

# Консультация для родителей

## «Пальчиковые игры для детей раннего возраста»

Известному педагогу В. А. Сухомлинскому принадлежит высказывание: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев». «Рука - это инструмент всех инструментов», сказал еще Аристотель. «Рука — это своего рода внешний мозг», писал Кант.

На сегодняшний день общеизвестен факт: уровень развития высших форм познавательной деятельности находится в прямой зависимости от состояния двигательного анализатора в целом, а особенно от степени сформированности тонких движений кистей и пальцев рук! В связи с этим мероприятия по развитию мелкой моторики рук должны обязательно включаться в систему коррекционно-развивающего обучения детей, имеющих различные отклонения в психофизическом развитии.

В жизни человека существует недолгий, но поистине уникальный период, когда детский мозг запрограммирован на интенсивное формирование и обучение. И в то же время этот период жизни ребенка не случайно называют «нежный возраст». Нужно быть очень осторожным и деликатным в вопросах развития и образования малышей раннего возраста. Любящие родители, наверняка, заметили, с какой радостью малыш усваивает любую информацию, приобретает любые навыки без дополнительной информации с легкостью и азартом.

*Игры с пальчиками* развивают мозг ребенка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию.

Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы всего тела. Они способны улучшить произношения многих звуков. В общем, чем лучше работают пальцы и вся кисть, тем лучше ребенок говорит. Почему же это так? Дело в том, что рука имеет самое большое «представительство» в коре головного мозга, поэтому именно развитию кисти принадлежит важная роль в формировании головного мозга и становлению речи. И именно поэтому словесная речь ребенка начинается, когда движения его пальчиков достигают достаточной точности. Ручки ребенка как бы подготавливают почву для последующего развития речи.

Кроме того, целью занятий по развитию ловкости и точности пальцев рук является развитие взаимосвязи между полушариями головного мозга и синхронизация их работы. В правом

полушарии мозга у нас возникают различные образы предметов и явлений, а в левом они вербализируются, то есть находят словесное выражение, а происходит этот процесс благодаря «мостику» между правым и левым полушариями. Чем крепче этот мостик, тем быстрее и чаще по нему идут нервные импульсы, активнее мыслительные процессы, точнее внимание, выше способности.

Если вы хотите, чтобы ребенок хорошо разговаривал, быстро и легко учился, ловко выполнял любую, самую тонкую работу, - с раннего возраста начинайте развивать его руки: пальцы и кисти.

У самых разных народов пальчиковые игры были распространены издавна. В Китае распространены упражнения *с каменными и металлическими шарами*. Регулярные занятия с ними улучшают память, деятельность сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, устраняют эмоциональное напряжение, развивают координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус. А в Японии широко используются упражнения для ладоней и пальцев *с грецкими орехами*. Прекрасное воздействие оказывает перекачивание между ладонями *шестигранного карандаша*. И у нас с малолетства учили детей играть в *«Ладушки»*, *«Сороку-белобоку»*, *«Козу рогатую»*. Сегодня специалисты возрождают старые игры, придумывают новые.

О пальчиковых играх можно говорить как о великолепном универсальном, дидактическом и развивающем материале. Методика и смысл данных игр состоит в том, что нервные окончания рук воздействуют на мозг ребенка и мозговая деятельность активизируется.

Для обучения в школе очень важно, чтобы у ребенка были хорошо развиты мышцы мелкой моторики. Пальчиковые игры - хорошие помощники для того, чтобы подготовить руку ребенка к письму, развивать координацию. А для того чтобы параллельно развивалась и речь, можно использовать для таких игр небольшие стишки, считалки, песенки. В принципе, любые стихотворные произведения такого рода педагоги и родители могут сами *«переложить на пальцы»*, т. е. придумать сопровождающие речь движения для пальчиков - сначала простые, несложные, а затем эти движения усложнять. Благодаря пальчиковым играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Такие игры формируют добрые взаимоотношения между взрослым и ребенком.

## Методические рекомендации к проведению пальчиковых игр

1) Перед игрой с ребенком обсудить ее содержание, сразу при этом отрабатывая необходимые жесты, комбинация пальцев, движения. Это не только позволит подготовит малыша 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 упражнения 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 течении 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 движениями.

11) Выбрав два или три упражнения, постепенно заменяйте их новыми.

Наиболее понравившиеся игры можете оставить в своем репертуаре и возвращаться к ним по желанию малыша.

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.

Очень хорошо для развития речи то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются. Ритм и неизменный порядок слов, рифма для малыша являются чем-то магическим, утешают и успокаивают. Насколько малышу понравится игра зависит от исполнения взрослых. Для самых маленьких важно спокойно-ласковое настроение и осторожное, бережное прикосновение. Для детей с полутора-двух лет имеют большое значение выразительная мимика и речь взрослого, умение сделать в нужном месте паузы, сказать тихо или громко, угадать, когда нужно повторить движение без текста, определить, где нужно говорить очень медленно и т. д.

Хорошую тренировку движений дают народные **игры – потешки**.

**Потешка** – жанр устного народного творчества. Потешка исполняется в процессе действий, выполняемых маленьким ребенком вместе с взрослыми. Потешка, прежде всего, учит маленького ребенка понимать человеческую речь и учит выполнять различные жесты, движения, которым руководит слово. Потешка вводит ребенка в мир, учит его жить. Можно сказать, что потешка – это веселая народная школа для самых маленьких.

### СОРОКА-БЕЛОБОКА

Сорока-белобока кашку варила, деток кормила.

(взрослый слегка щекочет ладошку ребенка)

Этому дала, (загибает мизинчик ребенка)

этому дала, (загибает безымянный пальчик)

этому дала, (загибает средний пальчик)

этому дала, (загибает указательный пальчик)

а этому не дала: (шевелит большой пальчик)

ты дров не носил, печку не топил,

тебе каши не дадим! (слегка щекочет ребенка)

На ладошках и на стопах есть проекции всех внутренних органов. И все эти «бабушкины сказки» — не что иное, как массаж в игре.

Круговые движения взрослым пальцем по детской ладони в игре «Сорока-белобока кашу варила, деток кормила» стимулируют работу желудочно-кишечного тракта у малыша.

На центре ладони — проекция тонкого кишечника; отсюда и надо начинать массажи. Затем увеличивайте круги — по спирали к внешним контурам ладони: так вы «подгоняете» толстый кишечник (текст надо произносить не торопясь, разделяя слога). Закончить «варить кашу» надо на слове «кормила», проведя линию от развернувшейся спирали между средним и безымянным пальцами: здесь проходит линия прямой кишки (кстати, регулярный массаж между подушечками среднего и безымянного пальцев на собственной ладони избавит вас от запоров).

Сначала мизинчик: он отвечает за работу сердца. Потом безымянный — для хорошей работы нервной системы и половой сферы. Массаж подушечки среднего пальца стимулирует работу печени; указательного ~ желудка. Большой палец (которому «не дала» потому что дрова не рубил, кашу не варил — тебе ничего нет!») не случайно оставляют напоследок: он ответственен за голову, сюда же выходит и так называемый «легочный меридиан».

### **Массаж кистей рук**

Массаж не должен вызывать у ребенка неприятных ощущений. Можете сказать малышу, что «*мы погреем ручки*». Целесообразно использовать следующие приемы: поглаживание, легкое растирание, вибрацию, Массажные движения выполняются в направлении от кончиков пальцев до запястья. Продолжительность - 3-5 минут ежедневно или через день 10—12 раз. При необходимости курс можно повторить через месяц.

При *поглаживании* кисть производит движения в различных направлениях. Поглаживания проводят медленно и плавно.

При *растирании* применяется большая сила давления, рука как бы сдвигает кожу. Но растирание не должно приносить ребенку дискомфорт, в нашем случае оно должно быть легким.

При *вибрации* кончики полусогнутых пальцев наносят следующие один за другим удары (легко). Массаж лучше выполнять одной рукой, другая в это время фиксирует ручку ребенка.

Выполняются взрослым в медленном темпе, не допуская неприятных ощущений у ребенка. Фиксируя руку ребенка, взрослый сгибает, разгибает пальчики малыша, делает пальчиками круговые движения.

Рука ребенка лежит на столе ладонкой вниз. Фиксируя одной рукой руку малыша, другой рукой взрослый *приподнимает вверх поочередно каждый пальчик*.

Рука ребенка лежит на столе ладонкой вверх. Придерживая ее, взрослый *поочередно сгибает пальцы* ребенка.

Рука ребенка согнута в локте, локоть опирается на стол. Фиксируя ручку малыша одной рукой, другой рукой взрослый производит поочередное *круговое движение пальцев* руки ребенка.

**«Моторчик»** — Руки сцеплены в замок, большие пальцы крутятся друг вокруг друга, все быстрее и быстрее, не задевая ладонь.

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

**«Ухо-нос»** - левой рукой взяться за копчик 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 ребенок смотрел во время «рисования» на свою руку).

**«Горизонтальная восьмерка»** — нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза — сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками.

**«Перетяжки»** — Двое играющих сцепляются тремя или двумя пальцами рук; каждый старается перетянуть соперника.

**«Колечки»** — Сомкнутые большой и указательный палец правой руки — большое кольцо, сомкнутые мизинец и большой левой — малое. Пальцы обеих рук одновременно начинают движения, поочередно смыкаясь с большими пальцами так, чтобы на правой руке получилось малое кольцо, а на левой — большое.

