



## «НУЖНО С ПАЛЬЦАМИ ДРУЖИТЬ, ЕСЛИ УМНЫМ ХОЧЕШЬ БЫТЬ»

Здоровый и развитый малыш – это счастье родителей. Разве найдутся на свете мать и отец, которые не хотели бы видеть своего ребёнка крепким, подвижным и умным? К сожалению, таким он не может стать сам. С ребёнком надо заниматься.

**Формирование и совершенствование мелкой моторики** (мелких мышц пальцев, способности выполнять ими тонкие координированные манипуляции) - первооснова для развития центральной нервной системы, основа для активизации всех высших психических функций, в частности, речи и мышления ребёнка.

Исследованиями учёных, которые изучали деятельность мозга, психику детей, было отмечено стимулирующее значение функции руки. Ещё Аристотель сказал: «Рука – это инструмент всех инструментов». «Рука – это своего рода внешний мозг», - писал Кант. А известному педагогу В.А.Сухомлинскому принадлежит высказывание: «Источник дарований и способностей ребёнка находится на кончиках его пальцев». Действительно, двигательные импульсы пальцев рук влияют на формирование «речевых» зон и положительно действуют на кору головного мозга. Чем больше малыш умеет, хочет и стремится делать руками, тем он умнее и изобретательнее. Это значит, что развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот. И работа эта – разносторонняя и многообразная – может вестись в 3-х направлениях:

1. Пальчиковая гимнастика (активная и пассивная);
2. Обучение умению целенаправленно управлять движениями в бытовых ситуациях, приобретать навыки самообслуживания;

3. Формирование мелкой моторики в специально созданных ситуациях, с использованием настольных игр, игр в повседневной жизни, в различных видах деятельности.

### Что происходит, когда ребёнок занимается пальчиковой гимнастикой

✚ Выполнение упражнений и ритмичных движений пальцами приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и усилению согласованной деятельности речевых зон, что стимулирует развитие речи и, как следствие, развитие мышления.

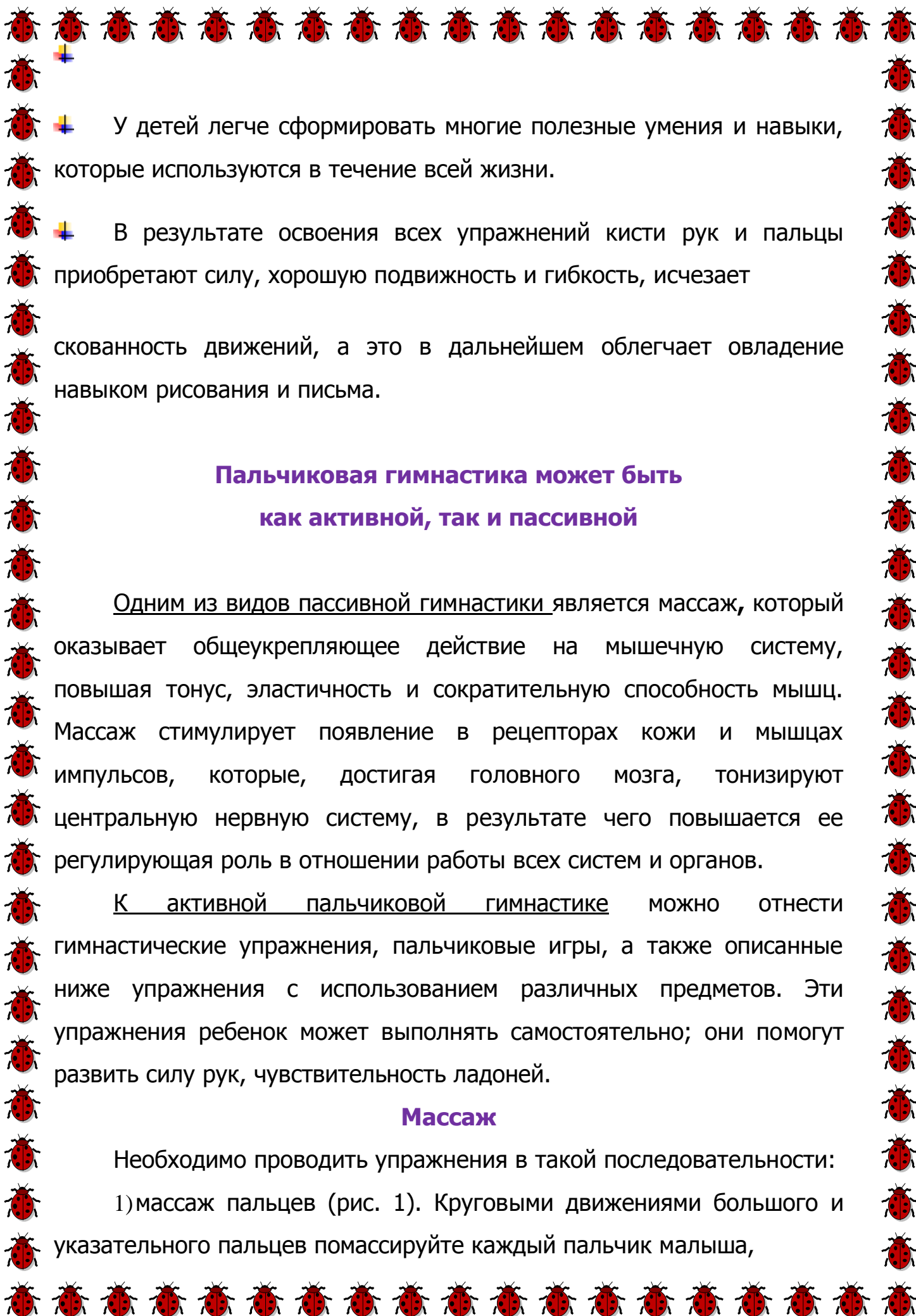
✚ Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают «речевую активность ребёнка».

