

## *Развиваем пальчики ребенка*

Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Как правило, если движения пальцев развиты в соответствии с возрастом, то и речевое развитие ребенка в пределах возрастной нормы.



Поэтому тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционной моторики, подготовке кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга.

На своих занятиях мы используем следующие виды работы, способствующие развитию мелких мышц пальцев и кистей рук:

- 1) игры с пальчиками, сопровождающиеся стишками и потешками;
- 2) специальные упражнения без речевого сопровождения, объединенные в комплекс гимнастики для развития мелкой моторики рук, так называемая пальчиковая гимнастика;
- 3) игры и действия с игрушками и предметами: раскладывание пуговиц, палочек, зерен, желудей и т.д., нанизывание бус, колечек, пуговиц на нитку, пришивание, застегивание и расстегивание пуговиц, игры с мозаикой, строительным материалом и т.д.;
- 4) изобразительную деятельность: лепку из пластилина и глины, раскрашивание картинок, обведение контуров, штриховку, рисование карандашами и красками различными способами (кистью, тампоном, пальцем, свечой и т.д.), разнообразную работу с ножницами, поделки из природного материала и т.д.

Даже если ваш малыш занимается с логопедом, занятия дома хотя бы пальчиковой гимнастикой, поможет ускорить исправление речевых дефектов в разы. Это не только сэкономит вам деньги, это поможет вашему малышу не упустить, так важное для него, **дошкольное развитие**.

Работа по развитию кистей рук должна проводиться систематически по 3-5 минут ежедневно, особенно если у ребенка наблюдаются речевые отклонения. Попробуйте, и результат не заставит себя ждать – вы увидите, что ребенок будет лучше усваивать новые слова, его речь станет более понятной.

### **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА**

Упражнения для пальчиковой гимнастики  
(выполняются сидя или стоя)

**1.Сжатие пальцев в кулак и разжимание** (по 20 раз);

- а) ладонями вверх;
- б) ладонями вниз;
- в) обеих рук одновременно;

г) правой и левой по очереди.

Выполняется с силой, в сжатом положении фиксируется 2-3 сек.

**2. Вращение кистями рук (по 10 раз):**

а) в правую, затем в левую сторону;

б) вовнутрь (обеими кистями);

в) наружу.

**3. Выгибание кистей рук (по 10-15 раз):**

а) одновременно;

б) правой, левой по очереди.

**4. Прогибание кистей рук (по 10-15 раз):**

а) одновременно;

б) правой, левой по очереди.

**5. Чередование прогибания и выгибания.**

**6. Соприкосновение подушечек пальцев — "Пальчики здороваются" (по 10-15 раз):**

а) пальцы правой руки — с большим пальцем правой руки;

б) пальцы левой руки — с большим пальцем левой руки;

в) то же одновременно двумя руками;

г) пальцы правой руки — с соответствующими пальцами левой.

Сила надавливания подушечек пальцев и темп выполнения увеличиваются.

**7. Щелчки" (по 10 раз).**

**8. "Коготки" — сильное полусгибание и разгибание пальцев (по 10-20 раз).**

**9. Сгибание и разгибание пальцев в кулак** по очереди (по 10 раз):

- а) правой руки, сначала начиная с большого,
- б) левой руки, затем начиная с мизинца.
- в) обеих рук одновременно.

**10. "Ножницы"** — разведение пальцев в стороны и сведение их обратно (пальчики, как ножницы) (по 10 раз):

- а) правой, затем левой руки;
- б) обеих рук одновременно;
- в) соединив ладони вместе ("толстые" ножницы).

**11. Упражнение "Замок"** — ладони вместе, пальцы переплетены (по 10-20 раз):

- а) сдавливание ладоней с силой;
- б) вращение (круги вправо-влево);
- в) "наклоны" вправо-влево — сгибание и разгибание в лучезапястных суставах;
- г) разворачивание ладоней наружу и выворачивание в обратную сторону, не расцепляя переплетенных пальцев;
- д) "Солнечные лучи" — руки в "Замке" подняты вверх, ладони крепко сжаты, пальцы с силой разжимаются и сжимаются вновь.

**12. Упражнения с сомкнутыми ладонями** (по 5-10 раз):

- а) сомкнутые ладони перед грудью наклоняются вправо-влево, преодолевая сопротивление;
- б) движение сомкнутыми ладонями перед грудью вперед-назад;
- в) сомкнутые ладони вытянуты вперед — разведение кистей в стороны, не размыкая запястий;
- г) сомкнутые ладони подняты вверх — разведение кистей, не размыкая запястий — **"Цветок"**

13. "Фонарики" — вращение свободными кистями рук (по 10 раз).

14. Потряхивание расслабленными кистями:

а) руки вверх;

б) руки в стороны;

в) руки согнуты в локтях, кисти опущены вниз.

#### **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА ЗА СТОЛОМ**

Упражнения выполняются сидя за столом:

1. Свободное похлопывание кистями по столу поочередно и одновременно.

2. Свободное постукивание по столу пальцами обеих рук, правой и левой руки поочередно.

3. Поочередное приподнимание пальцев (кисти рук лежат на столе)":

а) правой руки;

б) левой руки;

в) обеих рук вместе.

4. Имитация игры на пианино.

5. Разведение пальцев врозь и сведение вместе (ладони на столе).

6. Бегают человечки" — указательный и средний пальцы правой, потом левой, а затем двух рук вместе бегают по столу вперед и назад.

7. "Футбол" — забивание шариков, карандашей одним, двумя и т.д. пальцами.