**ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ.**

**ЦЕЛЬ**: развитие движений пальцев и кистей рук.

**Задача**: развитие ручной умелости и совершенствование точных, сложнокоординированных движений всех звеньев руки – плеча, предплечья и особенно кисти и пальчцев рук.

**АКТУАЛЬНОСТЬ**

При регулярном использовании обеспечивают хорошую тренировку пальцев и подготовку мышц руки, оказывает тонизирующее влияние на функциональное состояние мозга и развитие речи детей, неизменно вызывая у них эмоциональный подъём и разрядку нервно-психического напряжения.

**ДВИЖЕНИЕ И РЕЧЬ**.

В.А.Сухомлинский считал, что истоки способностей и дарований находятся на кончиках их пальцев.

Чем больше мастерства в детской руке, тем он умнее.

Существует тесная связь ежду координацией движений и речью. Тонкие движения пальцев рук появляются раньше артикуляции слогов; последующее совершенствование речевых реакций прямо зависит от степени натренированности движений пальцев. Поэтому необходима тренировка не только артикуляционного аппарата, но и движений пальцев рук.

**значение**

Готовность руки как непосредственного орудия графической деятельности к выполнению точных и сложных движений является важным условием подготовки ребёнка при обучении в школе.

**готовность руки**

Во многом определяется индивидуальными особенностями моторного развития детей и такими физиологическими показателями, как развитие нервной регуляции движений, мелких мышц руки, степень окостенения запястья и фланг пальцев.

**деятельность в режиме дня**

Прямо и опосредственно влияет на развитие функций руки организация деятельности детей – предметно-практической, художественно-графической, бытовой, игровой.

**Игры и упражнения**

Для получения максимального эффекта важно ориентировать на те упражнения, задания, игры, которые способствуют развитию всех пальцев руки:

Пальчиковая гимнастика и массаж.

Народные игры с речевым сопровождением.

Авторские – на основе стихов и без них.

**Пальчиковая гимнастика в раннем возрасте**

Принцип – от простого к сложному.

Все упражнения делаются в медленнм темпе и сопровождаются показом и чётким произнесением текста.

Каждое занятие проводится в течение нескольких минут, два-три раза в день.

Все упражнения сразу не даются, начинают с одного, ежедневно добавляя по одному и доводя до комплекса из 4-6 упражнений.

После каждого упражнения полагается расслабляющий момент (опустилт руки и потрясли ими или покачали руками – пусть отдохнут).

К середине учебного года можно перейти к более сложным упражнениям, к работе с каждым пальчиком по отдельности – «Этот пальчик – дедушка…»

К концу учебного года можно детям предлагать более сложные упражнения – «Пальчики здороваются»…

Необходимо добавлять упражнения по мелкой моторике рук, действия пластелином, глиной, конструирования из кубиков, собирание различных пирамидок, перекладывание из одной кучки в другую каркндашей. Пуговиц и т.д.

**Пальчиковая гимнастика и массаж**

Имеют не только развивающее значение, но и терапевтическое (особенно для детей, испытывающих дефицит общения, телесного контакта).

В классическом массаже используют четыре основных приёма: поглаживание, разминание, растирание, постукивание.

В детском саду пальчиковую гимнастику и массаж полезно проводить перед каждым занятием рисованием, после занятий, требующих напряжённой работы мелкой мускулатуры пальцев (вышивание, работа с мелкими предметами, лепка).  
Тренировать пальцы рук можно уже у шестимесячного ребёнка. Для этого используют массаж (поглаживание кистей рук в направлении от кончика пальцев к запястью), а также простые упражнения, используя народные игры «Сорока-белобока», «Пальчик-мальчик» и др.

**Динамические игровые упражнения**

* **Осы** (обе руки сжаты в кулаки, выпрямлены только указательные пальцы, которые совершают одновременные вращательные движения).
* **Человечек** (указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по столу, то же повторить другой рукой, а затем – обеими руками одновременно – «бег наперегонки»).
* **Птички летят, машут крыльями** (мизинцы правой и левой рук переплести друг с другом, а пальцами обеих рук производить движения вверх-вниз).

**Статистические игровые упражнения**

* **Стул, кресло** (правую руку сжать в кулак, а левую прислонить к ней вертикально, сомкнув пальцы).
* **Лодочка** (прижать руки ладонями друг к другу, слегка их приоткрыв).
* **Улитка с усиками** (положить правую руку на стол, поднять указательный и средний пальцы, расставить их.)
* **Очки** (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
* **Пассажиры в автобусе** ( скрещённые пальцы рук обращены вниз, тыльные стороны рук – вверх, большие пальцы вытянуты вверх).

