

Консультация для родителей: «Пальчиковая гимнастика»

Пальчиковая

ГИМНАСТИКА.

Для чего нужна пальчиковая гимнастика?

Люди давно заметили, что движения рук и пальцев, сопровождаемые короткими стихами, благотворно действуют на развитие детей. Сотрудниками Института физиологии детей АПН РФ доказано, что тонкие движения пальцев рук положительно влияют на развитие детской речи.

Что же происходит при занятиях пальчиковой гимнастикой?

- Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами приводит к возбуждению в речевых центрах мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что стимулирует развитие речи;
- Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, повышают речевую активность ребенка;
- Ребенок учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять
- При выполнении упражнений с сопровождением их стихотворными строчками речь становится более четкой, ритмичной, яркой, усиливается контроль за выполняемыми движениями.
- Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений.
- Развивается воображение и фантазия ребенка. Овладев упражнениями, он сможет "рассказывать руками" целые истории.
- В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит освоение навыков письма.

Деление упражнений на группы.

Первая группа. Упражнения для кистей рук:

- Развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;
- Учат напрягать и расслаблять мышцы;
- Развивают умение 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.

С какого возраста можно начинать проводить эти упражнения?

Специалисты советуют начинать занятия пальчиковой гимнастикой с 6-7 месяцев. Но и в более позднем возрасте занятия будут очень полезны и эффективны

Начинать нужно с ежедневного массажа по 2-3 минуты кистей рук и пальцев;

- Поглаживать и растирать ладони вверх-вниз;
- Разминать и растирать каждый палец вдоль, затем - поперек;
- Растирать пальцы спиралевидными движениями;

Затем можно выполнять некоторые упражнения третьей группы в пассивной форме, то есть Вы сами сгибаете и разгибаете пальцы ребенка и совершаете другие ритмичные движения, сопровождая их ритмичными строчками; Примерно с 10 месяцев кроме пассивных упражнений второй и третьей групп ребенка нужно учить:

- катать между ладонями и пальцами 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) одной рукой или двумя одновременно;

Помните!

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

Детки обычно с удовольствием выполняют упражнения для развития мелкой моторики в стихах, но не следует давать малышу сразу большую нагрузку. Лучше помочь ему разучить несколько упражнений, затем добавить еще несколько.

Может быть, ребенок сам захочет придумать какие-нибудь движения, к этому нужно отнестись с особым вниманием, следует побуждать малыша к действиям.