

Игры с пальчиками (пальчиковые игры).

«Представление, что при любом двигательном тренинге... упражняются не руки, а мозг, вначале казалось парадоксальным и лишь с трудом проникло в сознание педагогов».

Н. А. Бернштейн

Что же происходит, когда ребёнок 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. Малыш 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 (лучшему запоминанию поможет яркий рисунок на правой странице).
6. У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории (пример смотрите далее).
7. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Заниматься этой тренировкой можно уже с ребенком 6-7 месяцев. Начинать желательно с массажа кистей рук — поглаживать их в направлении от кончиков пальцев к запястью, затем сгибать и разгибать каждый палец. Всем известны игры «Ладушки», «Сорока-белобока», «Коза рогатая». «Пальчики» не требуют подробных объяснений и очень уместны в этот период.

Тренировку движения пальцев рук можно начинать с простого упражнения: сжимать пальцы в кулак, затем разжимать их.

Ребенку не надоеет показывать, какой он сильный; попросите его сильно сжать мамину, папину руку, сжать одну руку другой.

Предложите ребенку, взяв за руку сестру, брата (маму, папу), перетянуть к себе через условную черту.

Еще упражнение: растягивать в стороны руки, положенные пальцы в пальцы, — «открыть замок».

Переплетать пальцы обеих рук — сделать «ёлочку».

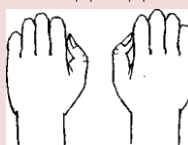
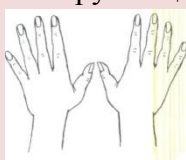
Тренируйте движение каждого пальца: поочередно сгибать и разгибать каждый палец.

А теперь можно поиграть: «Кто быстрее прибежит?» Правая и левая руки, перебирая пальцами по столу, стараются обогнать друг друга.

«Фонарики»

Вариант 1.

Исходное положение. Расположить ладони перед собой, выпрямив и раздвинув пальцы. Сжимать и разжимать пальцы на обеих руках одновременно, сопровождая движения соответствующими фразами.



Фонарики зажглись
(пальцы выпрямить)

Фонарики погасли
(пальцы сжать)

Упражнение выполнять несколько раз.

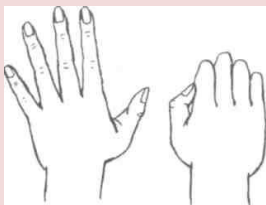
Вариант 2 (усложнённый).

Поочередно сжимать и разжимать пальцы рук на счёт «раз—два».

На «раз»: пальцы правой руки выпрямлены, пальцы левой руки сжаты.

На «два»: пальцы левой руки выпрямлены, пальцы правой руки сжаты.

Выполнять упражнение сначала медленно, затем ускорить темп. Упражнение можно выполнять сначала на счёт, а потом — сопровождая движения ритмично проговариваемыми строками:



Мы фонарики зажжём,
А потом гулять пойдём!
Вот фонарики сияют,
Нам дорогу освещают!

«Заготавливаем капусту»

Руками имитируем соответствующие действия:

- | | | |
|----------------------------|---|---|
| — Мы капусту рубим! (2 р.) | — | <i>прямыми, напряжёнными ладонями имитируем движения топора: вверх-вниз.</i> |
| — Мы Капусту режем! (2 р.) | — | <i>энергичные движения прямыми ладонями вперёд—назад.</i> |
| — Мы Капусту солим! (2р.) | — | <i>пальцы собраны «щепотью», «солим капусту».</i> |
| — Мы капусту жмём! (2 р.) | — | <i>энергично сжимаем пальцы в кулаки то одновременно на двух руках, то поочередно.</i> |
| — Мы морковку трём! (2 р.) | — | <i>пальцы одной руки сжаты в кулак и совершают ритмичные движения вверх-вниз по ладони другой руки.</i> |

Затем меняем руки.



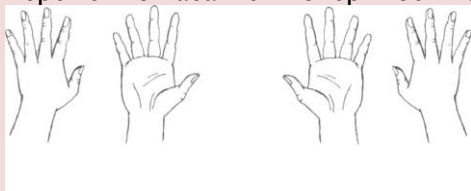
«Месим тесто»

Руками имитируем процесс вымешивания теста.