✚ Ребёнок учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.

✚ Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, и усилится контроль за выполняемыми движениями.

✚ Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений.

✚ У детей развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, они могут «рассказывать руками» целые истории.



У детей легче сформировать многие полезные умения и навыки, которые используются в течение всей жизни.

В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, исчезает скованность движений, а это в дальнейшем облегчает овладение навыком рисования и письма.

### **Пальчиковая гимнастика может быть как активной, так и пассивной**

Одним из видов пассивной гимнастики является массаж, который оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышая тонус, эластичность и сократительную способность мышц. Массаж стимулирует появление в рецепторах кожи и мышцах импульсов, которые, достигая головного мозга, тонизируют центральную нервную систему, в результате чего повышается ее регулирующая роль в отношении работы всех систем и органов.

К активной пальчиковой гимнастике можно отнести гимнастические упражнения, пальчиковые игры, а также описанные ниже упражнения с использованием различных предметов. Эти упражнения ребенок может выполнять самостоятельно; они помогут развить силу рук, чувствительность ладоней.

### **Массаж**

Необходимо проводить упражнения в такой последовательности:

1) массаж пальцев (рис. 1). Круговыми движениями большого и указательного пальцев помассируйте каждый пальчик малыша,



начиная от их кончиков;

2) массаж кисти с помощью круговых и мнущих движений (рис.2);

3) массаж всей руки (рис. 3). Осторожно помассируйте руку ребенка путем поглаживающих и растирающих движений ладони от кисти к плечу.

Если делать такой массаж ежедневно, уже через несколько месяцев можно увидеть благотворный результат: руки ребенка

перестанут быть мягкими, они, словно, наполнятся силой.

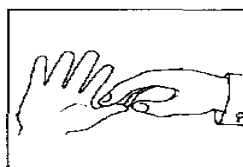


Рис. 1

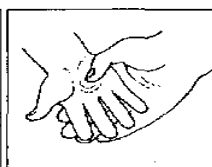


Рис. 2

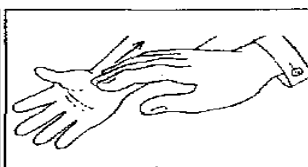


Рис.3

## Гимнастические упражнения

### для мелкой мускулатуры пальцев

✚ Массаж руки (поглаживание, разминание, похлопывание для появления ощущения тепла – до 1 минуты).

✚ «Здравствуй, пальчик!» - поочерёдно пальцы правой руки «здороваются» с пальцами левой руки (большой с большим и т.д.).

✚ «Весёлые человечки» - указательный и средний пальцы бегают по столу.

✚ «Щелчок» - сделать щелчок каждым пальцем левой и правой руки.

✚ «Замок» - постепенное поднятие пальцев, плотно прижатых друг другу по параллели: «пошли пальчики гулять, раз, два, три, четыре, пять».



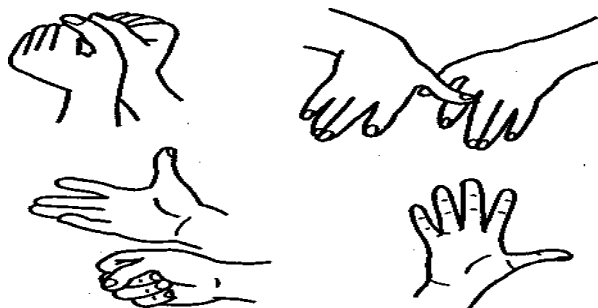


✚ «Корни деревьев» - кисти рук сплетены, растопыренные пальцы опущены вниз.

