

**Государственное бюджетное образовательное учреждение
"Школа №1847".**

**Конспект
по самообразованию на тему : "Использование
пальчиковой гимнастики как средство развития
мелкой моторики рук у детей младшего дошколь-
ного возраста".**

**Подготовила
воспитатель мл.гр.
Кондрашова Е.В.**

Москва, 2015 год

План по самообразованию воспитателя младшей группы

Кондрашовой Е.В. (2014-2015 год)

1. Конспект по самообразованию: "Использованию пальчиковой гимнастики как средство развития мелкой моторики рук у детей младшего дошкольного возраста."
2. Консультация для родителей . "Пальчиками играем -речь развиваем."
3. Картотека пальчиковых игр для детей младшей группы.

Используемая литература:

Е.С.Анищенкова "Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников"

Астрель,Москва,2006 г.

А.Николаев "Пальчиковые игры" Рипол классик ,Москва ,2013г.

А.Е.Белая ,В.И.Мирясова "Играем пальчиками и развиваем речь"

Флокс,Москва,1995г.

Л.Данилова "Пальчиковые игры" Росмен,Москва,2008г.

Использование пальчиковой гимнастики как средство развития мелкой моторики рук у детей младшего дошкольного возраста

Использование пальчиковой гимнастики как средство развития мелкой моторики рук у детей младшего дошкольного возраста.

"Ум ребенка находится на кончиках его пальцев".

(В. А. Сухомлинский)

1. Введение

Развитие мелкой моторики пальцев рук имеет огромное значение для ознакомления дошкольников с окружающими их объектами, накопления социального и двигательного опыта и овладения речью.

Одной из эффективных форм работы с дошкольниками, способствующей развитию мелкой моторики, является пальчиковая гимнастика – комплексы упражнений, которые могут сопровождаться стихами, сказками, потешками и песнями.

Пальчиковая гимнастика легко входит в жизнь ребенка. Психика малыша устроена так, что его практически не возможно заставить выполнять какие-либо упражнения, даже самые полезные, если они ему не интересны. А вот пальчиковые игры с простыми движениями и веселым стихотворным сопровождением нравятся детям.

Для детей дошкольного возраста характерно своеобразное развитие мышечной системы, которое проявляется в преобладании крупной мускулатуры над мелкой. Вследствие чего детям легче даются движения всей рукой, чем только кистью и пальцами.

2. Что такое «мелкая моторика»?

Что же такое мелкая моторика? Физиологи под этим выражением подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т. к. развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка? Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь, и кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т. д.

Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

И, конечно, в старшем дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации движений руки должна стать важной частью подготовки к школе, в частности, к письму.

Мелкая моторика - одна из сторон двигательной сферы, которая непосредственно связана с овладением предметными действиями, развитием продуктивных видов деятельности, письмом, речью

ребенка (М. М. Кольцова, Н. Н. Новикова, Н. А. Бернштейн, В. Н. Бехтерев, М. В. Антропова, Н. А. Рокотова, Е. К. Бережная). Формирование же двигательных функций, в том числе и тонких движений рук, происходит в процессе взаимодействия ребенка с окружающим его предметным миром. Когда мы выполняем точные действия, запястья, совершая необходимые движения в разных плоскостях, регулируют положение наших рук. Маленькому ребенку трудно поворачивать и вращать запястье, поэтому он заменяет эти движения движениями всей руки от плеча. Чтобы мелкие движения были более точными и экономными, чтобы они не требовали от ребенка чрезмерных затрат энергии, ему необходимо постепенно овладевать разными движениями запястья.

3. Упражнения для развития мелкой моторики рук.

Для развития мелкой моторики рук используются различные формы деятельности:

1. Игры с крупой, бусинками, пуговицами, мелкими камешками.
2. Песочная терапия.
3. Вырезание ножницами.
4. Аппликации.
5. Работа с бумагой. Оригами. Плетение.
6. Лепка из пластилина, глины и соленого теста.
7. Игры со шнуровками
8. Рисование, раскрашивание.
9. Конструирование
10. Пальчиковая гимнастика.

