

**МБОУ «Начальная школа – детский сад №44»**

**«ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ  
КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧИ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ  
У ДОШКОЛЬНИКОВ»**

**Подготовила:  
воспитатель  
Воронько Ольга Ивановна**

**Г.Белгород**

## **ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕЧИ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДОШКОЛЬНИКОВ.**

Пальчиковые игры и упражнения – это уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи.

Известно, что между речевой и общей двигательной системой человека существует тесная связь. Такая же тесная связь установлена между рукой и речевым центром мозга.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что общему развитию моторики уделяют внимание многие детские психологи, физиологи, логопеды.

Такие авторы, как В.В. Цвынтарный, О.А. Новицкая, Ю.А. Соколова, описывают отдельные приёмы по развитию мелкой моторики у детей; А.А. Хвостовцев, С.Е. Большакова дают более полные рекомендации по формированию двигательных навыков и дифференцированных движений пальцев рук у детей дошкольного возраста.

Учёные, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки.

В последние пять – десять лет уровень речевого развития детей заметно снизился. Почему?

Родители меньше говорят с детьми, потому что многие из них страшно заняты на работе. Дети и сами меньше говорят, потому что больше смотрят и слушают (теле-аудио-видео ...) и компьютеры. Дети редко делают что-то своими руками, потому что современные игрушки и вещи устроены максимально удобно.

Подводя итоги этому, можно констатировать, что подвижные игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи.

Что же такое «Игры с пальчиками?»

Все мы знаем о работе правого и левого полушарий мозга. В правом полушарии мозга у нас возникают различные образы предметов и явлений, а в левом они вербализуются, т.е. находят словесное выражение, а происходит этот процесс благодаря «мостику» между правым и левым полушариями. И чем крепче этот мостик, тем быстрее и чаще по нему идут нервные импульсы, активнее мыслительные процессы, точнее внимание, выше способности. Т.е. рука имеет самое большое

«представительство» в коре головного мозга и становления речи, также моторики.

Самые простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы тела.

Игры с пальчиками развивают мозг ребёнка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию, развивают мышление, внимание, способствуют активизации мыслительных процессов.

Пальчиковые игры и упражнения – хорошие помощники для того, чтобы подготовить руку ребёнка к письму, развить координацию.

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 ребёнка и мозговая деятельность активизируется.

Для обучения в школе очень важно, чтобы у ребёнка были хорошо развиты мышцы мелкой моторики, а подвижные игры – хорошие помощники для этого.

Благодаря пальчиковым играм ребёнок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Такие игры ещё формируют добрые взаимоотношения между взрослым и ребёнком.

Так, на основе обследования большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы. Если же развитие пальцев отстаёт, то задерживается и речевое развитие, хотя и общая моторика при этом может быть даже выше нормы.

Логопедам для определения уровня развития речи давно разработали такой метод: ребёнка просят показать один пальчик, два пальчика, три пальчика. И если движения напряжённые, пальчики сгибаются и разгибаются только вместе и не могут двигаться отдельно друг от друга, то это дети с проблемами в развитии речи. А это значит, что необходимо как можно больше заниматься с детьми пальчиковыми играми, способствующими развитию пальчиковой моторики, развитию речи, а также пространственного, наглядно – действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, памяти, воображения, слухового, зрительного и пространственного восприятия, быстроте реакции и эмоциональной выразительности, способности сосредотачиваться.

Помимо этого, пальчиковые игры и упражнения расширяют кругозор и словарный запас детей, способствуют более быстрому разучиванию текстов, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

Ребёнок получает массу необходимых для его эмоционального и интеллектуального развития впечатлений.

## **ГРУППЫ ПАЛЬЧИКОВЫХ ИГР**

С нашей точки зрения, пальчиковые игры разнообразны по содержанию, поэтому мы разделили их на группы и определили назначение.

### **1. Игры – манипуляции.**

«Ладушки – ладушки...», «Сорока – белобока...» - указательным пальцем осуществляют круговые движения.