✚ «Шарик» - пальцы обеих рук в щепотке, дуем на них; при этом пальцы принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальцы принимают и.п.

### Пальчиковая игра для самых маленьких

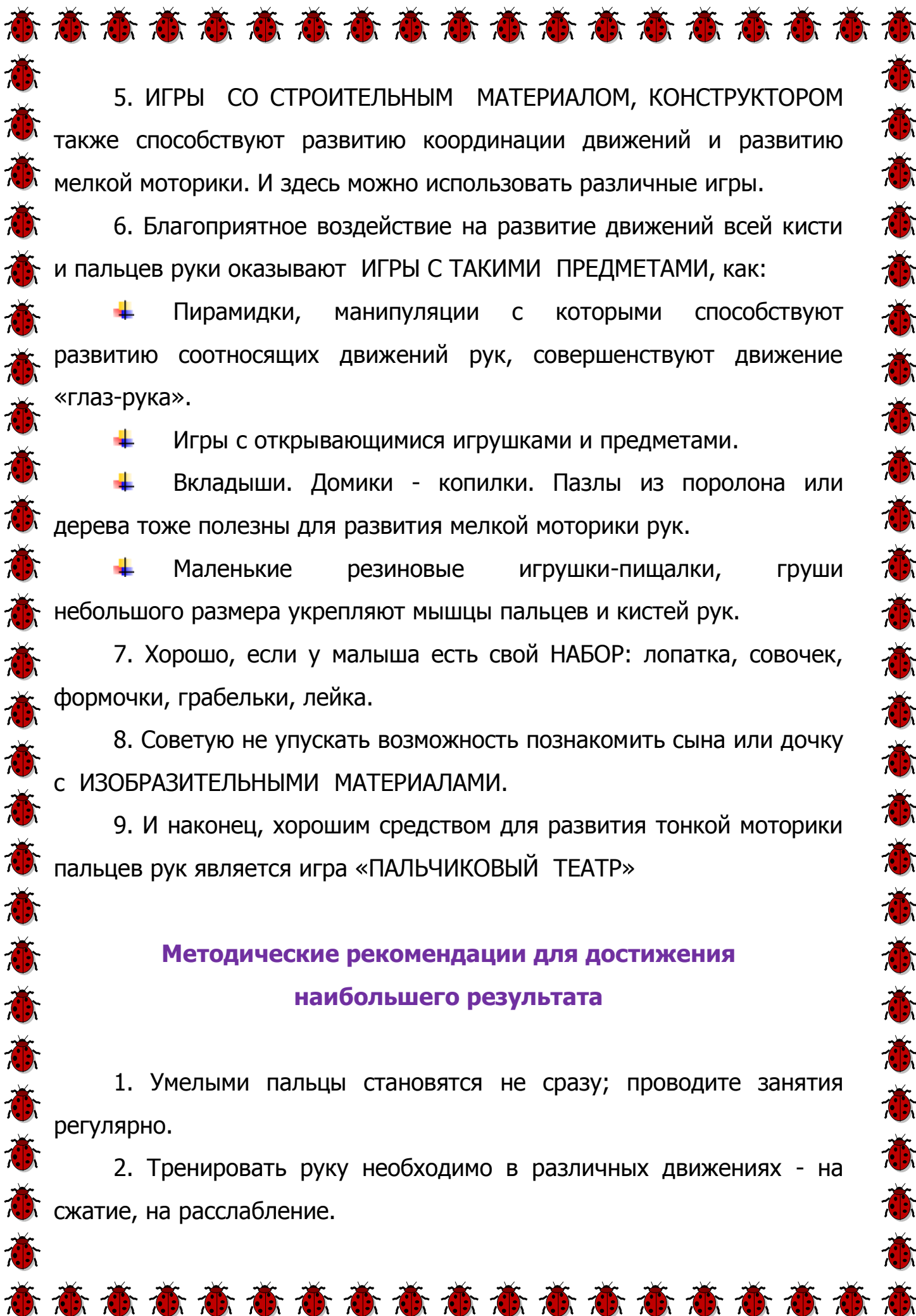
Мы белье стирали,	<i>Трем один кулачок об другой.</i>
В речке полоскали,	<i>Движения ладонями вправо-влево.</i>
Выжали, развесили	<i>Сжимаем — разжимаем кулачки, имитируя движения развешивания, белья.</i>
То-то стало весело!	<i>Круговые движения кистями, ладони вверх, пальцы разведены в стороны (фонарики).</i>



