

Пальчиковая гимнастика для дошкольников



Учёные давно установили тесную связь между общей двигательной системой человека и речевой функцией. В частности, существует связь между речевым центром и руками. Благодаря гармонизации работы органов речи с мелкой моторикой рук и движениями тела малыш может нормализовать темп своей речи, избавиться от её монотонности, соблюдать речевые паузы, кроме того, у него снижается психическое напряжение.

Почему пальчиковые игры так важны для детей?

В последние годы наблюдается заметное снижение речевого развития у детей. Это происходит, в частности, потому что их вечно занятые на работе родители мало с ними разговаривают. Дети также меньше говорят, поскольку непрерывно слушают и смотрят телевизор, музыку и т. д. Они стали реже делать что-либо руками, поскольку современные «умные» игрушки сами всё делают для развлечения. Также удобны для пользования, но бесполезны для тренировки мелкой моторики рук предметы одежды и обуви (липучки вместо пуговиц и шнурков, книжки с наклейками вместо картинок, которые нужно вырезать).

Вот почему стали так важны пальчиковые упражнения и игры, с помощью которых можно развивать речь и мелкую моторику ребёнка одновременно.

Пальчиковая гимнастика одновременно с разучиванием текстов стимулирует развитие речи, воображения, внимания, пространственного мышления, прививает эмоциональную выразительность и быстроту реакции. Благодаря этому малыш лучше запоминает стихотворения, а его речь становится более выразительной.

Но игры с пальчиками хороши не только стимулированием мелкой моторики и развития речи, они дают лишний повод для радостного общения с близкими. Когда мама сажает на колени малыша для пальчиковой игры, дотрагивается до его ладошки, щекочет, раскачивает или поглаживает, то малыш впитывает в это время те тёплые впечатления, которые нужны для его интеллектуального и эмоционального развития.

Для развития речи важным фактором является то, что, как правило, подражательные действия при пальчиковых играх сопровождаются стихами. Они легко запоминаются и привлекают детское внимание. Рифма, неизменный порядок

слов и ритм для малыша становятся успокаивающими, утешающими, завораживающими.

От действий взрослого во многом зависит, насколько игра понравится ребёнку. Самым маленьким важнее бережное, осторожное прикосновение и ласково-спокойное настроение. Для 3-5-летних детей большее значение приобретают речь и выразительная мимика родителя. Для выразительной декламации взрослый должен хорошо выучить стихи.

«Пастух и Бурёнка»

Ой, ду-ду, ой, ду-ду, потерял пастух *(нужно сложить ладони колечком, одну ближе ко рту, другую чуть дальше, изображая игру на дудочке; дети при этом также крутят ладонями)*
дуду.

А я дудочку нашла, пастушку я *(наклониться вперёд, поднимая воображаемую дудочку и протянуть руки к ребёнку, словно передавая ему находку)*
отдала.

- Ну-ка, милый пастушок, ты спешика на лужок, *(перебирая указательным и средним пальцами, «идти» по столу)*

Там Бурёнка лежит, на теляток *(открывая и закрывая ладони изобразить глаза)*
глядит,

А домой не идет, молочка не несет. *(отталкивающий жест двумя ладонями)*

Надо кашу варить, Сашу кашей *(кашу варить, вращая указательным пальцем и поднося воображаемую ложку ко рту)*
кормить.

«Мышка и мышата»

Шустрая мышка перчатку нашла. *(раскрыть ладони с растопыренными пальцами, поворачивая их верх то тыльной, то другой стороной)*

Гнездо в ней устроив, мышат *(сложить ковшиком ладони, а зовущий жест изображать, сгибая и разгибая пальцы)*
позвала,

Им корочку хлеба дала покусать, *(поочерёдно постучать кончиком большого пальца по кончикам других пальцев)*

Погладила всех и отправила спать. *(погладить большим пальцем остальные от мизинца к указательному скользящим движением, сложить вместе ладони и положить под щеку)*

«Пятнышки и складочки»

У жирафов пятна, пятна, пятна, (ладошками малыши хлопают себя по всему
пятнышки везде: телу, и дотрагиваются до соответствующих

На лбу, ушах, на шее, на локтях, участков тела обоими указательными
На носках, на животах, на коленях и пальчиками)
носах.

У слонов есть складки, складки, (малыш аккуратно себя пощипывает, собирая
складки, складочки везде: «складки»)
На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носках, на животах, на коленях и
носах.

