

Развитие мелкой моторики. Речь – на кончиках пальцев!

Движение пальцев и кистей рук имеет особое развивающее воздействие. Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще до нашей эры, в Древнем Китае. Игры с участием рук и пальцев приводит в гармоническое отношение тело и разум, поддерживают мозговые системы в оптимальном состоянии.

Японский врач Намиком Токудзиро разработал оздоравливающую методику воздействия на кисти рук, а через них и на внутренние органы человека, рефлекторно связанные с ними.

Массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, массаж указательного пальца положительно воздействует на состояние желудка, среднего – на кишечник, безымянного – на печень и почки, мизинца – на сердце. В Японии широко используют упражнения для ладоней и пальцев – с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее действие оказывает перекатывание между ладонями восьмигранного карандаша.

Талантом нашей народной педагогики созданы игры: «Ладушки», «Сорока-белобока», «Коза рогатая».

Предлагаемая далее пальчиковая гимнастика состоит из пяти комплексов упражнений. Каждый комплекс разучивается в течение недели (пять комплексов – пять недель).

Затем начинается повторение. Предварительно с детьми заучиваются названия пальцев. Каждый комплекс состоит из пяти упражнений и одной потешки. Сначала даются упражнения, а затем потешка. Слушая потешку, дети производят соответствующие движения, постепенно заучивая текст.

Пальчиковая гимнастика (комплекс № 1)

1. **Ладони на столе** (на счет "раз-два" пальцы врозь - вместе.)
2. **Ладонка - кулачок - ребро** (на счет "раз, два, три").
3. **Пальчики здороваются** (на счет "раз-два-три-четыре-пять" соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.)
4. **Человечек** (указательный и средний пальцы правой, а потом левой руки бегают по столу).
5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).

Потешка "ПАЛЬЧИК-МАЛЬЧИК"

Пальчик-мальчик, где ты был?

- С этим братцем в лес ходил.
- С этим братцем щи варил.
- С этим братцем кашу ел.
- С этим братцем песни пел.

Взрослый показывает большой палец правой руки и говорит, как бы обращаясь к нему:

прикасается кончиком большого пальца к кончикам всех пальцев от указательного до мизинца.

Пальчиковая гимнастика (комплекс № 2)

1. **Коза** (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).
2. **Козлята** (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).
3. **Очки** (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их)
4. **Зайцы** (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и безымянный соединить).
5. **Деревья** (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).

Потешка "БЕЛКА"

Сидит белка на тележке,
Продает она орешки,
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.

Взрослый и дети при помощи левой руки загибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца.

Пальчиковая гимнастика (комплекс № 3)

1. **Флажок** (большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе).
2. **Птички** (поочередно большой палец соединяется с остальными).
3. **Гнездо** (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).
4. **Цветок** (то же, но пальцы разъединены).
5. **Корни растения** (прижать корни - руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).

Потешка "ЭТОТ ПАЛЬЧИК"

Этот пальчик - дедушка,
Этот пальчик - бабушка,
Этот пальчик - папочка,
Этот пальчик - мамочка,
Этот пальчик - я,
Вот и вся моя семья.

Детям предлагается согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем, слушая потешку, по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.

Пальчиковая гимнастика (комплекс № 4)

1. **Пчела** (указательным пальцем правой, а затем и левой руки вращать вокруг).
2. **Пчелы** (то же упражнение выполняется двумя руками).
3. **Лодочка** (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв их).
4. **Солнечные лучи** (скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы).
5. **Пассажиры в автобусе** (скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук вверх, большие пальцы вытянуты вверх).

Потешка "БРАТЬЯ"

Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик - прыг в кровать!
Этот пальчик прикорнул,
Этот пальчик уж заснул.
Тише, пальчик, не шуми,
Братиков не разбуди ...
Встали пальчики, ура!
В детский сад идти пора.

Поднять левую руку ладонью к себе и в соответствии с текстом загибать правой рукой по очереди пальцы левой руки, начиная с мизинца. Затем обратиться к большому пальцу, разогнуть все пальчики.

Пальчиковая гимнастика (комплекс № 5)

1. **Замок** (на счет "раз" - ладони вместе, а насчет "два" - пальцы соединяются в "замок").
2. **Лиса и заяц** (лиса "крадется" - все пальцы медленно шагают по столу вперед; заяц "убегает" - перебирая пальцами, быстро движутся назад).
3. **Паук** (пальцы согнуты, медленно перебираются по столу).
4. **Бабочка** (ладони соединить тыльной стороной, махать пальцами, плотно сжатыми вместе).
5. **Счет до четырех** (большой палец соединяется поочередно со всеми остальными).

Потешка "НУ-КА, БРАТЦЫ, ЗА РАБОТУ"

Ну-ка, братцы, за работу!
Покажи свою охоту.
Большому - дрова рубить.
Печи все - тебе топить.
А тебе - воду носить.

А тебе - обед варить.
А малышке - песни петь.
Песни петь, да плясать,
Родных братьев забавлять.
Дети обращаются к правой руке, согнутой в кулачок, поочередно загибая все пальцы.
Детские стихи для массажа пальчиков.
Это - пальчик большой,
Этот сливку поднимает,
Этот все снесет домой,
Ну а самый маленький съест все до одной.

Этот пльчик большой -
Это папа дорогой.
Рядом с папой - наша мама.
Рядом с мамой - брат старшой.
Вслед за ним сестренка -
Милая девченка.
И самый маленький крепыш -
Это славный наш малыш.
Дружная семейка.
Этот шлепнулся в колодец,
Этот вытащил его,
Этот уложил в кроватку,
А другой укрыл его,
А самы маленький мальчонка разбудил его.
Спи, мой милый, доброй ночи,
Спи и подрастай,
Засыпай, малыш, пораньше
И пораньше встань.