### Какие игры и упражнения могут помочь маленьким и пока еще не вполне умелым ручкам стать совершеннее?

1. Хороши игры с МОЗАИКОЙ.
2. Ловкость и сноровку приобретают пальчики и в результате упражнений со ШНУРОВКОЙ, БУСАМИ.
3. Можно включить задания, направленные на развитие мелкой моторики, используя, например, СЧЁТНЫЕ ПАЛОЧКИ.
4. Для развития кисти рук и координации движений будут полезны МЯЧИКИ средних размеров, которые могут быть гладкими, шершавыми, колючими, мягкими, твёрдыми и т.п.





5. ИГРЫ СО СТРОИТЕЛЬНЫМ МАТЕРИАЛОМ, КОНСТРУКТОРОМ также способствуют развитию координации движений и развитию мелкой моторики. И здесь можно использовать различные игры.

6. Благоприятное воздействие на развитие движений всей кисти и пальцев руки оказывают ИГРЫ С ТАКИМИ ПРЕДМЕТАМИ, как:

- ✚ Пирамидки, манипуляции с которыми способствуют развитию соотносящих движений рук, совершенствуют движение «глаз-рука».

- ✚ Игры с открывающимися игрушками и предметами.

- ✚ Вкладыши. Домики - копилки. Пазлы из поролона или дерева тоже полезны для развития мелкой моторики рук.

- ✚ Маленькие резиновые игрушки-пищалки, груши небольшого размера укрепляют мышцы пальцев и кистей рук.

7. Хорошо, если у малыша есть свой НАБОР: лопатка, совочек, формочки, грабельки, лейка.

8. Советую не упускать возможность познакомить сына или дочку с ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫМИ МАТЕРИАЛАМИ.

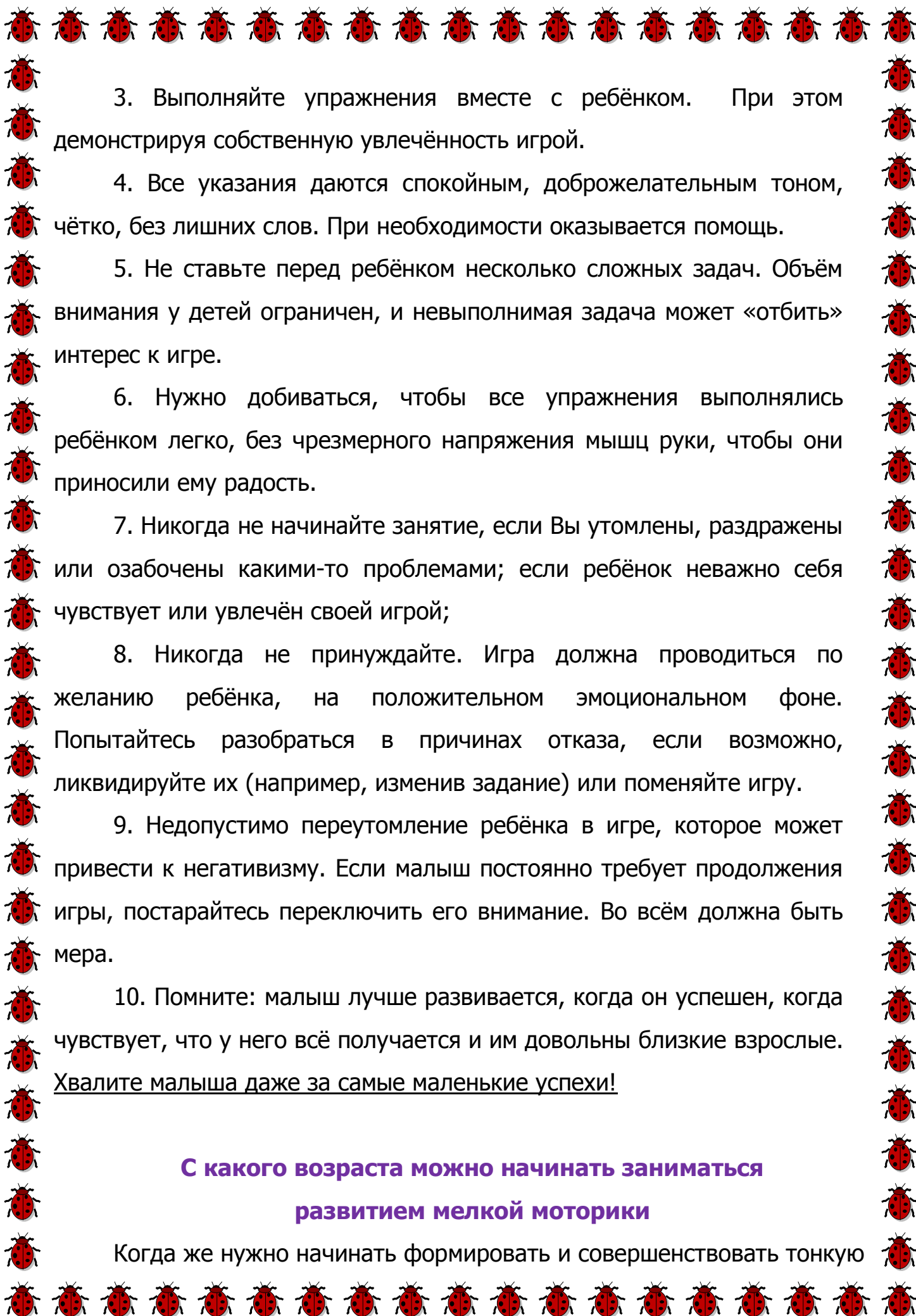
9. И наконец, хорошим средством для развития тонкой моторики пальцев рук является игра «ПАЛЬЧИКОВЫЙ ТЕАТР»

