Пальчиковая гимнастика для младших школьников

Развитие речи детей тесно связано с состоянием мелкой моторики рук. Тренировка пальцев рук стимулирует умственное развитие и способствует выработке основных элементарных умений, таких как одевание, раздевание, застегивание и расстегивание пуговиц, манипулирование ложками, ножницами.

Очень важной частью работы по развитию мелкой моторики являются пальчиковые игры. Игры эти очень эмоциональны, увлекательны, захватывают ребенка своей импровизацией, непосредственностью, театрализацией, элементами сюрпризной и предполагают наличие ситуации успеха. Они способствуют развитию речи, творческой и мыслительной деятельности.

Пальчиковые игры как бы отражают реальность окружающего мира – предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Тренировке движений пальцев рук можно уделить 1,5- 2 минуты на утренней гимнастике или 2-3 минуты на фронтальных занятиях. Упражнения с детьми могут проводить и логопед, и воспитатель, и родители, и учителя начальной школы.

Необходимо постоянно следить, чтобы не было передозировки. Упражнения надо давать малыми пропорциями, но делать их с оптимальной нагрузкой, с большой амплитудой движений. Не дает эффекта небрежное, расслабленное выполнение упражнений. Особое внимание стоит уделить тренировке движений повышенной сложности, то есть таких, какие наши пальцы не делают в повседневной жизни. Именно такая тренировка пальцев рук дает видимый и быстрый эффект.

Систематическая работа по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, у детей улучшается внимание, память, слух, зрение.

1. Пальчиковая гимнастика

1. «Кольца».
Поочередно соединять подушечку каждого пальца с большим пальцем, образуя колечко. Сначала на правой, затем на левой. А в конце занятия – синхронные движения на обеих руках.
Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем пальчики считать.

2. «Кулак-ребро-ладонь».
Три положения на плоскости стола. Кулачок, затем ладонь ребром на столе, прямая ладонь на столе. Делать правой, левой рукой, затем синхронно.

3. «Крестики-нолики».
Зацепить средний палец за указательный – крестик. Затем соединить подушечки указательного и большого пальца – нолик. Чередовать эти движения.

4. «Зеркальное рисование».
Взять в каждую руку по карандашу и рисовать одновременно зеркально-симметричные фигуры, буквы.

5. «Ухо-нос».
Левой рукой взяться за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Отпустить, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук наоборот.

6. «Рыбка».

Сложить вместе ладони рук – это «рыбка». Двигать «рыбку» в разных направлениях, имитируя плавание.

7. «Змейка».
Сцепить ладони в замок – это голова «змеи». Руки прижать друг к другу. Двигать «змею» в разные стороны, имитируя ползание.

8. «Восьмерки».
Рисовать в воздухе восьмерку указательным и средним пальцем левой, правой руки, затем синхронно.

9.«Собака»

Ладонь расположена вертикально, на ребро. Большой палец поднять вверх, указательный согнуть, остальные соединить вместе. Мизинец опускается и поднимается .

10. «Летит оса»

Пальцы сжаты в кулак, один поднять вверх. Выполнять ими вращательные движения. Повторить другими пальцами.

11. Разнообразная предметная деятельность, которая развивает мелкую моторику: застегивание и расстегивание пуговиц, шнурование обуви, игры с мозаикой, конструкторы, пазлы; игры с фасолью и горохом (разложить в разные коробки).

1. ***2. Пальчиковые игры***

При помощи пальцев можно инсценировать рифмованные истории, потешки.

“Паучок”

Паучок ходил по ветке,
(Руки скрещены , пальцы “бегают” каждой руки
А за ним ходили детки.
По предплечью, а затем по плечу др.руки)
Дождик с неба вдруг полил,
(Кисти свободно опущены, встряхивающие движения)
Паучков на землю смыл.
движения; хлопок ладонями по столу/коленям)
Солнце стало пригревать,
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу,
Паучок ползет опять,

пальцы растопырены, качаем руками.)
А за ним ползут все детки,

(Действия аналогичны первоначальным.)
Чтобы погулять по ветке.
(“Паучки” ползают по голове.)

«Гусь»

- Где ладошки? Тут? (*Спрятать руки за спину)*

- Тут! *(Протянуть руки вперед ладонями вверх.)*

- На ладошках пруд?

- Пруд! - Палец большой – это гусь молодой. *(Поочередно загибать пальцы обеих рук.)*

Указательный поймал,

Средний гуся ощипал,

Этот палец печь топил.

Этот палец суп варил. Полетел гусь в рот, (*Разжать кулаки , поднять руки вверх,*

А оттуда - в живот! *встряхнуть кистями*.

Вот! *Хлопнуть в ладоши .)*

«Засолка капусты»

Мы капусту рубим , *(Движения прямыми кистями вниз-вверх.*

Мы морковку трем, *Движения кулаков к себе и от себя.*

Мы капусту солим, *Движения пальцев, имитирующие посыпку солью*.

Мы капусту жмем. *Интенсивное сжимание обеих рук в кулаки .)*

«Замок».

На двери висит замок, (*пальцы ритмично соединяются в замок*
Кто его открыть бы смог? *несколько раз.)*

Потянули, потянули *(Руки тянутся в разные стороны)*

Покрутили , покружили *(покрутить сцепленными пальцами),*
Постучали, постучали, *(не расцепляя пальцев, постучать ладонями)*
И открыли! *(расцепить пальцы , развести руки в стороны).*

« Алые цветки»

Наши алые цветки (*Ладони соединены в форме тюльпана.*

Распускают лепестки. *Пальцы медленно раскрываются. Плавно*

Ветерок чуть дышит, *покачиваются, затем они медленно*

Лепестки колышет. *закрываются . Кисти рук покачиваются.)*

Наши алые цветки

Закрывают лепестки.

Тихо засыпают,

Головками качают.

«Прогулка»

Пошли пальчики гулять, *Пальцы рук сжаты в кулаки, большие*

пальцы опущены вниз и как бы прыжками

двигаются по столу .

А вторые догонять, *Ритмичные движения по столу указательными пальцами*

Третьи пальчики бегом, *Движения средних пальцев в быстром темпе*

А четвертые пешком, *Медленное движение безымянных пальцев по столу.*

Пятый пальчик поскакал, *Ритмичное касание поверхности стола обоими .*

мизинцами

И в конце пути упал. *Хлопок кулаками по поверхности стола.*

« Цветок»

Вырос высокий цветок на поляне, (*Руки поставить вертикально , ладони -*

друг к другу, округлить.

Утром весенним раскрыл лепестки. *Развести пальцы.*

Всем лепесткам красоту и питанье *Пошевелить пальцами.*

Дружно дают под землей корешки. *Ладони — вниз, тыльной стороной* .

друг к другу, пальцы развести.)

Используемая литература: Т.В.Калинина, С.В.Николаева, О.В.Павлова, И.Г.Смирнова «Пальчиковые упражнения для детей от 2-7 лет».