**Влияние пальчиковой гимнастики на**

**здоровье ребенка.**

**Материал подготовила воспитатель первой младшей группы «Улыбка» Ступакова Наталья Васильевна.**

Движение пальцев и кистей рук имеют особое развивающее воздействие. Игра с участием рук и пальцев играет очень важную роль. С ее помощью развивается не только [мелкая моторика](http://strana-sovetov.com/kids/1-6/4207-fine-motor-skills-development.html), но также и речевой центр ребенка.

Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Поэтому необходимо уделять больше внимания развитию движения пальцев рук и совершенствованию мелкой моторики рук ребенка. У большинства детей с задержкой речевого развития наблюдаются отклонения в формировании тонких движений пальцев (движения неточные, нескоординированные). Благодаря пальчиковой гимнастике ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность  и способность сосредотачиваться.

Этот пальчик хочет спать.

Этот пальчик – прыг в кровать.

Этот пальчик прикорнул.

Этот уж давно заснул.

А этот пальчик давным- давно спит.

Тише, тише не шумите

Пальчиков не разбудите.

Утро красное придет,

Солнце ясное взойдет.

Станут птички распевать,

Станут пальчики вставать.

Ура! Ура! Пальчикам в садик пора!

           Пальчиковая игра это массаж пальчиков. Здесь происходит поглаживание кисти рук; растирание пальчиков от кончиков к основанию с применением небольшой силы для увеличения чувствительности; легкое надавливание на верхнюю фалангу пальца; растирание по кругу от кончика к ладошке; взять пальчик за верхушку и тихонько вращать по часовой стрелке.

Массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга; массаж указательного пальца положительно воздействует на состояние желудка;  массаж среднего – на кишечник; массаж безымянного – на печень и почки, массаж мизинца -  на сердце. Под каждый прием можно выбрать потешку.

               Пальчик большущий,

               Пальчик здоровущий.

               Ты расти – вырастай

               Силу, ум развивай

               Пальчик указательный

               Разумный и внимательный.

               Ты расти – вырастай

               Ума – разума нам дай.

               Вот и средний пальчик наш,

               Мы его потрем сейчас.

               А теперь потрем мы пальчик

               Безымянный великанчик,

               Ты давай расти скорей,

               Скажешь имя поскорей,

               Вот мизинчик маленький –

               Подрастай мой славненький.

Прекрасное оздоравливающее  и тонизирующее действие оказывает перекатывание между ладонями грецкого ореха или каштана.

Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит развивать речь ребенка.

        Наши пальчики проснулись,

        Потянулись, потянулись…

        И встряхнулись…

        По ладошке побежали

        Побежали, побежали,

        Поскакали, поскакали

        И устали. Сели отдыхать.

В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание.