

Консультация для родителей.

Пальчиковая гимнастика для детей 2-3 лет.

Пальчиковые игры известны едва ли не с древних времен. Вполне возможно, что они были придуманы еще в то время, когда еще не было игрушек, и единственным доступным объектом для игр были только руки. Пальчиковая гимнастика — это комплекс упражнений для пальцев рук, призванный развить мелкую моторику. Занятия помогают скоординировать действие нервной и мышечной систем ребёнка, учат его выполнять мелкие и высокоточные движения кистями и пальцами и ловко манипулировать предметами. Чаще всего пальчиковая гимнастика проводится в игровой форме.

Благодаря регулярным занятиям у маленьких детей развивается мелкая моторика рук, и она не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, чувства ритма, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Движения рук оказывают непосредственное влияние на функции высшей нервной деятельности и развитие речи. Они способны снимать напряжение в речевом аппарате и улучшать произношение звуков, а значит, развивать речь ребенка. Упражнения пальчиковой гимнастики весьма эффективны при развитии мелкой моторики, очень просты в исполнении и не требуют много времени. Это незаменимый помощник родителей в гармоничном и своевременном развитии ребенка. Эффективность пальчиковых игр связана с особенностями строения коры головного мозга. Речевые зоны расположены в ней в непосредственной близости к двигательным центрам. Активные движения пальцами и руками активизируют работу нейронов в обеих зонах. Пальчиковая гимнастика — это инсценировка каких-либо рифмованных историй или сказок при помощи пальцев.

Пальчиковая гимнастика способствует развитию:

1. Мелкой моторики. Постоянно повторяя упражнения, малыш развивает гибкость кистей и пальцев, их подвижность. Улучшается координация движений.
2. Внимания. Играя с пальцами, ребенок тренирует устойчивость внимания, ее объем, умение концентрироваться.
3. Речи. В процессе пальчиковых игр малыш прислушивается к речи взрослых и начинает повторять слова, которые слышит. Параллельно в коре головного мозга активизируются речевые центры, увеличивается словарный запас ребенка.
4. Память. Все движения в пальчиковых играх сопровождаются рассказами, считалками или стихами. Малыш следит за словами и постепенно запоминает их, ассоциируя с движениями собственных пальцев. В этот момент развивается как кратковременная, так и долгосрочная память ребенка.
5. Воображение и творческие способности. Стихи и любые рассказы, сопровождающие игру с пальчиками, пробуждают творческий потенциал малыша.

Польза пальчиковых игр

- Активируют зоны коры головного мозга, отвечающие за речь.
- Развивают мелкую моторику.
- Помогают формированию четкой, ритмичной речи.
- Помогают научиться концентрировать и распределять внимание.
- Снимают излишнее нервное напряжение.
- Улучшают память.
- Способствуют овладению навыками письма, рисования.
- Развивают фантазию, воображение.
- Улучшают гибкость и подвижность кистей и пальцев рук ребенка.
- В общении со взрослым помогают развитию подражания и социализации.
- Выступают отдельным видом игрового занятия.

4 вида пальчиковых упражнений

Все игры с пальчиками можно разделить на несколько видов, в зависимости от возраста.

1. Упражнения для кистей рук

Помогают научиться расслаблению и напряжению мышц, переключаться с одного положения на другое, развивают подражание. Такие занятия можно проводить примерно с полутора лет, когда ребенок целенаправленно может повторять движения за взрослым и выполнять простые просьбы.

2. Динамические упражнения

Учат детей сгибать-разгибать пальчики, координировать точность движений. Такие игры подойдут для младших дошкольников.

3. Статические игры

Помогают закрепить уже полученные умения, требуют точности при выполнении. Могут выполняться в среднем и старшем дошкольном возрасте.

4. Массаж

Развивает сенсорно-тактильные ощущения, помогает снизить тонус мышц и подготовить пальцы к более сложным упражнениям. Массаж можно делать уже с рождения.

