

Для чего нужна пальчиковая гимнастика?

Исследования наших физиологов подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит, развивать речь ребенка. И это потому, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев.

С какого возраста можно начинать выполнять эти упражнения?

Некоторые специалисты советуют заниматься пальчиковой гимнастикой с 6 – 7 месяцев. Но и в более позднем возрасте занятия будут очень полезны и эффективны.

Начинать можно с ежедневного массажа по 2 – 3 минуты кистей рук и пальцев:

- 1) поглаживать и растирать ладони вверх – вниз;
- 2) разминать и растирать каждый палец вдоль, затем – поперек;
- 3) растирать пальчики спиралевидными движениями.

Можно выполнять некоторые упражнения 3 группы *в пассивной форме*: Вы сами сгибаете, разгибаете пальчики ребенка и совершаете другие энергичные, сопровождая их ритмическими строчками. При этом важно, чтобы в упражнениях участвовали все пальчики.

Затем переходят к выполнению упражнений *в активной форме*: все упражнения ребенок выполняет сам.

Если же вы начинаете заниматься с детьми в возрасте 2-, 3-, 4 лет и старше, то отрабатываете последовательно все упражнения, начиная с 1 группы.

Помните! Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Занимайтесь ежедневно около 5 минут.

Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?

- Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.
- Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умения подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.
- Ребенок учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять.
- Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.
- Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений.
- У дошкольника развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказать руками» целые истории.
- В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

МБДОУ «Детский сад №106» г. Чебоксары

**«Старайся,
упражняйся –
моторика
развивайся»**



**Подготовила
Игнатьева О.А.,
учитель-логопед группы №7**

«Старайся, упражняйся – моторика развивайся»

Пальчиковая гимнастика

Все упражнения делятся группы:

1 группа.

Упражнения для кистей рук:

- развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;
- учат напрягать и расслаблять мышцы;
- развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;
- учат переключаться с одного движения на другое.

2 группа.

Упражнения для пальцев условно статические (неподвижные).

- совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.

3 группа.

Упражнения для пальцев динамические:

- развивают точную координацию движений;
- учат сгибать и разгибать пальцы рук;
- учат противопоставлять большой палец остальным.

Все упражнения будут полезны не только детям с задержкой в развитии речи, но и детям, у которых речевое развитие происходит своевременно.

1. Сначала все упражнения выполняются медленно, следите, чтобы ребенок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите малышу или научите его помогать себе второй рукой.
2. Упражнения отрабатываются сначала одной рукой, после этого – двумя одновременно.
3. Когда упражнения будут хорошо знакомы, можно выполнять следующие **игровые задания**:

- Запомнить и повторить серию движений по словесной инструкции, начиная с двух движений и заканчивая тремя, четырьмя и больше.

Например: «Коза» - «Улитка». Ребенок переключается с позиции «коза» на позицию «улитка» (3- 4 раза). Сначала упражнения выполняются по словесной инструкции, затем на счет «раз – два».

Или: «Вилка» - «Кольцо» - «Заяц». Можно предлагать любую последовательность упражнений.

- Рассказывать руками сказки и маленькие истории.

Например: «В одном чудесном лесу протекала речка (изображаем «речку»). В ней жила маленькая рыбка (изображаем «рыбку»). Как-то раз проплыл по реке пароход (упражнение «пароход»), он сильно гудел и рыбка испугалась и уплыла. А на берегу реки («река»), росло дерево (упражнение «дерево»), и т. д.

На сегодняшний день издается большое количество книг с описанием пальчиковых игр.

Существуют и другие виды работы по развитию мелкой моторики.

Практические задания:

- превратиться в «Золушку» и разобрать гречку, рис.
- в «Строителя» и построить из счетных палочек постройку.
- в «швею» и выложить по образцу из веревочек орнамент.
- в «садовода» и выложить из семян силуэт предмета.
- в «Волшебный карандаш» и заштриховать фигуру.
- в «Художника» и написать картину с помощью трафаретов.

Таким образом, применяя в работе с ребенком игры и упражнения на развитие моторных навыков, вы сможете ребенку избежать некоторых проблем в развитии речи, учителю – логопеду ускорить процесс постановки звуков, повлияете на интеллектуальное развитие ребенка и подготовите руку к овладению навыками письма.

Желаем успеха!