Последнее рассмотрим подробнее:

«Пальчиковые игры» - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и др. Дети старше 5 лет могут оформить игры разнообразным реквизитом - домиками, кубиками, мелкими предметами и т. д.

Рекомендуется использовать упражнения, в которых тренируется каждый палец отдельно (ведь в коре головного мозга имеется отдельная область проекции для каждого пальца, необходимы движения и для напряжения, и для расслабления, и для растяжки. Движения пальцами нужно выполнять с оптимальной нагрузкой и амплитудой. Вялая, небрежная тренировка не дает эффекта.

Необходимо помнить, что пальчиковый тренинг применяется как средство, повышающее тонус коры головного мозга, и соблюдать осторожность при работе с детьми с повышенной судорожной готовностью. Пальчиковый тренинг включает упражнения:

статические (удержание приданной пальцам определенной позы, динамические (развитие подвижности пальцев, переключения с одной позиции на другую, расслабляющие (нормализующие мышечный тонус) и др.

Однако, зачастую непродуманное искусственное использование этих упражнений не вызывает у детей интереса к ним и не дает достаточного корригирующего эффекта. Эффективность занятий, интерес детей к ним можно повысить, если упражнения пальцевой гимнастики проводить во время чтения детям стихов, сказок, рассказов, работы с ними над потешками, прибаутками, любым речевым материалом. Слушая его, дети одновременно вместе со взрослым "инсценируют" содержание прослушиваемого материала с помощью пальцевых движений и изображений персонажей, их действий и др. Разучиваемые на таких занятиях пальцевые движения дети включают в дальнейшем в самостоятельные игры-инсценировки, совершенствуя двигательные навыки пальцев рук. Для некоторых игр можно надевать на пальчики бумажные колпачки или рисовать на подушечках пальцев глазки и ротик.

Для получения максимального эффекта пальчиковые упражнения должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.

Продолжительность пальчикового тренинга зависит от возраста детей (младший возраст до трехчетырех лет, рекомендуемое время - от 3 до 5 минут, в среднем и старшем дошкольном возрасте - 10-15 минут в день). Часть упражнений, в которых использовалась поверхность стола, выполняются сидя за столом. Таким образом, пальчиковые упражнения, при умелом их включении в контекст различных занятий и домашних дел, могут способствовать развитию у детей элементов их двигательного поведения, обусловленного игровой, бытовой или учебной ситуацией.

4. Методические рекомендации по проведению пальчиковых игр.

1. Перед игрой с ребёнком можно обсудить её содержание, сразу при этом отработывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволит подготовить малыша к правильному выполнению упражнения, но и создаст 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 затем двумя руками вместе.
4. Выполняйте упражнение вместе с детьми, при этом демонстрируя собственную увлечённость игрой.
5. При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки.
6. Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.
7. Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись ребёнком легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили ему радость.
8. Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, легко, чётко, без лишних слов. При необходимости ребёнку оказывается помощь.

9. В идеале: каждое занятие имеет свое 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 заменяйте их новыми. Наиболее понравившиеся игры можете оставить в своем репертуаре и возвращаться к ним по желанию малыша.

12. Не ставьте перед ребенком несколько сложных задач сразу (к примеру, показывать движения и произносить текст). Объем внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может "отбить" интерес к игре.

13. Никогда не принуждайте. Попробуйте разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте (например, изменив задание) или поменяйте игру.

5. Заключение.

Нет ничего важнее здоровья и развития детей. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умения подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка. У ребенка развиваются познавательные психические процессы (память, воображение, мышление). В результате усвоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Игры с пальчиками стимулируют творческие способности, фантазию и речь. Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы всего тела. Они способны улучшить произношение многих звуков.

Пальчиковые игры хорошие помощники для того, чтобы развить координацию.

О пальчиковых играх можно говорить как о великолепном универсальном, дидактическом и развивающем материале.