- | | | |
|---------------------------|---|---|
| - Тесто мнём, мнём, мнём! | — | <i>очень энергично сжимаем и разжимаем руки в кулачки</i> |
| - Тесто жмём, жмём, жмём! | | <i>(одновременно и поочередно).</i> |
| - Пирог мы испечём! | — | <i>руками совершаем движения, как будто лепим снежки.</i> |

«Печём блины»

Попеременно касаться поверхности стола тыльной стороной кисти руки и ладонью.



Мама нам печёт блины,
Очень вкусные они.
Встали мы сегодня рано
И едим их со сметаной.

- левая рука касается стола ладонью, правая рука — тыльной стороной;
- смена позиции. Теперь левая рука касается стола тыльной стороной, правая рука касается стола ладонью.

Упражнение можно выполнять на счёт «раз—два» или сопровождая движения стихами (см. вариант 1).

«Собираем ягоды»



Расслабленная кисть левой руки (пальцы опущены вниз) изображает ветку с ягодами. Пальцами правой руки «снимем с ветки ягоду».

«Пальчики здороваются»



Кончики пальцев правой и левой рук соприкасаются: мизинец с мизинцем, безымянный с безымянным и т.д.

«Пальчики моются»



Согнутые пальцы одной руки смыкаются с согнутыми пальцами другой руки в «замочек» и шевелятся.

«Замочек»



Пальцы одной руки — между пальцами другой, сгибаются, закрывая «замочек».

«Пальцы шагают»



Правая рука «шагает» направо, левая — налево.

«Колечко»



Большой палец правой руки поочередно с каждым пальцем образует колечко, которое надевается на каждый палец левой руки: большой с указательным — на указательный, большой со средним — на средний и т.д.

«Зеркало»



Повторить за взрослым разнообразные движения каждого пальца.

«Бутончик»



Кончики пальцев собираются в горстку, а затем ладонка раскрывается как «цветок раскрылся навстречу солнцу»



Рассматривая изображения зверей, постарайтесь показать с помощью пальцев их отличительные черты.

«Зайка»



Указательный и средний пальцы выпрямлены. Согнутый большой палец — на согнутых мизинце и безымянном.

«Коза рогатая»



Указательный и мизинец выпрямлены, большой палец — на согнутых безымянном и среднем.

«Мишка косолапый»

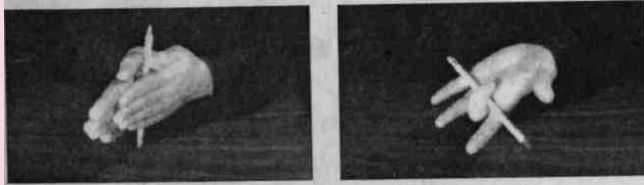


Четыре пальца вертикально стоят на столе. Средний согнут — это «голова медведя».

Игры с мелкими предметами.

Постепенно уменьшая размеры предметов, с которыми играет ребенок, вы добьетесь большей точности движений, улучшения координации движений пальцев рук.

От кубиков крупных размеров перейдите к более мелким кубикам, а также к простейшим конструкторам из пластмассы, дерева. Научите ребенка соединять две детали простым способом: сложите, свинтить.



Дайте ребенку гранёный карандаш. Пусть он поместит между ладонями и вращает карандаш, перемещая его от основания ладоней к кончикам пальцев.

Другое упражнение: удерживать карандаш каждым согнутым пальцем.

Удерживать карандаш пальцами, расположенными так: указательный и безымянный сверху, средний и мизинец — снизу.

Натяните на картонную коробку с отверстием в крышке тонкие резинки. Пусть ребенок, перебирая пальцами, «поиграет на гусях».

Сложите бумажную салфетку вчетверо. Ребенок может выщипывать двумя пальцами полукружья со сгибов. А теперь разверните салфетку и полюбуйтесь «кружевным» узором

Заранее удалите из игрушки (домика, машинки) какую-нибудь мелкую деталь. Пусть ребенок сам определит, чего не хватает, а потом найдет и вставит деталь.

«Волшебный мешочек»

В этой игре ребенок развивает зрительные внимание и память и свою способность узнавать предметы на ощупь. Один из двух одинаковых наборов мелких игрушек нужно поместить в мешочек. Игрушки из такого же набора по одной показываются ребенку. Он должен на ощупь выбрать из мешочка такую же игрушку. Через 2-3 занятия малыш должен сам узнавать игрушки на ощупь, не ожидая показа парной.