«Сад»

У нашего у Гришеньки (выставляются два кулачка)
Под окошком вишенки.
У Семена в саду клены, (растопыренная ладонь ставится на ребро)
У Алены дуб зеленый, (показываются обе ладони)
У Марины куст малины, (протягиваются два кулака)
У Арины две рябины. (поочерёдно загибаются начиная с мизинца,
пальцы одной руки, затем другой)
А у Вани на плетень (показывается ладонь)
Зелененький вьется хмель. (поочерёдно выставляется то ладонь, то
кулак

«Курочка и цыплятки»

Вышла курочка гулять, (шагают указательным и средним пальцами
каждой руки)
Свежей травки пощипать, (всеми пальцами обеих рук показывают
щиплющие движения)
А за ней ребятки – жёлтые (все пальцы обеих рук «бегут»)
цыплятки.
Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко, (хлопают в ладоши и грозят указательным
пальчиком ведущей руки)
Лапками гребите, зернышки ищите. (одновременно всеми пальчиками обеих рук
делают гребущие движения, при этом
большие пальцы прижаты к краю стола,
«зёрна» подбирают большим и указательным
пальцами каждой руки поочерёдно или
одновременно)

«Умывания»

Чистая водичка умывает Саше личико, (моющие и поглаживающие движения по щекам)

Анечке – ладошки, а пальчики – (интенсивное потирание ладоней, массаж каждого пальчика по отдельности, словно снятие перчаток)

«Зайчики-умывайчики»

Жили-были зайчики (поджать три пальца, а указательный и средний выпрямить в виде ушек)

На лесной опушке. (хлопают в ладошки, показывая ушки)

Жили-были зайчики (показывают домик)

В беленькой избушке.

Мыли свои ушки, (трут свои уши)

Мыли свои лапочки, (моющие движения рук)

Наряжались зайчики, (проводят сверху вниз по туловищу ладонями)

Надевали тапочки. (показывают)

«Ёжик»

Ёжик маленький замерз, (прижать пальцы, изображая прижатые иголки)

И в клубок свернулся. (выпрямить пальцы, расправляя иголки)

Солнце ёжика согрело – (выпрямить пальцы, расправляя иголки)

Ёжик развернулся.

«Птички»

Вот птички летают, машут (скрестить руки у запястий и несколько раз «помахать крыльями», поднимая и опуская кисти)

Приземлились птички, крылышки (соединить вместе ладони) сложили.

Давайте покормим птичек – (сложить в щепотку пальцы одной руки и пошевелить ими)

Вот как птички зернышки клюют! (скрещенные возле запястий кисти несколько раз поднять и опустить)

Наелись птички и улетели. (скрестить руки у запястий и несколько раз «помахать крыльями», поднимая и опуская кисти)

«Зайки-побегайки»

По лесной лужайке (круговые движения пальцев при направленных вниз ладонях)

Разбежались зайки. (указательным и средним пальцами обеих рук)

*Вот такие зайки,
Зайки-побегайки,
Сели зайчики в кружок,
Роют лапкой корешок.*

*малыш «бежит» по столу)
(обеими ладонями нарисовать в воздухе круг)
(сложенные перед грудью руки,
изображающие заячьи лапки, а приложенные
к голове ладони – заячьи уши)
зайки, (сгибать и разгибать пальцы ладонями вниз)*

*Вот какие
Зайки-побегайки.*

«Барабанчик»

*Вот палочки-пальчики – гремят
барабанчики!*

*Положив на стол ладони, детям нужно
показать, как по нему можно барабанить
прямыми указательными пальцами или всеми
пальцами обеих рук одновременно. Пусть
малыши повторят движения. После можно
устроить состязание для выявления самого
громкого барабана. Затем можно
модифицировать игру: барабанить громче и
тише, быстрее и медленнее, повторять
несложные ритмы.*

«Моторчик»

Давайте поиграем в машинки.

