**МБДОУ детский сад № 28 «Росинка»**

*Подготовили воспитатели:*

*Белогурова В.В.*

*Орехова М.А.*

**ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА РЕБЕНОК ЗАНИМАЕТСЯ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКОЙ?**1. Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.  
  
2. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка.  
  
3. Ребёнок учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.  
  
4. Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.  
  
5. Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений. У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.  
  
6. В результате освоения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.  
  
**С КАКОГО ВОЗРАСТА МОЖНО НАЧИНАТЬ ЗАНИМАТЬСЯ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКОЙ?**  
Некоторые специалисты советуют заниматься пальчиковой гимнастикой с 6-7 месяцев. Но и в более позднем возрасте занятия будут очень полезны и эффективны.  
  
Начинать можно с ежедневного массажа по 2-3 минуты кистей рук и пальцев:  
1) поглаживать и растирать ладошки вверх — вниз;  
2) разминать и растирать каждый палец вдоль, затем — поперёк;  
3) растирать пальчики спиралевидными движениями.  
  
1. Сначала все упражнения выполняются медленно. Следите, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите малышу или научите его помогать себе второй рукой.  
  
2. Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем — другой рукой, после этого — двумя одновременно.  
  
3. Некоторые упражнения даны в нескольких вариантах. Первый — самый лёгкий.  
  
4. Каждому упражнению соответствует свой рисунок для создания зрительного образа. Сначала покажите ребёнку цветной рисунок и объясните, как должно выполняться упражнение. Постепенно надобность в объяснениях отпадает: Вы показываете картинку, называете упражнение, а малыш вспоминает, какое положение кистей рук или пальцев он должен воспроизвести.  
  
**ВСЕ УПРАЖНЕНИЯ МОЖНО РАЗДЕЛИТЬ НА ТРИ ГРУППЫ.**  
**I группа.** Упражнения для кистей рук:  
— развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;  
— учат напрягать и расслаблять мышцы;  
— развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;  
— учат переключаться с одного движения на другое.  
  
Например. «Флажки»  
Вариант 1. Исходное положение. Расположить ладони перед собой. Одновременно опускать и поднимать ладони, сопровождая движения стихами. Если ребёнок легко выполняет это упражнение, можно предложить опускать и поднимать ладони, не сгибая пальцы.  
  
Я в руках флажки держу  
И ребятам всем машу!  
  
Вариант 2. Поочерёдно менять положение рук на счёт: «раз-два». «Раз»: левая рука – выпрямлена, поднята вверх, правая рука – опущена вниз. «Два»: левая рука – опущена вниз, правая рук – поднята вверх.  
  
**II группа.** Упражнения для пальцев условно статические:  
— совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.  
  
«Улитка»  
Исходное положение. Указательный, средний и безымянный пальцы прижаты к ладони. Большой палец и мизинец то выпрямляются, то прячутся. Выполнять упражнение сначала каждой рукой по очереди, потом двумя руками одновременно. Можно изобразить как улитка ползёт по столу.  
  
Улитка, улитка! Высуни рога!  
Дам тебе я хлеба или молока!  
  
«Пчела»  
Выпрямить указательный палец, остальные пальцы прижать к ладони большим пальцем. Вращать указательным пальцем.  
  
Жу-жу-жу, жу-жу-жу,  
Над цветами я кружу!  
  
**III группа.** Упражнения для пальцев динамические:  
— развивают точную координацию движений;  
— учат сгибать и разгибать пальцы рук;  
— учат противопоставлять большой палец остальным.  
  
«Семья»  
Сжать пальчики в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.  
  
Этот пальчик – дедушка,  
Этот пальчик – бабушка,  
Этот пальчик – папочка,  
Этот пальчик – мамочка.  
Этот пальчик – это Я.  
Вот и вся моя семья.  
  
На слова последней строчки ритмично сжимать и разжимать пальцы.  
  
***ПОМНИТЕ!***Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Занимайтесь ежедневно около 5 минут.  
  
Высокий уровень развития мелкой моторики свидетельствует о функциональной зрелости коры головного мозга и о психологической готовности ребёнка к школе. Замечено, что игры и упражнения на развитие мелкой моторики оказывают стимулирующее влияние на развитие речи. Они являются мощным средством поддержания тонуса и работоспособности коры головного мозга, средством взаимодействия её с нижележащими структурами.   
  
В процессе игр и упражнений на развитие мелкой моторики у детей улучшаются внимание, память, слуховое и зрительное восприятие, воспитывается усидчивость, формируется игровая и учебно-практическая деятельность.

**Источник**: https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2017/11/07/konsultatsiya-dlya-roditeley-palchikovaya-gimnastika