**ГБОУ СОШ №863**

**СПДО №2**

**Консультация учителя-логопеда**

**Услугиной О.Н.**

**для родителей:**

**« Здоровьесбережение детей.**

**Значение пальчиковой гимнастики**

**в работе с детьми».**

**МОСКВА**

**2014-2015**

**ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА?**

  В чем же заключается влияние пальцев на развитие речи?

Исследованиями лаборатории высшей нервной деятельности ребенка Института физиологии детей и подростков АП СССР было установлено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Исследователи обратили внимание на то, что около трети всей площади двигательной проекции занимает проекция кисти руки, расположенная очень близко от речевой моторной зоны. Именно величина проекции кисти и ее близость к моторной речевой зоне навели на мысль о том, что тренировка тонких движении пальцев рук окажет большее влияние на развитие активной речи ребенка, чем тренировка общей моторики. Сейчас для определения уровня развития речи с детьми первых лет жизни проводят такой опыт: просят ребенка показать один пальчик, два пальчика и три ("сделай вот так" - и показывают, как это надо делать). Дети, которым удаются изолированные движения пальцев, — говорящие дети. Если же пальцы напряженные, сгибаются и разгибаются только все вместе или, напротив, вялые ("ватные") и не дают изолированных движений, то это неговорящие дети. Таким образом, не услышав от ребенка ни одного слова, можно определить, как у него развита речь. До тех пор пока движения пальцев не станут свободными, развития речи добиться не удастся.     
 Все движения организма и речевая моторика имеют единые механизмы, поэтому развитие тонкой моторики рук благотворно сказывается на развитии речи ребенка. В фольклоре существует масса потешек, в которых сочетаются речь и движения рук. Любому ребенку не помешают массаж рук в доречевом периоде, а пальчиковые игры в сопровождении стихов не только разовьют мелкую моторику и речь, но и умение слушать. Ребенок научится понимать смысл услышанного и улавливать ритм речи.   
Пальчиковые и «ладонные» игры необходимы детям с самого раннего возраста. Они становятся и мощным стимулом для развития речи, и одним из вариантов радостного, теплого, телесного контакта с мамой, так необходимого малышу для его эмоционального развития.   
Эти игры могут расти вместе с малышом. Начинается все с потешек, во время которых ребенок пассивен, мама сама играет с его рукой, сгибая и разгибая пальчики, щекоча ладошку. Затем роль ребенка понемногу становится активной: мама лишь произносит слова потешки, а пальцы ребенка двигаются уже самостоятельно. Еще позже ребенок становится «вершителем» игры, и слова, и движения — все ему подвластно.   
Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.   
 Необходимо знать, что гимнастика для пальцев рук делится на пассивную и активную. Пассивная гимнастика рекомендуется как предварительный этап перед активной гимнастикой детям с низким уровнем развития мелкой моторики. Затем следует перейти к упражнениям активной пальцевой гимнастики.

   Все упражнения проводятся в игровой форме. Сложность их должна выбираться вами в зависимости от уровня развития тонкой моторики рук вашего ребенка.

**1 этап. Пассивная гимнастика для пальцев рук.**   
С первых месяцев жизни ребенка полезно проводить следующие упражнения: (массаж проводится 2 раза в день в строго приведенной последовательности на обеих руках поочередно).

- Надавить на боковые поверхности каждого пальчика (у ногтя) 2 раза, сначала на одной руке, затем на другой.

- «Подёргать кончики пальчиков»: движения сверху вниз по боковым поверхностям.(2 раза каждый пальчик).

- Каждый пальчик вытягиваем от основания, разминаем.

- Поглаживание ладошки, будто надеваем перчатку.

- Круговые движения на ладошке по часовой стрелке 2 раза.

- «Натягиваем» длинные перчатки (до локтя) на всю руку.

- Потрясти ручками малыша.

**Виды упражнений:**

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

**2 этап. Комплекс пальчиковой гимнастики.**  
  
Когда малышу исполнится девять месяцев, начните более активную тренировку пальчиков. Упражнения должны быть разнообразными, важно, чтобы как можно больше пальцев принимало в них участие, а движения были энергичными. Пусть малыш катает деревянные или пластилиновые шарики, перекладывает бусины из одной руки в другую, разрывает бумагу…   
Полуторагодовалому ребенку задавайте более сложные задания. Пусть сам застегивает пуговицы, завязывает и развязывает шнурки и узелки. Кстати, наглядные пособия для этого вы можете приобрести в магазинах или изготовить самостоятельно, например, сшить черепаху, расположив на ее панцире различные застежки: «молнии», пряжки, кнопки, косички.

 1. Сжимайте пальцы в кулак, затем разжимайте их. Сначала делайте это одновременно обеими руками, затем по очереди каждой рукой.   
 2. Выгибайте и прогибайте кисти рук одновременно и по очереди.   
 3. «Замок». Переплетите пальцы, сожмите ладони.   
 4.«Солнечные лучи».Сложите ладони и расставьте в стороны пальцы.   
 5. «Ножницы». Разведите пальцы в стороны, затем сведите их вместе. Сначала одной, потом другой рукой и обеими руками вместе.   
 6. «Пальчики здороваются». Подушечки пальцев по очереди прикасаются к большому пальцу (сначала правая рука, потом левая, затем одновременно).   
 7. Похлопывайте кистями рук по столу поочередно и одновременно.   
 8. Постукивайте пальцами по столу обеими руками и поочередно.   
 9. Поочередно приподнимайте и опускайте пальцы: кисти рук лежат на столе.   
 10. Имитируйте игру на пианино.   
 11. «Человечки бегают» с помощью указательного и среднего пальцев.   
 12. «Футбол». Забивайте шарики одним, затем двумя пальцами.   
…потом массаж   
 13. Надавите четырьмя сильно сжаты ми пальцами одной руки на основание большого пальца, затем на середину ладони.   
 14. Разотрите ладони (вверх-вниз).   
 15. Разотрите боковые поверхности сцепленными пальцами.   
 16. Разотрите ладони карандашом, зажатым между ними.   
 17. Положите между ладонями грецкий орех и делайте круговые движения.

**3 этап(заключительный) .Обучение самомассажа рук Вашим ребенком.** Начинать обучение самомассажа нужно в период подготовки к школе. Ребенок сам или с помощью взрослого делает массаж каждого пальчика левой и правой руки, начиная с кончиков пальцев через поглаживающие движения, растирающие движения, круговые движения. Повторять массаж (самомассаж) пальчиков обеих рук в течение 1-2 минут, заканчивать поглаживающими движениями. Массаж пальчиков проводится в начале, середине (при возникновении усталости) и в конце работы.    Массаж ведущей руки делается чаще.    Пальчиковую гимнастику желательно проводить каждый день, обязательно до и после выполнения упражнений по штриховке и письму. Количество повторений упражнений можно уменьшить или увеличить в зависимости от желания ребенка.    Теперь, можно сказать, что будущее Вашего ребенка находится в его руках, в прямом и переносном смысле.

**Таким образом:**

**1.** Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами приводит к возбуждению речевых центров в коре головного мозга, что в свою очередь стимулирует развитие речи.

**2**.Пальчиковая гимнастика помогает ребенку сконцентрировать свое внимание и правильно его распределить, учит вслушивываться и понимать смысл речи, улавливать ритм речи, повышает речевую активность ребенка.