



Консультация для родителей

«Использование пальчиковой гимнастики как средства развития мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста»



Пальчиковая гимнастика

это комплекс упражнений для пальцев и кистей рук, который обычно преподносится детям в игровой форме.

Пальцы – это необыкновенно чувствительная часть нашего тела. Благодаря огромному количеству нервных окончаний, расположенных в их подушечках, стимуляция этих зон вызывает активную работу головного мозга. В первую очередь начинают функционировать участки, отвечающие за речь, письмо, осуществление целенаправленной деятельности, способность к восприятию, анализу, запоминанию информации. Основная цель которой – лучше развить мелкую моторику рук.

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 мелкой моторики рук вашего ребенка.

Пассивная гимнастика для пальцев рук

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 ладонкой вниз. Фиксируя одной рукой руку малыша, другой рукой взрослый приподнимает вверх поочередно каждый пальчик.



Рука ребенка лежит на столе ладонкой 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.

Цель пальчиковой гимнастики


Цели проведения зарядки для пальчиков отличаются для детей разных возрастных групп.

Для малышей до 4-х лет:


- 
1. Формирование навыка слежения за объектом;
 2. Обучение повторению за действиями других людей;
 3. Совершенствование координации движений;
 4. Развитие чувства ритма.

Функции пальчиковой гимнастики

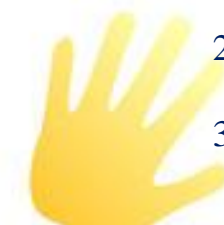
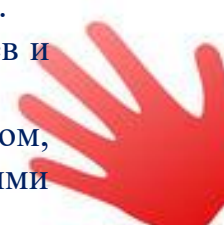
Занятия пальчиковой гимнастикой дома или в детском саду выполняют несколько важных функций:

- 
1. Тренировка мелких движений кистью и пальцами;
 2. Активация центров речи и письма в коре больших полушарий;
- Стимуляция когнитивных функций (интеллект, мышление, память, внимание);
3. Создание психологически комфортной обстановки;
 4. Развитие творческих способностей, воображения.