**«Марионетки»** — Дети представляют, что они куклы-марионетки, которых подвешивают за разные части тела. Та часть тела, за которую подвешена кукла, напряжена и не двигается. Все остальное расслаблено и болтается. Куклу начинают дергать за веревочку в различном темпе.

**«Кулачки»** — Ребенок сгибает руки в локтях и начинает сжимать и разжимать кисти рук, постепенно увеличивая темп. Выполняется до максимальной усталости кистей. После этого руки расслабляются и встряхиваются.

## Упражнения на развитие подвижности и гибкости рук

### 1. «Бодание» кулачками.

Ребенок сжимает пальцы рук в кулачки, затем крепко прижимает их друг к другу, как будто два кулачка «бодаются». Повторяют упражнение несколько раз.

### 2. «Проверка сцепления».

Ребенок сцепляет пальцы «в замок»: правый и левый кулачки чуть-чуть раскрывает и «вкладывает» друг в друга, пальцы сжимает. Затем тянет руки в разные стороны. Повторяют упражнение несколько раз, меняя руки.

### 3. «Давай обнимемся».

Ребенок сцепляет пальцы обеих рук и давит подушечками пальцев на тыльные стороны ладоней. Повторяют упражнение несколько раз.

### 4. «Пальчики прыгают».

Ребенок сгибает пальцы рук и соединяет их ногтями (большой палец с большим, указательный с указательным и так далее). Затем он резко распрямляет пальцы и соприкасается уже подушечками. Потом снова ногтями, опять подушечками и так далее.

### 5. «Карандаш».

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Неприменно каждый пальчик

Быть послушным научу.

Ребенок зажимает карандаш большим и указательным пальцами правой руки. Начинает его покачивать, имитируя движение маятника.

Затем то же самое проделывает левой рукой. Повторять упражнение несколько раз.

То же самое проделывать и с другими пальцами, т. е. ребенок зажимает карандаш указательным и средним пальцами правой руки. Начинает его покачивать, имитируя движение маятника.

Затем то же самое проделывает левой рукой и т. д.

### 6. «Бусики-горошки».

Покатаю я в руках

Бусинки, горошки.

Станьте ловкими скорей,

Пальчики, ладошки.

Ребенок похлопывает по внутренней стороне левой ладони кончиками пальцев правой руки.

Повторяет упражнение несколько раз, меняя руки.

К старшему дошкольному возрасту ребенок должен уметь правильно называть пальцы в прямой и обратной последовательности, вразнобой, с прикосновением, с показом у себя и у других, с закрытыми глазами. Хорошо владеть карандашом, раскрашивать, варьируя силу нажима, соединять точки точными линиями, вырезать по контуру и лепить. В этом возрасте можно познакомить ребенка с бисероплетением, способами работы ниткой и иглой. Каждый пальчик ребенка к школе должен быть «самостоятельным» и ловким. А помочь нормировать эти умения и навыки, развить ловкость детских ручек, а значит, и интеллектуальные способности ребенка призваны

## Игры с пальчиками

### *МОЯ СЕМЬЯ*

Поднять руку ладонью к себе и в соответствии с текстом стиха в определенной последовательности пригибать пальцы, начиная с безымянного, затем мизинец, указательный палец, средний и большой.

Знаю я, что у меня

Дома дружная семья:

Это - мама,

Это - я,

Это - бабушка моя,

Это - папа,

Это - дед.

И у нас разлада нет.

### *Моем руки*

1. «Моем руки». Ритмично потирать ладошки, имитируя мытье рук.

Ах, вода, вода, вода! Будем чистыми всегда!

2. «Стряхиваем водичку с рук». Пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку.

Брызги — вправо,

брызги — влево!

Мокрым стало наше тело!

***Еще важный вопрос: как расположиться мам относительно ребенка, чтобы помочь освоить пальчиковые игры?***

Когда для игры нужна только одна ручка («Этот пальчик - дедушка», «Сорока»), это не очень важно - хоть сбоку, хоть просунув ручку ребенка через прутья кровати. Вопрос встает, когда начинают работать обе руки. Лучше начинать с того, что мамы сидят на стульях, дети — у них на коленях, спиной к животу. Освоившись и захотев самостоятельности, дети уже сами могут садиться рядом или друг с другом.

Некоторые игры, в которых пальчики называются по очереди, или действуют поочередно, напоминают маленькие сказочки, например: «*Два толстых поросенка*», «*Краб*», и выполнять их сами могут только дети 4-5 лет, а более маленьким их должны показать взрослые. Произносить тексты пальчиковых игр взрослый должен максимально выразительно: то повышая, то понижая голос, делая паузы, подчеркивая отдельные слова, а движения выполнять синхронно с текстом или в паузах. Малышам трудно проговаривать текст, им достаточно выполнять движения вместе с взрослыми или с его помощью.