### **Методические рекомендации для достижения наибольшего результата**

1. Умелыми пальцы становятся не сразу; проводите занятия регулярно.

2. Тренировать руку необходимо в различных движениях - на сжатие, на расслабление.





3. Выполняйте упражнения вместе с ребёнком. При этом демонстрируя собственную увлечённость игрой.

4. Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости оказывается помощь.

5. Не ставьте перед ребёнком несколько сложных задач. Объём внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.

6. Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись ребёнком легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили ему радость.

7. Никогда не начинайте занятие, если Вы утомлены, раздражены или озабочены какими-то проблемами; если ребёнок неважно себя чувствует или увлечён своей игрой;

8. Никогда не принуждайте. Игра должна проводиться по желанию ребёнка, на положительном эмоциональном фоне. Попробуйте разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их (например, изменив задание) или поменяйте игру.

9. Недопустимо переутомление ребёнка в игре, которое может привести к негативизму. Если малыш постоянно требует продолжения игры, постарайтесь переключить его внимание. Во всём должна быть мера.

10. Помните: малыш лучше развивается, когда он успешен, когда чувствует, что у него всё получается и им довольны близкие взрослые. Хвалите малыша даже за самые маленькие успехи!

### **С какого возраста можно начинать заниматься развитием мелкой моторики**

Когда же нужно начинать формировать и совершенствовать тонкую

моторику кисти и пальцев рук у малыша? Народная мудрость гласит, что развивать мелкую моторику малыша нужно с первых дней жизни, а не делать скидок на возраст, легкомысленно не отмахиваться от насущных потребностей сегодняшнего дня, оставляя что-то на потом.



**Эта методическая литература поможет  
Вам заниматься с ребёнком дома**

1. Борисенко М.Г., Лукина Н.А. Наши пальчики играют (Развитие мелкой моторики). – СПб.: «Паритет», 2003. – 144 с.
2. Борисенко М.Г., Лукина Н.А. Творю, строю, мастерю... – СПб.: «Паритет», 2003. – 144 с.
3. Галкина Г.Г., Дубинина Г.И. Пальцы помогают говорить. – 2007.
4. Пименова Е.П. Пальчиковые игры. – Ростов н/Д: Феникс, 2007.
5. Погудкина И.С. Что делать и чем заняться от 1 года до 3 лет. Сборник игр и упражнений. – М.: Книголюб, 2006. – 72 с.
6. Савельева Е.А. Тематические загадки и весёлые игры для пальчиков: метод. пособие для работы с детьми дошкольного возраста / Е.А. Савельева. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2007. – 40 с.
7. Узорева О.В. Пальчиковая гимнастика. / О.В. Узорева, Е.А. Нефёдова. – М.: АСТ: Астрель, 2006. – 127 с.
8. Черенкова Е.Ф. Оригинальные пальчиковые игры. – М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ. XXI век», 2008 – 186 с.
9. Янушко Е.А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста (1-3 года). Методическое пособие для воспитателей и родителей – М.: Мозаика-Синтез, 2007. – 56 с.

**Разумеется, список может быть расширен в соответствии  
с Вашим желанием, требованиями и возможностями.**



