

Использование пальчиковых игр для укрепления здоровья детей

«Истоки способностей и дарований детей
находятся на кончиках их пальцев.

От пальцев, образно говоря,
идут тончайшие ручейки, которые
питают источник творческой мысли»

В. А. Сухомлинский

У большинства современных детей отмечается общее моторное отставание и отставание в развитии тонких движений пальцев. При обследовании детей выявляется, что зачастую мышцы пальцев рук у детей слабые, дети не могут точно воспроизвести заданную позу, не могут её удержать. Дети затрудняются в овладении таких навыков, как застёгивание и расстёгивание пуговиц, молний и т.п.

Как выяснилось из бесед с родителями, многие из них слышали о том, что мелкая моторика напрямую связана с развитием речи, а как её развивать они не знают. Многие родители не знают, какие виды игрушек и пособий представляют ценность в плане развития мелкой моторики рук малышей. Во многих семьях вместо пособий по шнуровке, по закручиванию и откручиванию крышек большие мягкие игрушки, пластмассовые машины, куклы. Эти игрушки способствуют игровой деятельности, воображению, но не стимулируют развитие мелкой моторики. Уделяется мало времени совместным играм с детьми. Большинство родителей не считают полезными такие занятия детей, как перебирание и пересыпание круп, манипуляция с мелкими предметами и т.д.

Умение работать пальчиками приходит к малышам не сразу, поэтому задача родителей - превратить обучение в увлекательную игру, выбрав те занятия, которые понравятся именно вашему ребенку!

Помните, что, развивая тонкую моторику, Вы не только продвинете развитие своего ребенка вперед, но и сможете быстрее преодолеть отклонения, возникшие в речевом развитии ребенка.

Какие игры и упражнения можно порекомендовать для домашних занятий? Предложите своей маленькой дочурке превратиться в Золушку и разложить в две разные кружечки фасоль и горох, которые Вы перемешали в большой чашке. С сынишкой можно провести игру-соревнование на скорость. Кто скорее, папа или сын разложит большие и маленькие болтики или гайки в два разных контейнера? Покажите малышу, как можно складывать забавные фигурки из спичек или счетных палочек. Пусть сложит лесенку, елочку, домик, кровать для куклы. Выкладывайте с ребенком узоры из гороха, фасоли, желудей. Используйте для основы картонку с тонким слоем пластилина. Лепите со своим крохой из пластилина, играйте в мозаику и пазлы.

И наконец, игры с пальчиками или пальчиковая гимнастика. Проводите подобные упражнения регулярно, и Вы увидите, что ребенок стал быстрее запоминать рифмованные тексты, а его речь стала более четкой и выразительной. Выразительно произносите текст и показывайте ребенку сопровождающие его

движения. Пусть попробует делать гимнастику вместе с Вами, сначала хотя бы договаривая текст.

На ладони находится множество биологически активных точек. Воздействуя на них, можно регулировать функционирование внутренних органов.

Например,

мизинец – сердце,
безымянный – печень,
средний – кишечник,
указательный – желудок,
большой палец – голова.

Следовательно, воздействуя на определенные точки, можно влиять на соответствующие этой точке орган человека.

Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка:

- способствует овладению навыками мелкой моторики;
- помогает развивать речь;
- повышает работоспособность головного мозга;
- развивает психические процессы: внимание, память, мышление, воображение;
- развивает тактильную чувствительность;
- снимает тревожность.

Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка каких – либо рифмованных историй, сказок при помощи рук.

Дети с удовольствием принимают участие в играх - потешках. Самый известный вариант такой игры - «Сорока-сорока», но есть и более сложные для проговаривания и показа.

Пальчиковая гимнастика «Капуста»

Что за скрип? (*сжимаем и разжимаем кулаки*)

Что за хруст? (*переплетаем пальцы рук*)

Это что еще за куст? (*ладони с растопыренными пальцами перед собой*)

Как же быть без хруста

Если я капуста? (*пальцы полусогнуты, изображают кочан*).

