

Пальчиковая гимнастика для детей

Развитие умственных способностей ребенка напрямую зависит от развития моторики рук. Это связано со строением коры головного мозга человека: речевые зоны расположены рядом с зоной, отвечающей за движение рук.



Гимнастика для пальцев – первый помощник родителей в гармоничном развитии ребенка. Ее нужно и важно начинать с самого малого возраста. Шуточная и игровая форма упражнений вызовет у малыша массу восторгов, а пальчиковая гимнастика для детей в стихах будет способствовать развитию памяти и усидчивости.

Такое занятие отличный способ отвлечь малыша в дороге, поиграть с ним, научить новым словам, заинтересовать и поработать над усидчивостью.

Давайте подробнее остановимся на пользе тактильных игр для самых маленьких и для детей 4-5 лет.

Пальчиковые игры направлены на развитие:

- **Речи.** Пальчиковая гимнастика для детей 3 лет помогает малышу научиться повторять слова, которые взрослый произносит, занимаясь с пальчиками малыша. Центры мозга, отвечающие за речь, активизируются, развивается словарный запас. Замечено, что пальчиковые игры помогают малышу рано заговорить и хорошо выражать свои мысли.
- **Внимания.** У малыша развивается устойчивость, концентрация и объем внимания. Чем младше ребенок, тем ему сложнее сконцентрироваться и «усидеть на месте». Занятия с пальчиками способны заинтересовывать малыша и привлечь его внимание. Такая тренировка внимания поможет ребенку хорошо подготовиться к школе, когда нужно быть внимательным в течение всего урока.
- **Памяти.** Все движения пальчиков сопровождаются считалками, стихами или рассказом. Малыш следит за словами, ассоциирует их с движениями

собственных пальцев. Это способствует развитию как кратковременной (удержать внимание на объекте), так и долговременной памяти (выучить стишок наизусть).

- Мелкой моторики. Постоянное повторение упражнений способствует развитию подвижности и гибкости пальцев и кистей рук. Пальчиковая гимнастика для детей 3 — 4 лет отличается от упражнений для детей 4-5 лет. Набор упражнений усложняется. Так постепенно ребенок учится хорошо владеть своими руками и пальцами. В школе ему будет гораздо проще научиться писать и чертить под линейку.
- Воображения. Любой рассказ или стихотворение, сопровождающие упражнения, способствуют пробуждению и развитию творческого потенциала малыша. Во время [занятий](#) ребенок начинает фантазировать, представлять себе персонажей и объекты стихов. Это поможет ребенку проявить собственное творчество в будущем.

В каком возрасте начинать занятия?

Это тот случай, когда можно сказать, что чем раньше, тем лучше. Но если вы не успели начать рано, то начинайте прямо сейчас!

Тактильный интерес к окружающему миру малыш начинает демонстрировать уже в 4-месячном возрасте: рассматривает людей и объекты, тянет все в рот, трогает предметы и игрушки.

Уже начиная с этого возраста можно и нужно уделять внимание его пальчикам. Легкие движения, массаж, сгибания под добрый голос мамы обязательно понравятся ребенку. Помните считалку про сороку-ворону? Отличные упражнения для первого опыта проведения пальчиковой гимнастики.

Насколько полезны занятия пальчиковой гимнастикой?

Маленький ребенок познает мир с помощью игры. Чем разнообразнее игры, тем интереснее малышу. В Китае и Японии с древних времен используют акупунктурную технику: активация точек на теле человека, которые связаны с нервной системой и внутренними органами. На подушечках пальцев и в целом на кистях рук таких точек очень много. Поэтому при занятиях гимнастикой идет не только умственное развитие малыша, но и укрепление здоровья.

Как заниматься пальчиковой гимнастикой?

Занятия с малышом можно проводить в любое время и в любом месте, постепенно усложняя и увеличивая количество движений. Пальчиковая

гимнастика для детей 4 лет должна быть направлена на развитие не только тактильных ощущений (как для младенцев), но и на развитие творчества. В этом возрасте ребенок уже будет сам проявлять инициативу, менять правила игры, придумывать персонажей. Поддержите его в этом, придумайте вместе с ним веселые истории и стихи.



Утром встали пальчики

(все пальчики вытягиваются)

Стали приседать – раз, два, три, четыре, пять

(по очереди каждый пальчик сгибается)

Потянулись мальчики, будем танцевать

(совершаются вращательные движения)

Не ленитесь пальчики, встаньте же опять

(повторяем каждое движение заново).

Пальчиковая гимнастика для детей 5 лет способна пробудить у ребенка интерес к более серьезному развитию творческих навыков. В этом возрасте

воображение ребенка уже достаточно сформировано, и он может сам придумывать игры, новые движения и т.п.

Давайте рассмотрим этапы усложнения пальчиковых игр в зависимости от навыков выполнения и возраста ребенка.

