

## Пальчиковая гимнастика и речевое развитие ребёнка

В устной речи любого народа можно встретить короткие стихотворения, которые сопровождаются движениями пальцев, например, известные всем «Сорока – Ворона», «Ладушки»... Люди давно заметили, что движения рук и пальцев, сопровождаемые короткими стихами, благотворно действуют на развитие детей. А уже в наше время сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН РФ доказали, что уровень развития детской речи всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук. Формирование устной речи ребёнка начинается тогда, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Это важно и при своевременном речевом развитии, и – особенно – в тех случаях, когда это развитие нарушено. Кроме того, доказано, что и мысль, и глаз ребёнка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по развитию движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

Что же происходит, когда ребёнок занимается пальчиковой гимнастикой?

1.Выполнение упражнений и 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 и мышления.

2.Игры с пальчиками развивают координацию движений кистей и пальцев рук, 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 наглядный материал).

6.В результате выполнения упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это и в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Все упражнения будут полезны не только детям с задержкой в развитии речи или какими-либо её нарушениями, но и детям, у которых речевое нарушение происходит своевременно.

С какого возраста можно начинать выполнять эти упражнения?

В Японии упражнения для пальчиков начинают выполнять с трёхмесячного возраста. Некоторые специалисты советуют заниматься пальчиковой гимнастикой с 6-7 месяцев.

Начинать можно с ежедневного массажа по 2-3 минуты кистей рук и пальцев:

- 1) Поглаживать и растирать ладони вверх-вниз;
- 2) Разминать и растирать каждый пальчик вдоль, затем – поперёк;
- 3) Растирать пальчики спиралевидными движениями.

Уже с 10 месяцев ребёнка можно и нужно учить:

- катать между ладонями пальчиками шарики и палочки разного размера;
- рвать бумагу, отщипывать кусочки от куска глины или пластилина;

- перекладывать из одной коробки в другую разные предметы (безопасные для малыша) одной или двумя руками одновременно.

Сначала можно выполнять некоторые упражнения в пассивной форме, то есть Вы сами сгибаете, разгибаете пальчики малыша и совершаете другие энергичные движения, сопровождая их ритмичными строчками. При этом важно, чтобы в упражнениях участвовали все пальчики. По мере освоения движений ребёнок начинает выполнять их самостоятельно, а взрослый только проговаривает. Постепенно ребёнок сможет и проговорить, и сделать упражнения сам.

### ПОМНИТЕ!

Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях.

Иначе результата не будет. Занимайтесь ежедневно около 2-5 минут. Во время занятий надо следить за состоянием ребёнка: если он начал скучать или утомился, то необходимо сменить задание или прервать занятие.

Сначала все упражнения для пальчиков выполняются медленно. Следите, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое.

Существует много разнообразных игр и упражнений для развития мелкой моторики кистей рук. Например:

- разминать пальцами пластилин и глину;
- катать по столу маленькие шарики, карандаши;
- двумя пальцами (сначала указательным и средним, а затем средним и безымянным) «ходить» по столу, изображая различные способы передвижения пешком;
- барабанить всеми пальцами обеих рук по столу;
- хлопать в ладоши тихо и громко, в разном темпе;
- завязывать и развязывать узлы на толстой верёвке или шнурке;
- нанизывать крупные пуговицы, бусинки на нитку;
- застёгивать и расстёгивать пуговицы, молнии, крючки;
- различные игры с конструктором, мозаикой, различного размера кубиками;
- рисовать в воздухе различные фигуры всей рукой и одной только кистью руки. Упражнения выполняются сначала правой, затем левой рукой;
- мять пальцами поролоновые и резиновые игрушки, губку;
- рисовать, раскрашивать, штриховать;
- вырезать различные фигуры ножницами;
- рисовать цветными мелками, акварелью, карандашами, ручкой и т.д.

Упражнения без предметов можно использовать где и когда угодно (дома, в транспорте, в очереди, где нечем занять ребёнка). Упражнения, которые требуют использования каких-либо предметов (которые почти всегда есть в обиходе), тоже не менее интересны для ребёнка.

Стихи, сопровождающие упражнения, – это та основа, на которой формируется и совершенствуется чувство ритма. Они учат слышать рифму, ударения, делить слова на слоги. Чувство ритма важно и для запоминания стихов, для предупреждения нарушений письма (пропуска гласных).

Требования к проведению игр:

1. При проведении игр важна последовательность (от простого к сложному).
2. Не следует ожидать немедленных результатов, т.к. автоматизация навыка вызывается многократным его повторением.

3. Занятия должны проводиться по желанию ребёнка, на положительном эмоциональном фоне.

4. Никогда не начинайте занятия, если Вы утомлены, раздражены или озабочены какими-то проблемами; если ребёнок неважно себя чувствует или увлечён своей игрой.

5. Недопустимо переутомление ребёнка в игре, которое может привести к негативизму.

Многочасное повторение станет радостным, интересным, особенно когда с малышом занимаются близкие ему люди – мама, папа, бабушка, дедушка.

**Весёлых вам занятий и хорошего настроения!**