Мы капусту рубим, рубим... (*ребро ладони*)

Мы морковку трем, трем (*кулаками трем друг о друга*)

Мы капусту солим, солим... (*щепотками*)

Мы капусту жмем, жмем. (*Сжимаем и разжимаем кулаки*).

Но есть одно правило: **ВСЕ ИГРЫ С МЕЛКИМИ ПРЕДМЕТАМИ ДОЛЖНЫ ПРОИГРЫВАТЬСЯ ПОД ПРИСМОТРОМ СО ВЗРОСЛОГО.**

«Пальчиковая гимнастика с листом бумаги»

Возьмите лист плотной бумаги со стола и обеими руками, как будто лепим снежок, будем мять бумагу, следуя инструкциям.

Раз, два, три, четыре, пять

Мы бумажку будем мять!

Мы бумажку будем мять!

Свои ручки развивать!

В ручку правую возьмём

И чуть-чуть её помнём.
Мы чуть-чуть её помнём
Левой ручке отдаём.
(Берём в левую руку и мнём только левой рукой).
В ручку левую возьмём
И чуть-чуть её помнём.
Мы чуть-чуть её помнём
И на стол быстрее кладём.
(Убираем смятую бумагу на край стола)
На бумажку посмотри,
На что похоже говори!
1, 2, 3, 4, 5!
Мы закончили играть.
Пальчики свои встряхнём,
Заниматься мы начнём!

Игры с прищепками

1. Бельевой прищепкой поочередно «кусаем» ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

«Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш!»».

2. Ну и, конечно, развешивание носовых платочков после стирки и закрепление их прищепками. Это несложное задание даже для ребенка, который не раз играл с прищепками, возможно, окажется не таким уж простым.

Можно сопровождать работу проговариванием стишка:

«Прищеплю прищепки ловко
Я на мамину веревку».

3. Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) поочередно «кусаем» ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

«Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
НО я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш!»».

4. Ребенок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый мешочек) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

Игры со спичками или счётными палочками

Ребенок собирает спички (или счетные палочки) одними и теми же пальцами разных рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д.

Строим «сруб» из спичек или счетных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.

Конечно же, эффективна методика японского пальцевого массажа

1. Массаж пальцев, начиная с большого и до мизинца. Растирают сначала подушечку пальца, а затем медленно поднимаются к основанию.

Я возьму зубную щетку,
Чтоб погладить пальчики.
Станьте ловкими скорее
Пальчики-удальчики.

2. Массаж ладонных поверхностей каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками «марблс»: их нужно вертеть в руках, щелкать по ним пальцами, «стрелять».

Мячик мой не отдыхает,
На ладошке он гуляет.
Взад-вперед его качу,
Вправо-влево – как хочу.

3. Массаж шестигранными карандашами: пропускать карандаш между одним и двумя-тремя пальцами, удерживая его в определенном положении в правой и левой руке.

Карандаш в руках катаю,
Между пальчиков верчу.
Неприменно каждый пальчик,
Быть послушным научу.

4. Массаж «четками». Перебирание «четок» (бус) пальчиками:

Дома я одна скучала,
Бусы мамины достала.
Бусы я перебираю,
Свои пальцы развиваю.

5. Массаж грецкими орехами: катать два ореха между ладонями, прокатывать один орех между двумя пальцами

Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех.

Дорогие Родители!

Вызывайте положительные эмоции у ребенка!

Употребляйте слова и фразы, несущие оптимистическую окрашенность, например: «Как интересно!», «Вот, здорово!», «Давай помогу!», «Красота!» и т.д.

Помните, чтобы вы не создавали вместе с ребенком, главное – желание продолжать заниматься подобной деятельностью и дальше, поэтому завершайте свои занятия в хорошем настроении и малыша, и Вашем.

Ильина Л. Н.,
Беседина А.Ф.,
Посохова Г.И.,
Лавриненко С.А.,
воспитатели групп
компенсирующей направленности №11-12