

# Консультация для родителей на тему: « Для чего нужна пальчиковая гимнастика».

Подготовили: Тищенко А.С.



В устной речи любого народа можно встретить короткие стихотворения, которые сопровождаются движениями пальцев. Например: известная всем « Сорока – ворона ». Люди давно заметили, что движения рук и пальцев, сопровождаемые короткими стихами, благотворно действуют на развитие детей. А уже в наше время сотрудниками института физиологии детей и подростков АПН РФ доказали, что тонкие движения пальцев рук положительно влияют на развитие детской речи.

## **Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?**

1. Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга к 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 ребенка.
3. Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.
4. Если ребенок 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 ребенка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений.
6. У малыша развивается воображения и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет рассказывать руками «целые» истории.
7. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладения навыками письма.

Все упражнения разделены на три группы:

Первая группа. Упражнения для кистей рук:

- развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;
- учат напрягать и расслаблять мышцы;
- развивают умения сохранять положение пальцев некоторое время;
- учат переключаться с одного движения на другое.

Вторая группа. Упражнения для пальцев условно статические:

- совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.

Третья группа. Упражнения для пальцев динамические:

- развивают точную координацию движений;
- учат сгибать и разгибать пальцы рук;
- учат противопоставлять большой палец остальным.

Все упражнения будут полезны не только детям с задержкой в развитии речи или каким – либо ещё нарушениями, но и детям у которых речевое развитие 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. 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:

- поглаживать и растирать ладошки вверх – вниз;
- разминать и растирать каждый палец вдоль, затем - поперёк;
- растирать пальчики спиралевидными движениями.

Затем можно выполнять некоторые упражнения третьей группы, но 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. Примерно с 10 месяцев кроме пассивных упражнений третьей и второй групп ребёнка нужно учить:

- катать между ладошками и пальчиками шарики и палочки разного размера;
- рвать бумагу, отщипывать кусочки от куска глины или пластилина;
- перекладывать из одной коробки в другую разные мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т. д. ). Одной рукой или двумя одновременно.

Затем малыша можно начинать учить движениям, имитирующим знакомые ему действия и предметы ( упражнения первой группы ).

После освоения упражнений первой группы приступайте к выполнению упражнений второй и третьей групп, но уже в активной форме, то есть все упражнения ребёнок выполняет сам.

Если же Вы начинаете заниматься с детьми в возрасте два, три, четырех лет и старше, то отработайте последовательно все упражнения, начиная с первой группы.

### **ПОМНИТЕ!**

Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Заниматься надо ежедневно около 5 минут.