«Этот пальчик хочет спать...», «Этот пальчик – дедушка...», «Раз, два, три, четыре, кто живёт в моей квартире?», «Пальчики пошли гулять...» - ребёнок поочерёдно загибает каждый пальчик. Эти упражнения он может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение: в каждом пальчике ребёнок видит тот или иной образ.

### **2. Сюжетные пальчиковые упражнения.**

«Пальчики здороваются» - подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (правой, левой руки, двух одновременно).

«Распускается цветок» - из сжатого кулака поочерёдно «появляются» пальцы.

«Грабли» - ладони на себя, пальцы переплетаются между собой.

К этой группе относятся также упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта и мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревьев.

### **3. Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой.**

Ребёнок может поочерёдно соединять пальцы каждой руки друг с другом, или выпрямлять по очереди каждый палец, или сжимать пальцы в кулак и разжимать и в это время произносить звуки.

### **4. Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга»).**

С помощью таких упражнений компенсируется работа левого полушария. Их выполнение требует от ребёнка внимания, сосредоточенности.

«Колечко» - поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с каждым пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

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

«Ухо – нос» -левой рукой взяться за кончик 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 ребёнок смотрел во время «рисования» на свою руку).

## **5. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук.**

В данных упражнениях используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание (от периферии к центру).

«Согреем руки» - движения, как при растирании рук.

«Надеваем перчатки» - большим и указательным пальцами правой и левой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.

«Засолка капусты» - движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движения обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.

## **6. Театр в руке.**

Позволяет повысить общий тонус, развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.

«Бабочка» - сжать пальцы в кулак и поочерёдно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения («трепетание пальцев»).

«Сказка» - детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец – какой-либо персонаж.

## КАК ИГРАТЬ В ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

На сегодняшний день мы в своей работе придерживаемся следующих методических рекомендаций к проведению пальчиковых игр.

1. Перед игрой мы с детьми обсуждаем её содержание, сразу при этом отработывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволяет подготавливать малышей к правильному выполнению упражнений, но и создаёт необходимый эмоциональный настрой.
2. Перед началом упражнений дети разогревают ладони лёгкими 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.
4. Выполняя упражнения вместе с детьми, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.
5. При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы рук.
6. Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.
7. Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись детьми легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили радость.
8. Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости отдельным детям оказывать помощь.
9. В идеале: каждое занятие имеет своё 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 заменяем их новыми. Наиболее понравившиеся игры оставляем в своём репертуаре и возвращаемся к ним по желанию детей.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ В РЕЖИМЕ ДНЯ

Очень важным фактором для развития речи является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами.

### **1. Утром с небольшой подгруппой детей или индивидуально.**

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй маленький дубок!

Мы живём в одном краю –

Я вас всех приветствую! (пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая их кончиками).

### **2. Во время утренней гимнастики.**

Перед выполнением общеразвивающих упражнений с предметами (обруч, гимнастическая палка, кубик и др.) детям предлагаем «поиграть с предметом», например, передавать мяч из рук в руки. В это время спрашиваем у детей: «Какой мяч?» (Ровный, гладкий, круглый, красивый, резиновый и т.д.). Если детям предлагаем комплекс физических упражнений без предметов, то используется разминка «Замок»:

На двери висит замок (ритмичные соединения пальцев рук в замок)

Кто его открыть бы смог?

Потянули (руки тянутся в стороны),

Покрутили (круговые движения пальцев от себя).

Постучали (основания ладоней стучат друг о друга)

И открыли (разомкнули пальцы).