Пальчиковые игры – это уникальный способ развития малыша. Они представляют собой своеобразный массаж и гимнастику для пальцев рук и ног. Движения обычно сопровождаются короткими веселыми стихами, и

дети с удовольствием их повторяют. Для малышей пальчиковые игры являются самостоятельным занятием, а для старших дошкольников они могут стать разминкой между упражнениями. Общие рекомендации для родителей:

- Перед игрой создайте позитивный настрой;
- Игра должна приносить удовольствие и вам и малышу;
- Дайте ребенку простую инструкцию по возрасту (объясните, что он должен повторять движения за вами или играть с пальчиками самостоятельно, сопровождая действия речью);
- Не играйте больше 5 минут подряд;
- Не старайтесь выучить с малышом как можно больше пальчиковых игр («лучше меньше, да лучше»);
- Желательно разучивать движения сначала правой рукой, а затем левой. Когда ребенок будет достаточно подготовлен, можно выполнять движения двумя руками одновременно. Пальчиковые игры – это не только простой и быстрый способ развлечь ребенка, но и занятие, которое имеет колоссальный развивающий потенциал. Специалисты отмечают, что дети, которые регулярно занимаются пальчиковой гимнастикой, быстрее начинают говорить, писать, а также отличаются хорошей памятью и вниманием.

Пальчиковая гимнастика для детей 2–3 лет

В этом возрасте малыши с удовольствием повторяют и легко запоминают энергичные движения и пробуют выполнять их обеими руками.

Примеры пальчиковых игр:

Капуста

Мы капусту рубим, рубим;

(Стучим рёбрами ладоней по столу)

Мы капусту солим, солим;

(Складываем подушечки пальцев вместе и потираем их друг о друга, будто посыпаем капусту солью)

Мы капусту трём, трём;

(Потираем кулак о кулак)

Мы капусту мнём, мнём.

(Энергично сжимаем и разжимаем кулаки).

Кошка

Вот кулак, а вот ладошка.

(Сжимаем один кулачок, затем разжимаем и поворачиваем ладонью кверху)

На ладошку села кошка.

(Пальцы второй руки складываем вместе и ставим сверху на раскрытую ладонь)

Потихонечку пойдёт —

(Перебираем пальцами вверх по руке)

Может, мышка там живёт?

(Щекочем малыша).

Сорока-ворона

Взрослый водит пальцем по раскрытой ладошке ребенка и говорит:

— Сорока-ворона кашу варила,
деток кормила:

(поочередно берет пальчик, покачивает его и загибает к ладошке)

— Этому дала,
этому дала,
этому дала
этому дала,
а этому *(покачивает сильнее)* - не дала!

Ты в лес не ходил,
ты дров не рубил,
ты печь не топил!
Тебе нет ничего!

Пальчики-грибочки

Поочередно берем за пальчики, начиная с мизинца, покачиваем каждый и прижимаем к ладошке:

Этот пальчик в лес пошел,
этот пальчик гриб нашел,
этот пальчик чистить стал,
этот пальчик жарить стал.

Ну, а этот (*большой пальчик*) – взял, и съел,
потому и потолстел!

Два козленка

(На обеих ручках прижимаем большими пальцами средние и безымянные).

Как-то раз к кому-то в гости
Шёл козлёнок через мостик,
(Держим кисти горизонтально, сближаем руки).

А навстречу шёл другой,
Возвращался он домой.

(На первый слог каждой строчки соединяем руки с размаха).

Пять утят

Пять утят плывут вперёд,
На берегу их мама ждёт,
(Одна из рук – “мама утка” – стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы сложены щепоткой. Вторая рука – утята. Выполняем волнообразные движения по направлению к “утке”.
Количество разогнутых пальцев соответствует количеству утят)

Но только четверо утят
Вернулись к мамочке назад.
(постепенно пальцы загибаются)

Четверо утят плывут...
Трое утят плывут...
Двое утят плывут...
Вот один плывёт вперёд,
На берегу его мама ждёт,
(На слова “На берегу их мама ждёт” “киваем” кистью руки (“мамой-уткой”).

И сразу пятеро утят

Вернулись к мамочке назад.