**Рекомендации по проведению**

* Знакомить в определённой последовательности:
* Сначала включать в комплекс те из них, которые способствуют формированию удерживать статическое положение кистей и пальцев, а затем игры и упражнения динамического характера.
* Особое внимание обратить на то, чтобы дети упражнялись в разных действиях:

- сжатие, расслабление, растяжение мышц рук – эти движения должны сочетаться.

- тренировались в выполнении изолированных движений каждым пальцем обеих рук;

- важно тренировать обе руки, т.е. неведущую руку сделать более активной.

**Развитие сенсомоторных координаций и коррекция их недостатков**

* Игры, игровые упражнения и задания на формирование и коррекцию по выработке у детей точной и чёткой координации в системах,
* «**глаз-рука**» («Копировальщики узоров», «Сделай, как я», «Звёздочки»),
* «**ухо-рука**» («Ухо-нос», «Школа радистов», «Самые красивые бусы», «Муха»),
* «**глаз-ухо-рука**» («Передай телеграмму», «Сколько деток» и др.)
* **Упражнение»Моем руки».**
* **Упражнение с монетами.**

Выполняется в игровой форме. Подбираются различные по массе и размеру монеты. Монеты размещаются на ладонной поверхности концевых фаланг пальцев. Ребёнок должен научиться удерживать на кончиках пальцев монеты от самых тяжёлых до самых лёгких. Упражнения сначала выполняются с открытыми глазами, а затем – с закрытыми.

* **Упражнение с чётками**.

Перебирание пальцами чёток или бус \_лучше использовать природный материал – дерево, жёлуди, орехи и т.д.) позволяет сосредоточить внимание на форме перебираемых чёток, постепенно снижая (для возбудимых детей с повышенным темпом деятельности) или увеличиваея темп (для детей с замедленным темпом деятельности), нормализует ритм дыхания, успокаивает.

* Полезно перебирать чётки или бусы, сопровождая движения рук речью – чтением стихотворения либо скороговорками.
* **Упражнение с палочками и карандашами.**
* **Упражнения с шарами.**
* **Мудры или йога пальцев** – замыкание пальцев рук в той или иной комбинации, обладает определённым оздоровительным эффектом. Мудры можно выполнять в любом положении, но лучше в позе лотоса, не требует особой обстановки или помещения. Мудры выполняют обеими руками.
* Занятия **«штриховка, обводка по трафаретам, рисование»** - эффективный приём развития мускульной памяти, координации движений пальцев рук. глазомер; укрепляет мышцы пальцев и кистей рук, но и способствует развитию речи, а также компенсации и коррекции зрительной недостаточности и формирования двигательных навыков.

**Игры и упражнения**

**со стихотворым сопровождением.**

* **Апельсин** (начиная с мизинца. Загибать попеременно все пальцы). Мы делили апельсин…
* **Прогулки**: **всенняя**

Раз, два, три, четыре, пять (разгибаем пальчики)

Мы все в лес пошли гулять (идут по столу)

Столько видели деревьев,

Что их всех не сосчитать

Вот берёза, вот кленок (разгибаем пальчики)

Рядом стройненький дубок,

Вот рябина, вот сосна –

Всех согрела их весна.

Стали листики пускать (разжимаем и сжимаем пальчики)

Дружно солнышко встречать!( делаем из ладоней солнышко)

летняя

Бежали мимо речки смешные человечки ( бегут пальчики)

Прыгали- скакали, прыгали-скакали (прыгают)

Солнышко встречали ( сонышко из ладошек)

Забрались на мостик (стучим ребром ладони)

И забили гвоздик – тук, тук (молоточек)

С мостика в речку- бултых!

Где же человечки? (Купаются в речке)

**зимняя**

1,2,3,4,5 – мы во двор пошли гулять,

Бабу снежную лепили ( изображаем)

Птичек крошками кормили.

С горки мы потом катались ( проводим по тыльной стороне ладони)

А потом в снегу валялись…  
Все в снегу домой пришли( отряхиваем кистями) Съели суп и спать легли.

**Литература**

* Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми. – М.,2004
* Рузина М.С., Афонькин С.Ю. Страна пальчиковых игр. – Спб.: Кристал, 1997
* Грек В.А. Рисую штрихом. – Минск, 1992.
* Лебедева А.Н. Развитие сенсомоторики детей старшего дошкольного возраста. – М., 2002.
* Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. М.,2000.
* Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. М. – 2004.