Для некоторых игр можно надевать на пальчики бумажные колпачки или рисовать на подушечках пальцев глазки и ротик. Пальчиковые игры побуждают малышей к творчеству, и в том случае, когда ребенок придумывает к текстам свои, пусть даже не очень удачные движения, его следует хвалить и, если возможно, показать свои творческие достижения, например, папе или бабушке. Наибольшее внимание ребенка привлекают пальчиковые игры с пением. Синтез движения, речи и музыки радует малышей и позволяет проводить занятия наиболее эффективно. Вы можете пропевать предложенные тексты на любую подходящую мелодию.

Соединение пальцевой пластики с выразительным речевым интонированием, создание пальчикового театра, формирование образно-ассоциативного мышления - это и есть пальчиковые игры. Упражнения подбираются с учетом возрастных особенностей.

***Оздоравливающие пальчиковые игры***

Многие уже слышали об иглорефлексотерапии. Через активные точки на коже человека не только иглами, но и лазерным лучом, и электропунктурой восстанавливают работу энергетических каналов. Каждый такой канал регулирует деятельность определенного органа, а то и системы органов тела.

### *Примеры игр со шнурками*

Использование игры-шнуровки, для того чтобы в легкой, творческой, игровой форме дать малышу необходимый сензитивный опыт. Но на первый взгляд игрушка-шнуровка не выглядит достаточно яркой и привлекательной. Возникают сомнения, заинтересует ли она малыша? Как сделать так, чтобы ему понравилось новое предложенное вами занятие?

Прежде всего, вспомним: дети обожают "взрослые" игры. Большинство малышей с удовольствием играют в шнуровки, потому что шить, штопать, вязать, шнуровать ботинки, завязывать узлы и банты - обычное дело взрослых. Мы совершаем эти, казалось бы, простые действия постоянно, и малышу в его играх, конечно же, тоже хочется это делать. Одна из наиболее простых игр-шнуровок, которая как раз отвечает детской потребности в подражании взрослым - пуговица с иглой. Эту игрушку можно предложить даже малышу 2 - 2,5 лет. *Поиграйте с ним в портного.* Покажите ему, как *можно "пришить"* пуговицу. Самое простое, что может делать малыш на первом этапе, - проталкивать шнурки в отверстия и вытаскивать их с обратной стороны. Это уже большое достижение для маленького ребенка - ведь ему надо научиться координировать движения пальцев.

Когда ребенок освоится с игрушкой, можно попросить его сделать стежки *крестиком, квадратом, ломаной линией*. Научите его разным видам швов, симметричным и несимметричным орнаментам и узорам. В дальнейшем можно еще более усложнить игру, добавив к одному шnurку еще один или два (разных цветов). И узор будет красивее, и работа - сложнее.

Развивающая игрушка-шнуровка в форме ботиночка научит Вашего ребенка без труда завязывать шнурки и на собственной обуви. Вспомните и покажите малышу различные способы шнурования ботинок: *крест-накрест, параллельным переплетением, крестом снизу, крестом сверху и т. д.*

С *сюжетными шнуровками* увлечь малыша будет еще проще. Пришнуровывая, например, грибы и фрукты к ежику или белочке, расскажите малышу сказку про то, как зверек собирал себе плоды на обед. Такая игрушка-шнуровка, как елочка с яркими новогодними игрушками,

отлично подойдет к рождественским праздникам. Елочные игрушки часто бывают выполнены в форме геометрических фигур, так что, наряжая елку, вы заодно научите малыша распознавать квадрат, круг, прямоугольник, треугольник, ромб, звезду и т. п. Ребенок будет учиться *накладывать* мелкие предметы на более крупные так, чтобы дырочки на них совпадали, и плотно *привязывать* детали. Елку, ежика и т. п. можно использовать и в качестве лекала - кроха будет обводить очертания предметов, обучаясь простейшим навыкам рисования.

К большинству игр-шнуровок прилагаются методические указания, содержащие схемы, по которым нужно "собрать" игрушку, и образцы узоров и орнаментальных переплетений. Ребенок постарше (3 - 4 года) может выполнять узоры по *нарисованным заданиям*, обучаясь произвольной деятельности, развивая наглядно-действенное мышление и пространственное ориентирование. Можно также самому *сочинять узоры* и орнаменты, или попробовать пришнуровать детали игрушки не так, как указано в схеме.

*Дайте свободу фантазии малыша, пусть он сочинит свой сюжет!*