

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад № 28 «Ручеёк» с. Шангала

Консультация для родителей

" Мелкая моторика в психофизическом развитии дошкольников"

Воспитатель:

Лукашенко Наталья

Владимировна

Рука – это вышедший
наружу мозг человека».
И.Кант

Ребенок только родился – и уже осуществляет хватательные движения, т.е. сжимает и разжимает кулачок. Это движение является первым и остается главным на протяжении всей жизни. В связи с этим в методике физического воспитания изменилась традиционная последовательность обучения основным видам жизненно необходимых движений (ходьба, бег, прыжки, ползание и лазанье, бросание, ловля, метание), которые осваивает ребенок. Это хватание, бросание, ловля, метание, затем ползание и лазанье и только потом – ходьба, бег, прыжки.

Специалистами доказано: ежедневный массаж кисти, пальцевые упражнения и занятия с ребенком по овладению навыками речи ускоряют ее развитие на три-четыре недели уже в первом полугодии второго года жизни. Таким образом, двигательная активность кисти увеличивает запас слов, способствует осмысленному их использованию.

Как правило, комплексы пальчиковой гимнастики применяются логопедами для устранения дефектов речи у детей. Эти упражнения используют и другие специалисты (психолог, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре), и воспитатели.

Пальчиковые упражнения разнообразны по содержанию, я разделила их на группы и определили назначение.

1. Игры манипуляции

Ладушки-ладушки», «Сорока-белобока» - указательным пальцем осуществляют круговые движения.

«Пальчик-мальчик, где ты был?», *«Мы делили апельсин»*, *«Этот пальчик хочет спать»*, *«Этот пальчик – дедушка»*, *«Раз, два, три, четыре, кто живет в моей квартире»*, *«Пальчики пошли гулять»*- ребенок поочередно загибает каждый пальчик. Эти упражнения он может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение: в каждом пальчике ребенок видит тот или иной образ.

2. Сюжетные пальчиковые упражнения

«Пальчики здороваются» - подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (правой, левой руки, двух одновременно).

«Распускается цветок» - из сжатого кулака поочередно «появляются» пальцы.

«Грабли» - ладони на себя, пальцы переплетаются между собой.

«Елка» - ладони от себя, пальцы в «замок» (ладони под углом друг к другу). Пальцы выставляются вперед, локти к корпусу не прижимаются.

К этой группе относятся также упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта и мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревья.

3. Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой

Ребенок может поочередно соединять пальцы каждой руки друг с другом, или выпрямлять по очереди каждый палец, или сжимать пальцы в кулак и разжимать и в это время произносить звуки: б-п; т-д; к-г.

4. Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга»)

Предложены И.Деннисоном и Г.Деннисоном. С помощью таких упражнений компенсируется работа левого полушария. Их выполнение требует от ребенка внимания, сосредоточенности.

«Колечко» - поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

«Кулак – ребро – ладонь» - последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«Ухо – нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

«Симметричные рисунки» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т.д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время «рисования» на свою руку).

«Горизонтальная восьмерка» - нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза – сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками.

5. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук

В данных упражнениях используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание (от периферии к центру).

«Помоем руки под горячей струей воды» - движение, как при мытье рук.

«Надеваем перчатки» - большим и указательным пальцами правой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз, и в конце растираем ладонь.

«Засолка капусты» - движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движения обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.

«Согреем руки» - движения, как при растирании рук.

«Молоточек» - фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки «забивать» гвозди.

«Гуси щиплют траву» - пальцы правой руки пощипывают кисть левой.

Для более эффективного самомассажа кисти используется грецкий орех, каштан, шестигранный карандаш, массажный мячик.

6. *Театр в руке*

Позволяет повысить общий тонус, развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.

«*Бабочка*» - сжать пальцы в кулак и поочередно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения («трепетание пальцев»).

«*Сказка*»- детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец – какой – либо персонаж.

«*Рыбки*» - кисти правой и левой рук изображают плавные движения рыб. «Сначала они плавали порознь, а потом решили, что вместе веселее».

«*Осьминожки*» - правая рука, осторожно и по очереди передвигая свои щупальцы – пальцы, путешествует по морскому дну. Навстречу движется осьминог – левая рука. Увидели друг друга, замерли, а потом стали обследовать морское дно вместе.

В моей группе работа началась с первой младшей группы – дети учились играть с пальцами во время умывания, одевания. Простые движения пальцев рук сопровождались потешками, песенками.

Этот пальчик хочет спать.

Этот пальчик прыг в кровать,

Этот пальчик прикорнул,

Этот пальчик уж уснул.

Встали пальчики. Ура!

В детский сад идти пора!

В средней и старших группах пальчиковую гимнастику включили в режим дня.

1. **Утром с небольшой подгруппой детей или индивидуально**

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок,

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю –

Я вас всех приветствую (пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая их кончиками).

2. **Во время утренней гимнастики**

Перед выполнением общеразвивающих упражнений с предметами (обруч, гимнастическая палка, кубик и др.) детям предлагают «поиграть с предметом», например, передавать мяч из рук в руки. В это время педагог спрашивает у детей: «Какой мяч?» (Ровный, гладкий, круглый, красивый, резиновый и т.д.) Если детям предлагают комплекс физических упражнений без предметов, то используется разминка «Замок»:

На двери висит замок (ритмичные соединения пальцев рук в замок),
Кто открыть его бы смог?