### **3. На физкультминутках (три – четыре упражнения).**

Разминка начинается с упражнений для крупных мышц верхнего плечевого пояса (плечо, предплечье), поскольку на занятии, как правило, устаёт вся рука, а не только кисть. Детям предлагаются махи прямыми руками, круговые движения плечами, локтевыми суставами. Далее следует разминка для пальцев. Она начинается с хватательных движений – сжать пальцы в кулак, разжать (как двумя руками сразу, так и поочередно каждой рукой). Затем детям предлагаются сюжетные

пальчиковые упражнения: сначала с несложным движением («Пальчики здороваются» или «Коготки»), далее в сочетании с самомассажем кисти с помощью пальцев другой руки («Надеваем перчатку») и предметов – прокатывание карандаша, грецкого ореха.

На достаточно сложных занятиях, которые требуют высокой умственной активности детей, используются пальчиковые кинезиологические упражнения – из серии «гимнастика мозга».

#### **4. На физкультурных занятиях.**

На учебно-тренировочных занятиях пальчиковые упражнения выполняются в начале комплекса общеразвивающих упражнений, а самомассаж кисти с помощью массажных мячей – в заключительной части.

На занятиях с использованием тренажёров и фитболов (коррекционных мячей) также используются упражнения для пальцев. Исходное положение может быть различным: стоя, сидя на полу («поза факира»), сидя на гимнастических мячах и др.

Ну-ка, братцы, за работу (поочерёдно разгибать пальцы, начиная с большого).

Покажи свою охоту:

Большаку дрова рубить,

Печи все тебе топить,

А тебе воду носить,

А тебе обед варить,

А тебе посуду мыть.

А потом всем песни петь,

Песни петь да плясать (энергично шевелить всеми пальцами),

Наших деток забавлять.

С целью формирования у детей представлений о своём организме и практических умений по уходу за ним используются движения пальцев кисти в сочетании с движением рук.

Кто зубы не чистит,

Не моется с мылом (пальцы рук поочерёдно, начиная с указательного, «здороваются» с большими пальцами),

Тот вырасти может

Болезненным, хилым (ладони ставятся одна над другой, изображая рост ребёнка).

Дружат с грязнулями



Только грязнули (пальцы рук соединены в замок),  
Которые сами  
В грязи утонули (движения, имитирующие пловца).  
У них вырастают  
Противные бяки (пальцы сжать в кулак, затем выпрямить, руки согнуть в локтях, ладони друг за другом около носа),  
За ними гоняются  
Злые собаки (руки вперёд, правая ладонь лежит на левой ладони, пальцы чуть согнуть, каждый палец правой руки касается одновременно пальца левой руки).  
Грязнули боятся  
Воды и простуд  
А иногда и вообще не растут (руки скрещены на груди, согнуться, выпрямиться, подтянуть руки вверх).

В конце физкультурного занятия традиционно проводится комплекс упражнений для рук и пальцев «Как живёшь?»

Как живёшь?

- Вот так! (Большие пальцы обеих рук – вверх, остальные собраны в кулак).

А пливёшь?

- Вот так! (Руками изображают движения пловца).

Как бежишь?

- Вот так! (Руки согнуть в локтях, движение вдоль туловища).

Вдаль глядишь?

- Вот так! (Поочерёдно прикладывать ладонь ко лбу).

Машешь вслед?

- Вот так! (Энергичные движения кистями рук).

Ночью спишь?

- Вот так! (Ладони под голову).

А шалишь?

- Вот так! (Кулачками обеих рук хлопнуть по надутым щёчкам).

## **5. Перед обедом, когда дети ожидают приглашения к столу.**

Детям очень нравится показывать «театр в руке»: «На солнечной поляне стоит домик. В нём живёт кошка. Она любит сидеть на своём стуле за столом. Но вдруг появилась мышка. Кошка побежала за ней. Мышка прыгнула на пароход, а кошка села в лодку. Приплыли они в

густой лес, в котором растут зелёные, пушистые ели ...» (дети сопровождают текст движениями рук и пальцев).

#### **6. На прогулке в тёплое время года.**

После наблюдения за живыми и неживыми объектами детям предлагается с помощью пальцев руки изобразить дом, скворечник, собаку, цепочку, дерево и др. пальчиковые упражнения целесообразно использовать в конце прогулки.

