын. Міне, сондықтан да шығармашылық процесстен, өзі жасаған істен, әр жұмысты немесе әр қимылды жоғары қызығушылықпен жасауға үйретемін. Бұдан әрі де түрлі қызметке деген қызығушылықты қалыптастыратын ұсақ қол және жалпы моториканы дамытуға септігін тигізетін жаңа әдістемелік қабылдаулар іздеcтіру жұмысын жалғастырамын.Сухомлинский айтқандай: «Қабілет бастауы мен балалар дарыны – саусақ ұштарында. Содан шығармашылық ойдың бастаулары пайда болады. Бала қолының қозғалысында еңбек құралына деген сенімділік пен тапқырлық орын алса, қиындық туындайды, ол үшін бала ойының шығармашылық анықтық қабілетінің өзара әрекеттестігі қажет. Балада қаншалықты шығармашылық қабілет болса, бала соншалықты ақылды келеді».   
Көптеген жаңашыл зерттеушілер ұсақ моториканы дамытуға байланысты саусақ моторикасын дамытуға саусақ ойындарын, саусақ ойындарын сипаттауды, сергіту сәттерін, ойын –ертегілер пайдалануды ұсынады Т. А. Ткаченко сергіту сәтіне жаттығу енгізу бас миының сөйлеу зонасының қимылын белсендіреді, ол баланың сөйлеу тілін түзетуге мүмкіндік береді деп тұжырым жасаған. В. В. Цвынтарный ұсақ қол моторикасын дамытуға есептеу таяқшалар мен сіріңкемен жұмыстар жасатудың әсері мол деген көзқарас білдіреді.