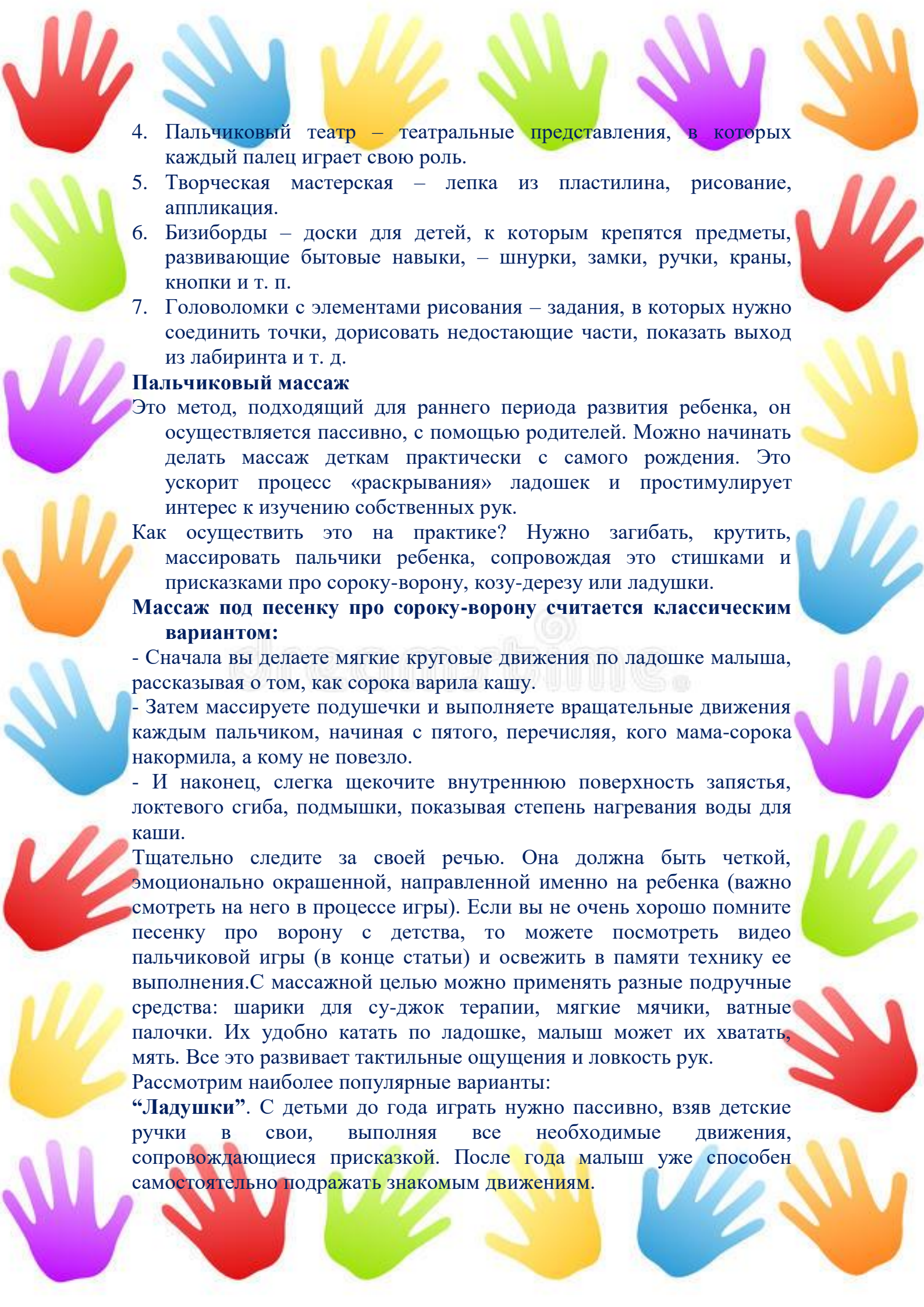
Способы развития мелкой моторики



Не только пальчиковые игры развивают способность к тонким целенаправленным движениям. Для этого разработаны несколько методик:

- 
1. Пальчиковый массаж – это оптимальный вариант для детей первого года жизни, которые еще не умеют действовать целенаправленно.
 2. Пальчиковые игры – это гимнастические упражнения для пальцев и кистей.
 3. Игры с предметами мелкого размера – с кубиками, мячиком, песком, камешками, мозаикой, конструктором, небольшими игрушками.
- 



- 
4. Пальчиковый театр – театральные представления, в которых каждый палец играет свою роль.
 5. Творческая мастерская – лепка из пластилина, рисование, аппликация.
 6. Бизиборды – доски для детей, к которым крепятся предметы, развивающие бытовые навыки, – шнурки, замки, ручки, краны, кнопки и т. п.
 7. Головоломки с элементами рисования – задания, в которых нужно соединить точки, дорисовать недостающие части, показать выход из лабиринта и т. д.

Пальчиковый массаж

Это метод, подходящий для раннего периода развития ребенка, он осуществляется пассивно, с помощью родителей. Можно начинать делать массаж деткам практически с самого рождения. Это ускорит процесс «раскрывания» ладошек и простимулирует интерес к изучению собственных рук.

Как осуществить это на практике? Нужно загибать, крутить, массировать пальчики ребенка, сопровождая это стишками и присказками про сороку-ворону, козу-дерезу или ладушки.

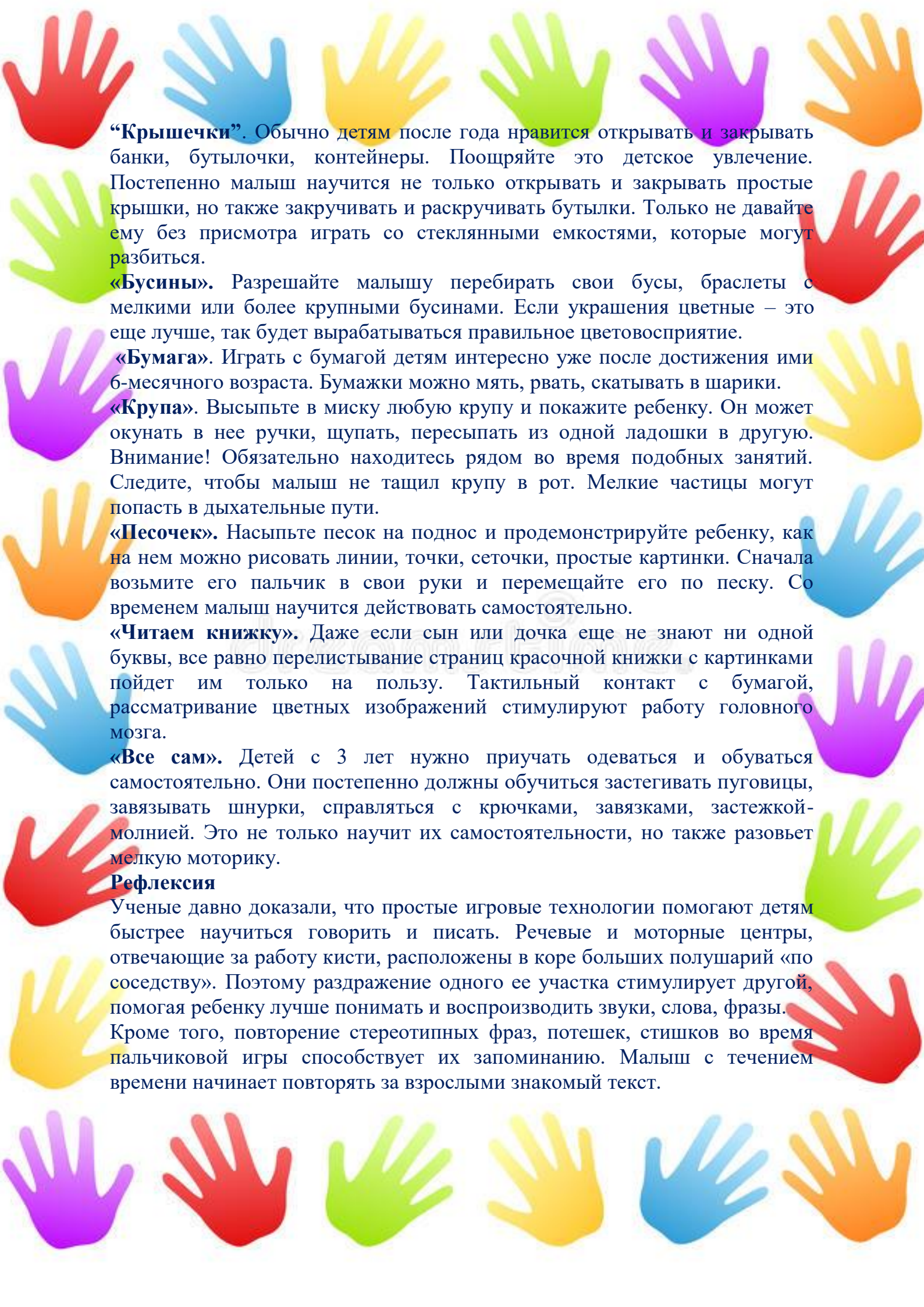
Массаж под песенку про сороку-ворону считается классическим вариантом:

