

## Как играть в пальчиковые игры.

Перед началом упражнений дети разогревают ладони лёгкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.

Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала правой рукой, затем левой, а потом двумя руками вместе.

Выполняя упражнения вместе с детьми, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.

При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки.

Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.

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

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

В идеале: каждое занятие имеет своё название, длится несколько минут и повторяется в течение дня 2 – 3 раза.

При повторных проведениях игры дети нередко начинают произносить текст частично (особенно начало и окончание фраз). Постепенно текст разучивается наизусть, дети произносят его целиком, соотнося слова с движением.

Выбрав два или три упражнения, постепенно заменяю их новыми. Наиболее понравившиеся игры оставляем в своём репертуаре и возвращаемся к ним по желанию детей.

Очень чётко придерживаемся следующего правила: не ставить перед детьми несколько сложных задач сразу (к примеру: показывать движения и произносить текст). Так как объём внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.

Никогда не принуждайте! Попробуйте разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их (например, изменив задание) или поменяйте игру.

## Группы пальчиковых игр.

Пальчиковые игры разнообразны по содержанию и делятся на группы:

### **Игры – манипуляции.**

«Ладушки-ладушки...», «Сорока-белобока...» - указательным пальцем осуществляют круговые движения.

«Пальчик-мальчик, где ты был?..», «Мы делили апельсин...», «Этот пальчик хочет спать...», «Этот пальчик – дедушка...», «Раз, два, три, четыре, кто живёт в моей квартире?..», «Пальчики пошли гулять...» - ребёнок поочерёдно загибает каждый пальчик.

Эти упражнения он может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение: в каждом пальчике ребёнок видит тот или иной образ.

### **Сюжетные пальчиковые упражнения.**

«Пальчики здороваются» - подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (правой, левой руки, двух одновременно).

«Распускается цветок» - из сжатого кулака поочерёдно «появляются» пальцы.

«Грабли» - ладони на себя, пальцы переплетаются между собой.

«Ёлка» - ладони от себя, пальцы в «замок» (ладони под углом друг к другу). Пальцы выставляют вперёд, локти к корпусу не прижимаются.

К этой группе относятся также упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта и мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревьев. Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой.

Ребёнок может поочерёдно соединять пальцы каждой руки друг с другом, или выпрямлять по очереди каждый палец, или сжимать пальцы в кулак и разжимать и в это время произносить звуки: б-п, д-т, к-г.

### **Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга»).**

«Колечко» - поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с каждым пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

«Кулак – ребро – ладонь» - последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«Ухо – нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой – за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

«Симметричные рисунки» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т.д. Главное, чтобы ребёнок смотрел во время «рисования» на свою руку).

«Горизонтальная восьмёрка» - нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза – сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками.

### **Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук.**

В данных упражнениях используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание (от периферии к центру).

«Помоем руки под горячей струёй воды» - движение, как при мытье рук.

«Надеваем перчатки» - большим и указательным пальцами правой и левой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.

«Засолка капусты» - движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движения обеих кистей: имитация посыпания солью, сжатие пальцев в кулак.

«Согреем руки» - движения, как при растирании рук.

«Молоточек» - фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки «забивать» гвозди.

«Гуси щиплют травку» - пальцы правой руки пощипывают кисть левой.

Для более эффективного самомассажа кисти рук используются грецкий орех, каштан, шестигранный карандаш, массажный мячик.

### **Театр в руке.**

Позволяет повысить общий тонус, развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.

«Бабочка» - сжать пальцы в кулак и поочередно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения («трепетание пальцев»).

«Сказка» - детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец – какой-либо персонаж.

«Осьминожки» - правая рука, осторожно и по очереди передвигая свои щупальцы-пальцы, путешествует по морскому дну. Навстречу движется осьминог – левая рука. Увидели друг друга, замерли, а потом стали обследовать морское дно вместе.

Известно, что между речевой и общей двигательной системой человека существует тесная связь. Такая же тесная связь установлена между рукой и речевым центром мозга. Гармонизация движений тела, мелкой моторики и органов речи способствует формированию правильного произношения, помогает избавиться от монотонности речи, нормализовать её темп, учит соблюдению речевых пауз, снижает психическое напряжение. Известно и то, что в последние 5 – 10 лет уровень речевого развития детей заметно снизился. Почему? Родители меньше говорят с детьми, потому что многие из них страшно заняты на работе. Дети и сами меньше говорят, потому что больше смотрят и слушают (теле – аудио – видео...) они редко делают что-то своими руками, потому что современные игрушки и вещи устроены максимально удобно.

Итак, подводя итоги, можно констатировать следующее: пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться. Помимо этого, пальчиковые игры расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

Игры с пальчиками – это не только стимул для развития речи и мелкой моторики, но и один из вариантов радостного общения с близкими людьми. Когда мама для пальчиковой игры берёт малыша на руки, сажает на колени, обнимая, придерживает, когда она трогает его ладошку, поглаживает или щекочет, похлопывает или раскачивает, ребёнок получает массу необходимых для его эмоционального и интеллектуального развития впечатлений.

Приложение. Пальчиковая игра «Дружба»

Дружат в нашей группе девочки и мальчики.

(пальцы рук соединяются ритмично в «замок»)

Мы с тобой подружим маленькие пальчики.

(ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук)

Раз, два, три, четыре, пять,

(поочередное касание одноименных пальцев,  
начиная с мизинцев)

Начинай считать опять.

Раз,два,три,четыре,пять.

Мы закончили считать.

Подготовил воспитатель 2 младшей группы  
К. А. Макаренко