Движение пальцев и кистей рук имеет особое стимулирующее воздействие. По насыщенности акупунктурными зонами кисть не уступает уху и стопе. Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, указательного - оказывает благотворное влияние на состояние желудка; среднего – на кишечник; безымянного – на печень и почки; мизинца – на сердце. Так что пальчиковая гимнастика не только положительно воздействует на речевые функции, но и на здоровье ребёнка.

 Для каждого возраста характерна своя степень сложности выполнения упражнений. Развитие мелкой моторики и пальчиковую гимнастику необходимо начинать выполнять с раннего возраста.

 Для раннего возраста характерны более простые упражнения.

Например, «Борьба пальчиков», «Какая рука сильнее», «Очки», «Ты, утёнок, не пищи, лучше маму поищи»/ *сжимание и разжимание пальцев рук*,

«Полетели птички, *Пальцы переплетены*

 птички- невелички*. Ладони сжаты*

 Сели птички. Посидели. *Поднимаем и опускаем пальцы в*

 Опять полетели» *соответствии с ритмом стиха.*

 С возрастом упражнения усложняются. Можно предложить следующие упражнения:

**«Курочка пьёт воду»**

 Наша курочка гуляла *Поставить руку локтем на стол*

 Травку свежую щипала. *Пальцы сложить в виде клюва.*

 И пила водицу *Ритмично наклонять руки вниз*

 Прямо из корытца*. Поднимать вверх, имитируя*

 *Водопой курочки.*

**«Птенчики в гнезде»**

 Улетела птица- мать *Все пальцы правой руки*

 Малышам жучков искать. *Обхватить левой ладонью*

 Ждут малютки- птицы *Получается «гнездо».*

 Мамины гостинцы. *Шевеление пальцами правой*

 *Руки создаёт впечатление*

 *Живых птенцов в гнезде.*

**«Бабочка»**

Бабочка- коробочка *Скрестить запястья обеих рук*

 Улетай под облачко. *и прижать тыльной стороной*

 Там твои детки *друг к другу. Пальцы прямые.*

 На берёзовой ветке. *«Бабочка сидит».*

 Ладони прямые и напряжены. Пальцы не сгибать. Лёгким, но резким движением рук в запястьях имитировать полёт бабочки.

 Так же с детьми с 3 до 6 лет можно проводить речевые и двигательные разминки в кругу. Например:

 **«Пальчики»**

|  |  |
| --- | --- |
| В гости к пальчику большому | Руки в кулаках,большие пальцы сгибать |
| Приходили прямо к дому | Сложить ладони «домиком» |
| Указательный и средний | *Соединять большие пальцы с называемыми пальцами той же руки* |
| Безымянный и последний |
| Сам мизинчик- малышок | Руки в кулаках, мизинцы сгибать |
| Постучался на порог | *«постучать» кулаками* |
| Вместе пальчики- друзья | Соединять ладони в замок с поворотом |
| Друг без друга им нельзя | *Соединить одноимённые пальцы рук.* |

 **«Загадки»**

|  |  |
| --- | --- |
| По карнизу без оглядки | *Дети идут по кругу на цыпочках.* |
| Шли на цыпочках загадки |
| С крыши спрыгнули во двор | Прыжком повернуться лицом в круг |
| Побежали за забор | Взяться за руки, руки вверх |
| Это хитрые загадки | *Хлопки в ладоши и с соседом, выдерживая ритм.* |
| Поиграть решили в прятки |

 **«Вышел дождик погулять»**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз- два- три- четыре- пять | *«Хоровод»* |
| Вышел дождик погулять | В обратную сторону |
| Шёл он тихо, по привычке, | *Вытянутые вперёд руки плавно двигать сверху вниз.* |
| А зачем ему спешить? |
| Вдруг увидел на табличке: | Сделать из ладошек «табличку» |
| «По газонам не ходить!» | *Выдвигать вперёд разноимённую руку и ногу.* |
| Дождь сказал тихонько «Ох!» | Соединить руки над головой |
| И ушёл | Повернуться спиной в круг |
| Газон засох. | *Расслабить мышцы, опустить руки и слегка присесть.* |

 Для детей 4-6 лет можно предложить очень занимательные ласковые игры для пальчиков.

Казалось бы, на первый взгляд, простое задание для ребёнка, но на самом деле это очень сложно, на ощупь найти нужный предмет.

 Что это за игры?

* Выбрать на ощупь из 4-5 мягких игрушек, допустим, только зайчика.
* Или найти с закрытыми глазами две одинаковые мягкие игрушки
* Сравнить две мягкие игрушки на ощупь: чем похожи? Чем различаются?
* На ощупь (через ткань) определить содержимое мешочка

 ( в мешочке могут лежать легкоузнаваемые предметы: кубик, коробок, матрёшка и др.)

* Найти одинаковые предметы в двух разных мешочках.
* При помощи палочки, с закрытыми глазами «определить» предмет, стоящий на столе.
* С закрытыми глазами выстроить по порядку матрёшек.

 В подготовительной группе руки детей необходимо готовить к обучению письму.

Оптимальным является использование физкультминуток. Физкультминутка как элемент двигательной активности предлагается детям для переключения на другой вид деятельности, повышения работоспособности, снятия нагрузки, связанной с сидением. Это позволяет предельно мобилизовать их внимание.

 Для подготовки руки к письму я могу предложить следующие упражнения:

* Ежедневная пальчиковая гимнастика.
* Упражнения в обводке контуров предметов, рисование по трафаретам, по клеткам (зрительные и слуховые диктанты), штриховка вертикальная, горизонтальная, наклонная, рисование «петелькой», «штрихом» (упражнения выполнять только карандашом).
* Работа с ножницами: разрезание бумаги на части по образцу, вырезание знакомых геометрических фигур и несложных предметов (мячик, дом, солнышко, ёлка…) по контуру и без него.
* Рисование несложных геометрических фигур, предметов, букв в воздухе и на столе ведущей рукой, затем другой рукой и обеими руками вместе; поочерёдное рисование каждым пальцем одной, затем другой руки.
* Работа с пластилином (лепка).
* Печатание букв в тетради.
* Конструирование и работа с мозаикой.
* Выкладывание фигур из спичек (палочек).
* Массаж и самомассаж пальцев рук.

 Проведение таких упражнений позволяет:

1. Регулярно опосредованно стимулировать действие речевых зон коры головного мозга, что положительно сказывается на формировании речи детей.
2. Совершенствовать внимание и память – психические процессы, тесно связанные с речью.
3. Облегчить будущим школьникам усвоение навыков письма.