«Гусь»

Гусь гнездо своё чинил,  
Гусь считалку сочинил,  
И гогочет, и гогочет:  
Заучить считалку хочет.

«Зайчик – кольцо»

Прыгнул зайнышка с крылечка,  
И в траве нашёл колечко.  
А колечко непростое –  
Блестит, словно золотое.

#### **7. В зачине подвижной игры или в ходе игры.**

Например, в подвижной игре «Ловля обезьян» при помощи пальцев рук ребёнок изображает обезьяну (руки согнуты в локтях и разведены в стороны – сжимание и разжимание кулачка, скрещивание рук перед лицом и одновременно сжимание и разжимание пальцев; руки согнуты в локтях, кисти рук друг за другом на уровне носа, ладонями в стороны, пальцами вверх – «обезьянка дразнится»).

### **НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ И СРЕДСТВА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ.**

Влияние мануальных (ручных, от лат. Manus – рука, действие руками) воздействий на развитие мозга человека известно было ещё во втором веке до н.э. Например, в Китае специалисты утверждают, что игры с участием рук приводят в гармоничное отношение тело и разум.

В настоящее время привлекают всё большее внимание нетрадиционные формы и средства работы с детьми.

Одна из них – су – джок терапия  
«су» (по корейски) – кисть  
«джок» - стопа

Су – джок используется для воздействия на точки, которые находятся на кистях рук и т.ж. можно использовать на стопах.

Су – джок терапия может быть также направлена на воздействие на зоны коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений, также для укрепления мелких мышц руки. Эта процедура значительно улучшает мелкую моторику рук.

Очень высокая эффективность при правильном применении этой терапии, но неправильное применение вред не приносит, просто не эффективно.

Для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью су – джок шариков:

#### **«Этот шарик не простой»**

Этот шарик не простой:  
Весь колючий вот такой.  
Меж ладошками кладём,  
Им ладошки разотрём.  
Вверх и вниз его катаем,  
Свои руки развиваем!  
Можно шар катать по кругу,  
Перекладывать друг другу.  
Раз, два, три, четыре, пять  
Нам пора и отдыхать!

#### **«Шарик пальчиком катаю».**

Шарик пальчиком катаю.  
Ловкость пальцев проверяю.  
Ты колючий шарик мой.  
Подружись сейчас со мной.  
Шарик на ладони катать каждым пальчиком.

#### **«Мячик»**

Я мячом круги катаю,  
Взад – вперёд его гоняю.  
Им поглажу я ладошку,  
Будто я сметаю крошку.

И сожму его немножко,  
Как сжимает лапу кошка.  
Каждым пальцем мяч прижму,  
И другой рукой начну.

«Кручу – верчу»  
Шарик пальцами кручу.  
Здоровым быть всегда хочу!

Су – джок массажные шарики в комплекте с массажными колечками:

Колечко, колечко, помоги!  
Пальчик ты мне разомни.  
Ты мне пальчик разминаешь,  
Моей речи помогаешь!

#### «Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю.  
И по пальчику качу.  
Здоровья пальчик желаю,  
Ловким быть его учу.  
( колечко на пальчик надели, прокатали-большой пальчик,  
указательный, средний, безымянный, мизинец; сняли, надели...)

Массажные шарики стимулируют зоны на ладонях, а массажные кольца надеваются на пальчики. Эти су – джок массажёры оказывают благотворное влияние на весь организм, в частности, на развитие мелкой моторики пальцев рук и тем самым способствуют развитию речи.

На занятиях и в свободной деятельности детей используем действия с различными играми, например, мозаика, также предметами, например: семена, орешки, косточки, крупа – выкладывание узоров, контуров. При этом взрослому обязательно нужно находиться рядом – необходимо контролировать все занятия с использованием мелких предметов.

Очень простые упражнения с шестигранными карандашами – покатавать между двух ладоней шестигранный карандаш:

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

И ещё используем резиновые мячи с шершавой поверхностью, чётки  
(детские развивающие) и др.