

### **Комплекс пальчиковой гимнастики**

С какого возраста рекомендуется заниматься пальчиковой гимнастикой? Для развития мелкой моторики были разработаны в игровой форме различные пальчиковые игры. Пальчиковая гимнастика очень важна для малышей, для их, прежде всего, умственного развития. Чем раньше вы начнете заниматься с ребенком пальчиковыми играми, пальчиковой гимнастикой, тем раньше ребенок начнет говорить. Также развитие мелкой моторики влияет на развитие внимания, памяти, мышления ребенка.

#### **Пальчиковые игры для детей с 3 месяцев**

Работу по тренировке пальцев рук можно начинать с детьми в возрасте от трех месяцев. Гимнастика с такими малышами носит характер легкого тактильного общения. С помощью простых поглаживаний ладоней и пальчиков, подтягиваний за сомкнутые вокруг пальца родителя кулачки ребенок осваивает окружающий мир и себя.



С 6-7 месяцев нужно проводить систематические тренировки: сюда входит массаж кисти рук и каждого пальчика, каждой его фаланги. Проводится разминание и поглаживание ежедневно в течение 2-3 минут.

Примерно с 10 месяцев, кроме выполнения пассивных упражнений ребенка нужно учить катать между ладонками и пальчиками шарики и палочки разного диаметра; рвать бумагу, отщипывать кусочки от куска глины или пластилина; перекладывать из одной коробки в другую разные мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т.п.) одной рукой или двумя одновременно. Можно заниматься конструированием из кубиков, собирать различные пирамидки.

#### **Пальчиковые игры для детей с 1,5 года**

Начиная с полутора лет активно используют более сложные пальчиковые народные игры – потешки, игры с пальчиковыми зверушками, пальчиковый счет – задания, специально направленные на развитие тонких движений пальцев рук. Детей учат играть в различные шнуровки, расстегивать и застегивать пуговицы, перематывать нитки из одного клубка в другой, собирать крупные пазлы.



Можно вкладывать между плотно прижатыми друг к другу ладошками ребенка шестигранный карандаш, чтобы малыш катал его вверх и вниз. Полезно сжимать в руке два предмета и перекатывать их без помощи другой руки.

### **Пальчиковые игры для детей от 3 до 6 лет**

С 3-х до 6-ти лет совершенствуется техника уже освоенных пальчиковых игр. Помимо этого широко используются игры с мозаикой, нанизывание бус, бисера, шнуровки, выкладывание узоров из круп. К четырем с половиной годам ребенок должен уметь правильно зашнуровывать и завязывать шнурки, развязывать узелки. Уверенно держать карандаш и заштриховывать картинку, не выходя за контур.

В шесть лет ребенок должен уметь правильно называть пальцы в прямой и обратной последовательности, вразнобой, с прикосновением, с показом у себя и у других, с закрытыми глазами, хорошо владеть карандашом, раскрашивать, варьируя силу нажима, соединять точки точными линиями, вырезать по контуру и лепить. В этом возрасте можно познакомить ребенка с бисероплетением. В этом возрасте детям доступен «пальчиковый театр», «кукольный театр».



У старших дошкольников комплекс упражнения гимнастики для пальцев проводят ежедневно в течении 6-8 минут. Он включает в себя 6-8 упражнений, выполняемых в такой последовательности: кончик пальцев, кисти, предплечье, плечо. По мере привыкания к комплексу в него включаются новые упражнения или усложняются условия выполнения уже разученных ранее упражнений.

Итак, наибольшее воздействие импульсации от мышц рук на развитие коры головного мозга происходит только в детском возрасте, пока идет формирование моторной области. Поэтому работа по развитию мелкой моторики пальцев рук в дошкольном возрасте имеет особое значение.

## Пальчиковые игры для детей



Примеры пальчиковых игр для детей младшего и среднего дошкольного возраста.

### «Сорока»

Сорока, сорока,  
(Указательным пальцем правой руки дети водят по ладони левой)  
Где была? Далеко?  
Кашу варила, деток кормила:  
Этому дала,  
(Сгибают поочередно каждый палец, кроме мизинца)  
Этому дала,  
Этому дала,  
Этому дала,  
А этому не дала:  
(Стучат указательным пальцем по мизинцу в ритме потешки).  
Ты дров не рубил,  
Ты воды не носил,  
Ты печь не топил,  
Ничего не получил.  
«Сорока-белобока»  
(Указательным пальцем правой руки дети водят по ладони левой.)  
Сорока, сорока, сорока-белобока  
Кашу варила, на порог скакала,  
Гостей созывала.  
Гости на двор – кашу на стол.  
Этому дала на тарелочке,  
(Сгибают поочередно каждый палец, кроме мизинца.)  
Этому дала на блюдечке,  
Этому в чашечке,  
Этому в мисочке,  
А этому не дала:  
(Стучат указательным пальцем по мизинцу в ритме потешки.)  
Ты дров не рубил,  
Ты воды не носил,  
Ты печь не топил,  
Ничего не получил.

### «Идет коза рогатая»

(Правой рукой дети изображают рога, вытянув вперед указательный палец и мизинец.)

Идет коза бодатая,  
Ножками - топ-топ!

(Кончиками пальцев обеих рук ударяют по столу или коленям.)

Глазками - хлоп-хлоп!

Кто каши не ест,

Молока не пьет,

(Хлопают в ладоши.)

Того коза забодает, забодает.

### **«Ладушки»**

Ладушки, ладушки

(Взрослый берет руки ребенка, хлопает ими в ладоши в такт, а на предпоследние слова руки разводит и быстро поднимает на голову ребенка.)

Где были? У бабушки.

Что ели – кашку, что пили – бражку,

Бражка сладенька,

Кашка масленька,

Ложка маленька,

Бабушка добренька.

Попили, поели,

Шшшу – полетели, полетели

На головку сели.



### **«Оладушки»**

Бабушка, бабушка

(Дети загибают поочередно пальцы на обеих руках.)

Испекла оладушки.

Один Машеньке,

Один Коленьке...

И т.д., перечисляя всех детей.

### **«Моя семья»**

Этот пальчик – дедушка,

(Дети поочередно сгибают пальцы, начиная с большого.)

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я,

Вот и вся моя семья!  
(Хлопают в ладоши.)  
Пальчиковые игры для детей среднего возраста

### **«Прятки»**

В прятки пальчики играли  
(Дети ритмично сгибают и разгибают пальцы.)  
И головки убирали.  
Вот так, вот так,  
И головки убирали.

### **«Этот пальчик»**

Этот пальчик хочет спать,  
(Дети поочередно сгибают пальцы, начиная с мизинца.)  
Этот пальчик прыг в кровать.  
Этот пальчик прикорнул,  
Этот пальчик уж заснул.  
(Поднимают большой палец вертикально.)  
Тише, тише, не шуми,  
Братиков не разбуди!  
Встали пальчики. Ура!  
В детский сад идти пора!

### **«Фонарики»**

Расположить ладони перед собой, выпрямив и раздвинув пальцы.  
Сжимать и разжимать пальцы на обеих руках одновременно, сопровождая движения соответствующими фразами.  
Фонарики зажглись!  
(пальцы выпрямить)  
Фонарики погасли!  
(пальцы сжать)  
Упражнение выполнять несколько раз.

### **«Пальчик-мальчик»**

Пальчик-мальчик, где ты был?  
(Дети показывают большие пальцы на обеих руках.)  
С этим братцем в лес ходил.  
(Поочередно соединяют остальные пальцы с большим.)  
С этим братцем щи варил,  
С этим братцем кашу ел,  
С этим братцем песни пел.