

Пальчиковая гимнастика в детском саду

*«Если руки неумелы,
Если пальчики несмелы,
Трудно ручку удержать,
Буквы ровно написать
Не удержишь карандаш –
Не получится пейзаж».*
В. Лирясова.

Актуальность:

Как воспитатель в детском саду я сталкиваюсь с проблемой развития речи детей. Отставание в развитии речи осложняет организацию жизни детей в группе. Слабое развитие мелкой моторики не позволяет организовывать разнообразную игровую деятельность. Дети не справляются даже с самими простыми игровыми заданиями: “Построй домик из кубиков”, “Собери башенку из колечек”, “Покорми куклу”. Налицо тревожная тенденция снижения уровня развития кистевой моторики у детей дошкольного возраста.

Жизнь показывает, что у медали две стороны. Так, следствием развития цивилизации является общее моторное отставание у детей. Ведь куда проще и быстрее использовать соответствующую машину, чтобы почистить, постирать, взбить, связать... Любой дошкольник умеет пользоваться компьютером, телефоном, но не каждый сможет выложить узор из мозаики, застегнуть пуговицы, завязать шнурки. В результате, то, что облегчает жизнь и экономит время, лишает ребёнка возможности больше работать руками. Движение пальцев и кистей рук ребёнка имеют особое развивающее воздействие.

Использование пальчиковых игр и упражнений помогают детям:

- 1.Сделать рывок в развитии речи-улучшить произношение и обогатить лексику;
- 2.Развивать внимание, терпение, умение концентрироваться на выполняемых действиях;
- 3.Развивать фантазию и проявлять творческие способности;
- 4.Играя, освоить начала геометрии, как на плоскости, так и в пространстве;
- 5.Развивать память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений;
- 6.Ощутить радость взаимопонимания без слов, понять возможности несловесного общения;

7. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем овладение навыком письма.

Поэтому развивать общую и мелкую моторику ребёнка необходимо с самого раннего возраста. В этом помогают пальчиковые игры.

Необходимо помнить три важных правила:

Первое: пальцы правой и левой рук следует нагружать равномерно;

Второе: после каждого упражнения нужно расслаблять пальцы (например, потрясти кистями рук);

Третье: поскольку пальчиковая гимнастика оказывает комплексное воздействие, она должна использоваться на всех образовательных деятельности в ДОУ.

Правила выполнения упражнений:

1. Перед игрой с ребенком можно обсудить ее содержание. Это не только позволит подготовить его к правильному выполнению упражнения, но и создаст необходимый эмоциональный настрой.

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

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

4. Выполняйте упражнение вместе с ребенком, при этом демонстрируя собственную увлеченность игрой.

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

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

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

8. Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, четко, без лишних слов. При необходимости ребенку оказывается помощь.

9. В идеале каждое занятие имеет свое название, длится несколько минут и повторяется в течение дня 2-3 раза.

10. 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.

11. Выбрав два или три упражнения, постепенно заменяйте их новыми. Наиболее понравившиеся игры можете оставить в своем репертуаре и возвращаться к ним по желанию ребенка.

12. Не ставьте перед ребенком несколько сложных задач сразу (к примеру, показывать движения и произносить текст). Объем внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.

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

Все упражнения пальчиковой гимнастики можно разделить на три 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.

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).

Кошечка

Вариант 1.

Две ладошки одновременно сжать в кулачки и поставить на стол, затем одновременно выпрямить пальчики и прижать к столу, повторить 3-5 раз.

Кулачок- ладошка.

Я иду как кошка.

Вариант 2.

При выполнении упражнения руки располагаются на столе.

Попеременная смена положений на счёт «раз-два».

«раз»: левая рука- кулачок, правая рука- ладошка.

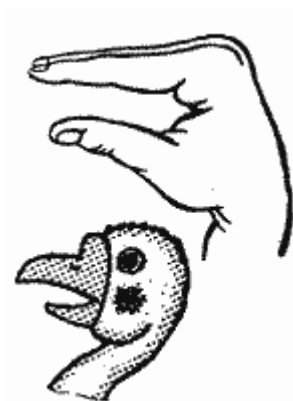
«два»: левая рука- ладошка, правая рука- кулачок.

Повторить несколько раз.

2 группа. Упражнения для пальцев условно статические:

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

Гусь



Гусь стоит и все гогочет,
Ущипнуть тебя он хочет.

*Указательный палец опирается на
большой. Все пальцы прижаты
друг к другу.*

*Предплечье вертикально.
Ладонь под прямым углом.*

Петушок

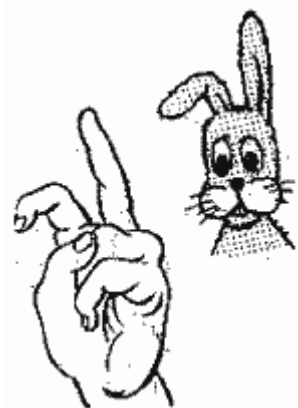


Петушок стоит весь яркий,
Гребешок он чистит лапкой.

*Ладонь вверх указательный
палец опирается на большой.*

*Остальные пальцы растопырены в
стороны и подняты вверх.*

Зайка и ушки



*Ушки длинные у зайки,
Из кустов они торчат.
Он и прыгает и скачет,
Веселит своих зайчат.*

*Пальчики в кулачок.
Выставить вверх указательный и
средний пальцы. Ими шевелить в
стороны*

3 группа. Упражнения для пальцев динамические:

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

Пальчики ложатся спать

Поочерёдное сгибать пальцы в кулачок, начиная с большого.
Этот пальчик хочет спать
Этот пальчик лег в кровать
Этот пальчик чуть вздремнул
Этот пальчик уж уснул
Этот крепко-крепко спит
Тише, тише, не шумите...

Солнце красное взойдет,
Утро ясное придет,
Будут птицы щебетать,
Будут пальчики вставать!

Домик

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять!
Раз, два, три, четыре, пять,
В домик спрятались опять.

(Пальцы сжать в кулачок. Поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке)

Наши пальцы

Дружно пальцы встали в ряд *(покажите ладони)*
Десять крепеньких ребят *(сожмите пальцы в кулак)*
Эти два – всему указка *(покажите указательные пальцы)*
Все покажут без подсказки.
Пальцы – два середнячка *(продемонстрируйте средние пальцы)*
Два здоровых бодрячка.
Ну, а эти безымянны *(покажите безымянные пальцы)*
Молчуны, всегда упрямы.
Два мизинца-коротышки *(вытяните мизинцы)*
Непоседы и плутишки.
Пальцы главные среди них *(покажите большие пальцы)*
Два больших и удалых *(остальные пальцы сожмите в кулак)*

Для развития мелкой моторики кисти кроме пальчиковой гимнастики можно использовать следующие виды деятельности:

- массаж кистей рук с использованием чистоговорок, скороговорок;
- игры на координацию движений (с резиновыми и тряпочными мячами, магнитными удочками);
- «пальчиковый театр»;
- выкладывание узоров из мелких камешков, круп;
- вязание, шитьё, вышивание;
- завязывание и развязывание узелков;
- застёгивание и расстёгивание пуговиц различной величины;
- комканье и сжимание пористых губок (для тренировки мускулатуры кисти руки);

- лепка из глины или пластилина;
- нанизывание бус, бисера, пуговиц;
- нанизывание колец различной величины на стержень;
- перематывание цветных клубочков ниток;
- складывание из кубиков домиков, машинок и т.п.;
- собираение мозаики по возрастающей сложности;
- собираение пирамидки, матрёшки;
- узнавание предметов на ощупь;
- копирование узоров, рисунков или работа в прописях.