

«Пальчиковая гимнастика»

Основы здоровья и гармоничного развития закладываются в детстве, когда ребёнок активно растёт, когда формируются и совершенствуются все системы его организма.

Исходя из принципа «здоровый ребенок – успешный ребенок» решение проблемы воспитания социально адаптированной личности невозможно без системы мероприятий по оздоровительной работе. Ребенок, привыкший в детстве вести здоровый образ жизни, считать себя успешным, принимающий активное, посильное участие во всех сферах человеческой деятельности, уверенный в своих силах пронесёт все эти качества до конца своей жизни. Укреплять и сохранять здоровье детей необходимо не только с помощью системы лечебных медицинских мероприятий, но и разумной организации здоровьесберегающей среды.

Великий педагог В. А. Сухомлинский говорил: «Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие нити – ручейки, которые питают ум ребенка. Другими словами, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок».

Тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционной моторики, подготовке кисти к письму, и мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга.

Взаимосвязь развития мелкой моторики рук и речи замечена детскими психологами уже давно. Один из эффективных способов развития мелкой моторики – упражнения для развития пальчиков или

пальчиковая гимнастика. Ребенок вместе со взрослым проговаривает короткие стишки, сопровождая каждую фразу движениями пальчиков. Такие упражнения усиливают согласованную деятельность речевых зон, способствуют развитию воображения и памяти, а пальцы и кисти рук приобретают гибкость и податливость. А самое главное, что ребенок воспринимает пальчиковую гимнастику как игру и с удовольствием выполняет все задания.

Пальчиковые игры и упражнения – являются уникальным средством для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться.

Пальчиковые игры также расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

Пример пальчиковой гимнастики с детьми:

Транспорт

Автобус, троллейбус, машина, трамвай –

О них ты на улице не забывай.

В морях – корабли, ледоколы, суда,

Они очень редко заходят сюда.

(Соединение всех пальцев с большим по очереди, начиная с указательного)

Машины

По шоссе идут машины, (Крутим воображаемый руль.)

По асфальту едут шины. (Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)

По дороге не беги, (Погрозил пальцем.)

Я скажу тебе: «Би-би». (Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим».)

Транспорт-2.

Будем пальчики сгибать – (Загибаем пальцы начиная с мизинца)

Будем транспорт называть:

Автомобиль и вертолёт,

Трамвай, метро и самолёт.

Все пальцы мы в кулак зажали,

Все виды транспорта назвали. («Встряхиваем» ладонями)

Машины-2.

Все машины по порядку

Подъезжают на заправку: (Обеими руками «крутят руль» перед собой).

Бензовоз, мусоровоз,

С молоком молоковоз,

С хлебом свежим хлебовоз.

И тяжелый лесовоз. (Пальцами поочередно, начиная с мизинца, касаются ладошки).

Лодочка

Две ладошки прижму (Ладони лодочкой, волнообразные движения рук.)

И по морю поплыву.

Две ладошки – друзья –

Это лодочка моя.

Паруса подниму, (Поднять выпрямленные ладони вверх).

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам (Имитация движений волн и рыбок)..

Плывут рыбки тут и там.

Постовой

Постовой стоит упрямый (Пальчики «шагают» по ладошке)

Людям машет: не ходи! («Грозят» пальчиками)

Здесь машины едут прямо (Руки перед собой, изображают руль)

Пешеход, ты погоди! («Грозят» пальчиками)

Посмотрите: улыбнулся (Хлопают в ладоши)

Приглашает нас идти (Пальчики «шагают» по ладошке)

Вы, машины, не спешите (Хлопки руками)

Пешеходов пропустите! (Прыжки на месте)

Дорожных правил очень много.

Дорожных правил очень много. («Грозят» пальчиками)

Раз - Внимание дорога! (Загибают поочередно пальцы)

Два - сигналы светофора,

Три – смотри дорожный знак,

А четыре – «переход».

Правила все надо знать (Хлопки руками)

И всегда их выполнять. (Показывают «класс!» большим пальцем)

Велосипед

Две педали крутят ноги, (Раскрытыми ладонями выполняем круговые движения)

Мчат колеса по дороге (Вращаем согнутыми в локтях руками)

Я рулю, куда хочу -

Влево, (Имитируем, что держим руль и поворачиваем в лево)

Вправо покачу. (Вправо)

То вперед, (Кулачками обеих рук совершаем круговые движения)

А то назад (Назад)

Нажимаю тормоза (Обеими ладонями жмем на стол)

Гонки

Раз, два, три, четыре, пять. (Возят машинку по каждому пальчику вперед и назад, начиная с большого)

Можно гонки начинать. (То же самое, но начиная с безымянного)

По кругу, по кругу.

Вперед и назад,

Но пальцы машинку мою тормозят. (Катают машинку по пальцам, которые слегка согнуты)

Закрылись. (Сжимают кулак)

Машинка стоит в гараже

И фары погасли, не светят уже. (Заглядывают в маленькую щелочку в кулаке).