*Би-би! Поехали машины! Стоп!
Остановились машины. Надо
завести моторчики.*

*(дать малышам машинки и предложить
поиграть)
(показать детям, как моторы заводятся,
сплетя вместе все пальцы рук, кроме
больших, которые должны в это время
вращаться друг вокруг друга. Моторчики
могут работать медленнее и быстрее)*

«Разминка»

*Мы сегодня рисовали,
Наши пальчики устали.
Наши пальчики встряхнем,
Рисовать опять начнем.*

*Пусть дети устроят разминку для рук:
поднимут их плавно перед собой и встряхнут
кистями. Во время упражнения произносить
это четверостишие. Подобную игру-
разминку полезно проводить во время
занятий, где дети работают руками, как
расслабляющее упражнение.*

«Моя семья»

Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
Этот пальчик – я,
Вот и вся моя семья!

Эту игру вначале проводят индивидуально, загибая у ребёнка на руке пальцы по ходу чтения стишка.

«Вышли пальчики гулять»

Раз, два, три, четыре, пять
– Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять
– В домик спрятались опять.

Пусть малыши сожмут пальцы в кулачки, после чего можно начинать чтение стиха, а они будут повторять описанные в нём движения: поочерёдно разгибать пальцы начиная с большого, потом пошевелить ими, а затем начать поочерёдно сжимать начиная с мизинца. То же проделать на второй руке.

«Пальчики в лесу»

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять:
Этот пальчик гриб нашёл,
Этот пальчик чистить стал,
Этот резал, этот ел,
Ну а этот лишь глядел.

Вначале игру проводят индивидуально, по ходу чтения загибая пальцы на руке малыша. Ему нужно предложить растопырить пальцы и пошевелить ими, затем загнуть мизинец, безымянный, средний, указательный и, наконец, большой пальцы и пощекотать детскую ладошку.

«Весёлая старушка»

У веселенькой старушки
Жили в маленькой избушке
Десять сыновей.
Все без бровей
Вот с такими ушами,
Вот с такими носами,

Вот с такими усами,
Вот с такой головой,
Вот с такой бородой!
Они не пили, не ели,

На старушку все глядели,

(хлопать в ладоши, поднимая вверх, то правую, то левую руку)
(сложив углом руки, показать избушку)
(показать все пальцы)
(провести пальцами по бровям)
(поднести к ушам растопыренные ладони)
(двумя растопыренными пальцами изобразить длинный нос)
(пальцами очертить большие усы)
(очертить вокруг головы большой круг)
(руками показать большую бороду)
(поднести одной рукой ко рту «чашку», а другой – «ложку»)
(держая у глаз руки, хлопнуть пальцами, как

И все делали вот так...

ресницами)

*(далее следует показ любого задуманного
малышом действия)*

«Спокойного сна»

*Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик лег в кровать,
Этот рядом прикорнул,
Этот пальчик уж заснул,
А другой давненько спит...
Кто у нас еще шумит?
Тише, тише, не шумите,
Пальчики не разбудите!*

*Игрой полезно заниматься перед сном.
Вначале она индивидуальная, когда по ходу
чтения стиха ребёнку загибают пальчики на
руке начиная с мизинца и заканчивая большим
пальцем, после чего он должен погрозить
пальчиком другой руки.*

«Черепашка»

Игра проводится на ковре или за столом.

Это песочек – он теплый и сухой.

*(показав на горизонтальную поверхность,
нужно изобразить пересыпание песка и
предложить малышу повторить движение)*

*По песочку ползет маленькая
черепашка.*

*(положить на «песок» прижатые друг к
другу кулаки, после чего начать их медленно
перемещать вперёд, дети должны
повторить движение)*

Она ползет медленно-медленно.

*Черепашка, черепашка,
В панцире живет.
Высунет головку
– Обратно уберет.*

*(после прочтения четверостишия выставить
прижатые друг к другу выпрямленные
указательные пальцы и спрятать их)*

«Улей»

Это что за чудо-дом?

*(малыш сжимает кулачки и делает
удивлённое лицо)*

Чудо дом-кубышка

(рассматривает с интересом свой кулачок)

Кто живет там - мышка?

(машет возмущённо ручками)

- Что вы, что вы! - Нет, нет, нет!

Живут в доме только пчелы!

*(трясёт кулачком, подносит к уху и
изображает жужжание пчёл)*

Пчелы там летают,

*(скрепя руки у запястья, машет кистями-
крыльями, жужжит и вновь сжимает
кулачки)*

Детей своих считают:

*(одновременно разжимает пальцы на обеих
руках начиная с мизинца)*

Один, два, три, четыре, пять.

(заводит за спину обе руки)

Мы не будем им мешать.

Пчелки мед соберут...

И Наташе (Лёше) принесут.