- Сначала вы делаете мягкие круговые движения по ладошке малыша, рассказывая о том, как сорока варила кашу.
- Затем массируете подушечки и выполняете вращательные движения каждым пальчиком, начиная с пятого, перечисляя, кого мама-сорока накормила, а кому не повезло.
- И наконец, слегка щекочите внутреннюю поверхность запястья, локтевого сгиба, подмышки, показывая степень нагревания воды для каши.

Тщательно следите за своей речью. Она должна быть четкой, эмоционально окрашенной, направленной именно на ребенка (важно смотреть на него в процессе игры). Если вы не очень хорошо помните песенку про ворону с детства, то можете посмотреть видео пальчиковой игры (в конце статьи) и освежить в памяти технику ее выполнения. С массажной целью можно применять разные подручные средства: шарики для су-джок терапии, мягкие мячики, ватные палочки. Их удобно катать по ладошке, малыш может их хватать, мять. Все это развивает тактильные ощущения и ловкость рук.

Рассмотрим наиболее популярные варианты:

“Ладушки”. С детьми до года играть нужно пассивно, взяв детские ручки в свои, выполняя все необходимые движения, сопровождающиеся присказкой. После года малыш уже способен самостоятельно подражать знакомым движениям.



«Крышечки». Обычно детям после года нравится открывать и закрывать банки, бутылочки, контейнеры. Поощряйте это детское увлечение. Постепенно малыш научится не только открывать и закрывать простые крышки, но также закручивать и раскручивать бутылки. Только не давайте ему без присмотра играть со стеклянными емкостями, которые могут разбиться.

«Бусины». Разрешайте малышу перебирать свои бусы, браслеты с мелкими или более крупными бусинами. Если украшения цветные – это еще лучше, так будет вырабатываться правильное цветовосприятие.

«Бумага». Играть с бумагой детям интересно уже после достижения ими 6-месячного возраста. Бумажки можно мять, рвать, скатывать в шарики.

«Крупа». Высыпьте в миску любую крупу и покажите ребенку. Он может окунать в нее ручки, щупать, пересыпать из одной ладони в другую. Внимание! Обязательно находите рядом во время подобных занятий. Следите, чтобы малыш не тащил крупу в рот. Мелкие частицы могут попасть в дыхательные пути.

«Песочек». Насыпьте песок на поднос и продемонстрируйте ребенку, как на нем можно рисовать линии, точки, сеточки, простые картинку. Сначала возьмите его пальчик в свои руки и перемещайте его по песку. Со временем малыш научится действовать самостоятельно.

«Читаем книжку». Даже если сын или дочка еще не знают ни одной буквы, все равно перелистывание страниц красочной книжки с картинками пойдет им только на пользу. Тактильный контакт с бумагой, рассматривание цветных изображений стимулируют работу головного мозга.

«Все сам». Детей с 3 лет нужно приучать одеваться и обуваться самостоятельно. Они постепенно должны обучиться застегивать пуговицы, завязывать шнурки, справляться с крючками, завязками, застежкой-молнией. Это не только научит их самостоятельности, но также разовьет мелкую моторику.

Рефлексия

Ученые давно доказали, что простые игровые технологии помогают детям быстрее научиться говорить и писать. Речевые и моторные центры, отвечающие за работу кисти, расположены в коре больших полушарий «по соседству». Поэтому раздражение одного ее участка стимулирует другой, помогая ребенку лучше понимать и воспроизводить звуки, слова, фразы. Кроме того, повторение стереотипных фраз, потешек, стишков во время пальчиковой игры способствует их запоминанию. Малыш с течением времени начинает повторять за взрослыми знакомый текст.