Деревянные матрёшки — прекрасное средство для развития ручных умений ребенка и его мышления. Покажите, как разбираются матрёшки, как складываются. Начните с трех матрешек разной величины. Объясните, что большая матрёшка не может поместиться в меньшей и что нижняя часть должна соответствовать по величине верхней. А теперь дайте поэкспериментировать малышу, по возможности воздерживаясь от помощи действием. Можно помочь ребенку советом, четким указанием. В конце концов, с помощью метода проб и ошибок, малыш достигнет своей цели.

Мозаика, конструктор, разные картинки — бесценный материал для развития внимания, мышления ребенка — способствуют и интенсивному развитию движений пальцев рук. Обращаясь к этим играм, вы сможете провести множество упражнений, занятий, интересных и необходимых малышу.

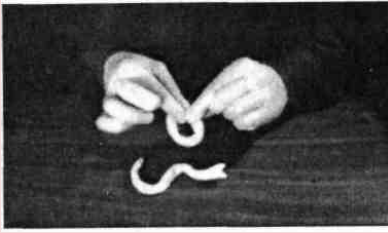
Игры с шариками.

Ребенок овладел играми в мячи больших и малых размеров. Научите его простым играм с шариком.

1. Попасть шариком в цель (в игрушку).
2. Прокатить шарик (бусинку) по столу: подтолкнуть правой, поймать левой рукой.
3. Держать шарик большим и указательным пальцем, большим и средним пальцем и т.д. Удерживать шарик одним согнутым пальцем.
4. «Футбол». Левая ладонь, лежащая ребром на столе, полусогнута. Это — «ворота». Пальцы правой руки поочередно «забивают гол» — подталкивают шарик к левой ладони.
5. Сделайте вид, что вы случайно рассыпали бусы. Попросите ребенка помочь вам собрать бусинки. Пусть он соберет бусинки, опуская их в коробочку с маленьким отверстием. Затем

он может помочь вам нанизать бусы на нитку. Со временем он сможет нанизывать бусины в определенном порядке, чередуя их по форме, цвету или величине.

Пластилин.



Слегка разогрев, размяв руками пластилин, покажите, как скатать из него шарики, вращая кусочек пластилина между ладонями.

Расплющить шарики в лепешки большим и указательным пальцами.

Скатать жгутики. Вылепить из жгутиков баранку, крендель. Сплести из двух жгутиков канатик.

Вылепить из шариков морковку, яблочко, грибок и т.д.

Со временем малыш научится выполнять более тонкую работу:

вылепит тарелку, корзинку...

Легко вылепить змею. Труднее украсить ее пятнышками из пластилина другого цвета. А потом змея свернется в кольцо.

Игры с кольцами

Обязательно предложите малышу игры с кольцами.

Научите его надевать кольца на стержни, держа кольца кончиками двух или трех пальцев (не зажимая в кулак).

Нанизать колечки на веревку, на шнурок.

Предложите повторить за вами такие действия:

Три кольца уложены на плоскости вертикально. Сопровождайте упражнение такими словами: «Одно колечко — в середине, одно — сверху, одно — снизу».

Три кольца уложены горизонтально. «Одно колечко — в середине, одно — слева, одно — справа».

Пять небольших колечек наденем по одному на каждый пальчик левой руки, затем — на каждый пальчик правой руки. Надевая, называем пальчики: большой, указательный, и т.д. Снимая с пальчиков колечки, укладываем их в горизонтальный ряд.

Поместите на небольшом расстоянии друг от друга 5 колечек. Предложите, чтобы пальчики последовательно «прошагали» по кольцам туда и обратно (от мизинца к большому и наоборот).

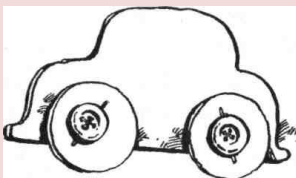
Пуговицы.



Попросите своего малыша помочь вам навести порядок в шкатулке с пуговицами. Самые крупные — в коробочку побольше, средние — в среднюю, мелкие — в маленькую. Теперь можно выложить из пуговиц красивый узор или фигурку, чередуя их по цвету, форме, величине: цветок, бусы, корзинку и т.п.

Из цветного сукна вырежьте силуэт машины, парохода, самолета... Пришейте пуговицы, чтобы пристегивать детали: крылья, парус, колеса, окна парохода (круглые детали должны быть больше пуговиц, чтобы обрамлять их).