1. Вначале взрослый сам показывает малышу движения и собственными руками сгибает и массирует пальчики малыша.
2. Постепенно ребенок старается самостоятельно повторять движения. Сначала одной рукой, затем двумя. Взрослый помогает малышу своими руками.
3. Следующий этап: ребенок и взрослый делают гимнастику одновременно, но каждый своими собственными пальцами.
4. Затем ребенку предлагается самостоятельно выполнить гимнастику под рассказ или стихотворение, которое читает взрослый.
5. Ребенок самостоятельно рассказывает текст и под него выполняет нужные движения.
6. Ребенок самостоятельно придумывает движения под текст. А затем может самостоятельно придумывать собственный текст и движения к нему.

Постоянные занятия пальчиковой гимнастикой совершенствуют умственные способности ребенка, улучшают артикуляцию, и подготавливают ребенка к обучению в школе.

Пальчиковая гимнастика в стихах

Моя семья

Этот пальчик –
дедушка (**разжимаем
поочередно пальцы из
кулачка, начиная с большого**)
Этот пальчик – бабушка
Этот пальчик – папочка
Этот пальчик – мамочка
Этот пальчик – я
Вот и вся моя семья! (**вращаем
разжатой ладошкой**)

Прогулка

Раз, два, три, четыре, пять (**загибаем
пальчики**)
Мы во двор пошли гулять
(**указательным и средними пальчиками
«идем» по столу**)
Бабу снежную слепили (**катаем ручками
«комоч»**)
Птичек крошками кормили (**«кормим
птичек»**)
С горки мы потом катались
(**ведём указательным пальцем правой**

руки по ладони левой руки)
А ещё в снегу валялись
**(кладём ладошки на стол то одной
стороной, то другой)**
Все в снегу домой пришли **(отряхиваем
ладошки)**
Суп поели **(«едим суп»)**,
спать легли **(ладошки под щечку)**.

Рыбка

Рыбка в озере живёт
Рыбка в озере плывёт
**(ладошки соединены и
делают плавные движения)**
Хвостиком ударит вдруг
**(ладошки разъединить и
ударить по коленкам)**
И услышим мы – плюх, плюх!
**(ладошки соединить у
основания и так похлопать)**

Снежок

Раз, два, три, четыре, **(загибать пальчики)**
Мы с тобой снежок слепили
(лепить, меняя положение ладоней)
Круглый, крепкий, очень гладкий.
**(показывают круг, глядят ладони друг о
друга)**
Раз – подбросим, **(«подбросить»,
посмотреть вверх)**
Два – поймаем. **(«ловят», приседают)**
Три – уроним **(встают, «роняют»)**
И ... сломаем! **(топают)**

Солнышко

Утром солнышко встаёт выше,
выше, **(руки высоко вверх)**.
Ночью солнышко зайдет ниже,
ниже. **(руки вниз)**.
Хорошо-хорошо солнышку
живётся,
(делаем ручками фонарики)
И нам вместе с солнышком
весело живётся
(хлопаем в ладоши)

Домик

Я гуляю во дворе **(хлопки ладошками по
коленкам поочередно каждой рукой)**
Вижу домик на горе **(ритмичные хлопки
ладошками)**
Я по лесенке взберусь **(раскрыть перед
собой ладони и, касаясь поочередно
кончиками пальцев, сложить лесенку,
начиная с больших пальцев)**
И в окошко постучусь.
Тук, тук, тук, тук! **(поочередно стучать
кулачком одной руки в ладошку другой)**

Гости

К Кате гости прибежали,
**(бежим пальчиками по столу
или по полу)**

Котёнок

Шёл один я по дорожке, **(показываем один
пальчик)**
Шли со мной мои две ножки, **(показывает**

Все друг другу руки жали. Здравствуй Жора, (соединяем большой и указательные пальчики) Здравствуй Жанна, (большой и средний) Рад Серёжа, (большой и безымянный) Рад Снежана (большой и мизинец) Не хотите ль пирожок? (ладошки складываем вместе) Может коржик (показываем 2 открытые ладошки) Иль рожок (2 кулачка ставим друг на дружку) Вот драже вам на дорожку (пальчиком тычем в открытую ладошку) Вы берите понемножку (несколько раз сгибаем ладошки в кулачки) Все стряхнули быстро крошки И захлопали в ладошки!	два пальчика) Вдруг на встречу три мышонка, (показываем три пальчика) Ой, мы видели котенка! (хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову) У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика) На лапках — острые царапки, (царапаем ноготками поверхность того что под рукой) Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков) Нужно быстро убегать! (двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности)
--	---

Пальчиковая гимнастика для детей 4 — 5 лет заложит хорошую базу для красивой и грамотной речи. Подготовит руку ребенка к письму, разовьет усидчивость и интерес к получению новых знаний.

Преимуществом гимнастики для пальцев и рук можно назвать то, что для ее проведения не требуется особенных навыков и умений. Любой взрослый человек сможет заняться таким видом деятельности с малышом. Есть только одно очень важно условие для успеха: регулярность. Если регулярно уделять занятием 15-20 минут, результаты будут потрясающими.

Начинайте заниматься с младенчества, не бросайте занятия, усложняйте, проявляете творчество и заинтересовывайте ребенка.

С уверенностью можно сказать, что результаты такого развития порадуют и взрослых и детей.