

«Старайся, упражняйся – моторика развивайся»

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.

Такую тренировку следует начинать с самого раннего детства. Помогайте ребенку координированно и ловко манипулировать пальцами. Обращайте внимание на то, чтобы малыш овладевал простыми, но жизненно важными умениями — правильно держать чашку, ложку, карандаш, умываться.

Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?

- 1.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.
- 2.Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умения подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.
- 3.Малыш учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять.
- 4.Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.
- 5.Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений.
- 6.У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказать руками» целые истории.
- 7.В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

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.

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.

Затем можно выполнять некоторые упражнения 3 группы, но в пассивной форме, то есть Вы сами сгибаете, разгибаете пальчики малыша и совершаете другие энергичные, сопровождая их ритмическими строчками. При этом важно, чтобы в упражнениях участвовали все пальчики.

Затем ребенка нужно учить:

- катать между ладонями и пальчиками шарики и палочки разного размера;
- рвать бумагу, отщипывать кусочки от куска пластилина (глины);
- перекладывать из одной коробки в другую разные мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т. п.) одной рукой или двумя одновременно.

Затем переходят к выполнению упражнений в активной форме, то есть, 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.

Пальчиковая гимнастика:

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.

Когда упражнения будут хорошо знакомы, можно выполнять следующие **игровые задания**:

1. 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.

2. «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.

Но мы знаем и о других видах работы по развитию мелкой моторики. О них я вам напомню.

Практическое задание:

- 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 поможете 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.