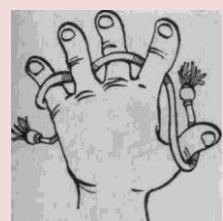
На силуэт зверя можно пристегивать уши, хвостик, лапы и т.д. На силуэт бабочки можно пристегнуть силуэт меньшего размера и другого цвета — бабочка будет разноцветной. У картонной куклы кофточка украшена множеством пуговиц. К ней можно пристегнуть юбку, жилетку, сарафан, брюки, шорты, пояс, кармашки.



Все эти игры помогут малышу вовремя научиться застегивать пуговицы на своей одежде. Этот навык, тренируемый повседневно, в свою очередь сделает его пальчики более умелыми и ловкими.



Игры со шнурками.



Разместите на столе шнурок, веревочку зигзагом и предложите ребенку «перепрыгнуть» каждым пальчиком через изгибы «ручейка». Так же можно «прошагать» по лесенке из шнурка.

«Запутайте» два пальца ребенка в шнурочке. Предложите распутать.

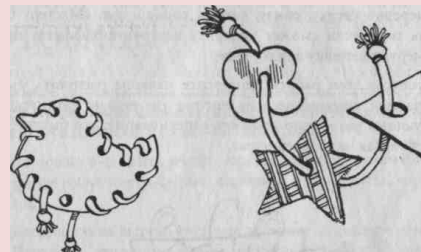
Так же поступите с игрушечным котенком. Предложите ребенку распутать клубок. Он с восторгом обнаружит внутри клубка игрушечного котенка, который играл с клубком и запутался...

Научите малыша «плести» из шнура такой узор: кончик шнура обмотан вокруг мизинца, затем обводится снизу под безымянным, сверху — на средний, снизу — на указательный, сверху — на большой, и обратно — в противоположной последовательности.

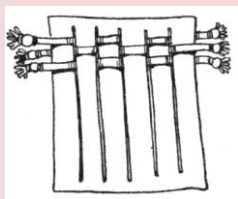
Из цветных кусочков сукна хорошо вырезать цветочки, звездочки и другие фигурки с дырочкой в середине и нанизывать их на шнурок. Когда ребенок овладеет «механикой» нанизывания, попросите его располагать фигурки в определенной последовательности: цветок, звездочка, кружочек, или: синий, красный, белый.

Вырежьте из картона сапожок или жилетку, проделайте дырочки для шнуровки и дайте малышу зашнуровать игрушечную обувь или одежду. После этого ему легче будет научиться справляться со своей одеждой и обувью.

Вырежьте из картона или сукна цветные силуэты зверей, игрушек, птичек и т.д. На небольшом расстоянии от края проделайте дыроколом (или специальным инструментом) небольшие дырочки на равных (1 или 1,5 см) расстояниях друг от друга. Продевая шнурок в дырочки, покажите малышу, как обшить фигурку красивым узором. Таким способом маленький портной с удовольствием украсит и салфетку, и кукольное одеяло, и игрушечный коврик.



Маленький коврик можно соткать и таким способом: сделать внутри прямоугольного куска сукна параллельные надрезы (на расстоянии примерно 1,5 см), а затем по поперечным направлениям продевать цветные шнурки, переплетая ими полоски сукна поочередно сверху, снизу, сверху, снизу и т.д. «Мастер» будет очень горд, если сможет подарить вам такую салфетку или, к примеру, подставку под горячее.



В процессе этой работы попросите малыша распутать узелки, «случайно» завязавшиеся на шнурке (не сильно затянутые). В следующий раз можно устроить соревнование: кто быстрее развяжет узелок на своем шнурке.

Эти игры помогают стимулировать его воображение, развивать творческие способности.

Игры объединяют в себе задачи развития способностей, мышления ребенка и дальнейшего совершенствования тонких движений пальцев рук — мелкой моторики.

Таким образом, неразрывный круг:

— МЕЛКАЯ МОТОРИКА — РЕЧЬ — МЫШЛЕНИЕ — развивается более равномерно и интенсивно.

Чтобы эти занятия были привлекательней и интенсивней, их продолжительность не должна превышать 10 минут, а предметы для этих игр ребенок должен получать только на время занятий. Позаботьтесь о том, чтобы убрать из поля зрения малыша ненужные для занятий вещи. Они могут отвлечь ребенка.