Потянули, (руки тянутся в стороны),

Покрутили (круговые движения пальцев от себя),

Постучали, (основания ладоней стучат друг о друга)
И открыли (разомкнули пальцы)

3. На физкультминутках (три-четыре упражнения).

Разминка начинается с упражнений для крупных мышц верхнего плечевого пояса (плечо, предплечье), поскольку на занятии, как правило, устает вся рука, а не только кисть. Детям предлагаются махи прямыми руками, круговые движения плечами, локтевыми суставами. Далее следует разминка для пальцев. Она начинается с хватательных движений – сжать пальцы в кулак, разжать (как двумя руками сразу, так и поочередно каждой рукой). Затем детям предлагают сюжетные пальчиковые упражнения: сначала с несложным движением («Пальчики здороваются» или «Коготки»), далее с самомассажем кисти с помощью пальцев другой руки («Надеваем перчатку») и предметов – прокатывание карандаша, грецкого ореха.

На достаточно сложных занятиях, которые требуют высокой умственной активности детей, используются пальчиковые кинезиологические упражнения – из серии «гимнастики мозга».

4. На физкультурных занятиях

На учебно-тренировочных занятиях пальчиковые упражнения выполняются в начале комплекса общеразвивающих упражнений, а самомассаж кисти с помощью массажных мячей – в заключительной части.

Ну – ка, братцы, за работу (поочередно разгибать пальцы, начиная с большого).

Покажи свою охоту:

Большаку дрова рубить,

Печи все тебе топить,

А тебе воду носить,

А тебе обед варить,

А тебе посуду мыть.

А потом всем песни петь,

Песни петь да плясать (энергично шевелить всеми пальцами),

Наших деток забавлять.

С целью формирования у детей элементарных представлений о своем организме и практических умений по уходу за ним используются движения пальцев кисти в сочетании с движением рук.

Кто зубы не чистит,

Не моется с мылом (пальцы рук поочередно, начиная с указательного «здороваются» с большими пальцами),

Тот вырасти может

Болезненным, хилым (ладони ставятся одна над другой, изображая рост ребенка).

Дружат с грязнулями

Только грязнули (пальцы рук соединены в замок),

Которые сами

В грязи утонули (движение, имитирующее пловца).

У них вырастают

Противные бьяки (пальцы сжать в кулак, затем выпрямить, руки согнуть в локтях, ладони друг за другом около носа),

За ними гоняются

Злые собаки (руки вперед, правая ладонь лежит над левой, пальцы чуть согнуть, каждый палец правой руки касается одноименного пальца левой руки).

Грязнули боятся

Воды и простуд,

А иногда и вообще не растут (руки скрещены на груди, согнуться, выпрямиться, поднять руки вверх).

В конце физкультурного занятия традиционно проводится комплекс упражнений для рук и пальцев «Как живешь?»

Как живешь?

- Вот так! (Большие пальцы обеих рук – вверх, остальные собраны в кулак.)

А плывешь?

- Вот так! (Руками изображают движение пловца.)

Как бежишь?

- Вот так! (Руки согнуты в локтях, движение вдоль туловища)

Вдаль глядишь?

- Вот так! (Поочередно прикладывая ладони ко лбу.)

Машешь вслед?

- Вот так! (Энергичные движения кистями рук.)

Ночью спишь?

- Вот так (Ладони под голову.)

А шалишь?

- Вот так! (Кулачками обеих рук хлопнуть по надутым щекам.)

5. Перед обедом, когда дети ожидают приглашение к столу

Детям очень нравится показывать «театр в руке»: «На солнечной поляне стоит домик. В нем живет кошка. Она любит сидеть на своем стуле за столом. Но вдруг появилась мышка. Кошка побежала за ней. Мышка прыгнула на пароход, а кошка села в лодку. Приплыли они в густой лес, в котором растут зеленые, пушистые ели...» (дети сопровождают текст движениями рук и пальцев).

6. На прогулке в теплое время года

После наблюдения за животными и неживыми объектами детям предлагается с помощью пальцев рук изобразить: дом, скворечник, кошку, собаку, цепочку, дерево и др. Пальчиковые упражнения целесообразно использовать в конце прогулки.

«Гусь»

Гусь гнездо свое чинил,

Гусь считалку сочинил,

И гогочет, и гогочет:

Заучить считалку хочет!

«Зайчик – кольцо»

Прыгнул зайнышка с крылечка
И в траве нашел колечко.
А колечко непростое –
Блестит, словно золотое.

7. В зачине подвижной игры или в ходе игры

Например, в игре «Дельфин и рыбки» дети на каждую строчку зачина выполняют движения руками.

В море бурном, море синем (кисти рук на уровне лица, ладони вниз, пальцы переплетены, волнообразное движение, начиная с правого плеча)

Быстро плавают дельфины (волнообразное движение руки, согнутой в локте, кисть на уровне плеча).

Не пугает их волна,

Рядом плещется она (рука согнута в локте, на уровне лица, волнообразные движения кистью).

В подвижной игре «Ловля обезьян» при помощи пальцев ребенок изображает обезьяну (руки согнуты в локтях и разведены в стороны – сжимание и разжимание кулачка, скрещивание рук перед лицом и одновременно сжимание и разжимание пальцев: руки согнуты в локтях, кисти рук друг за другом на уровне носа, ладонями в стороны, пальцами вверх – «обезьянка дразнится»).

8. С добрым утром!

Для создания у детей положительного психоэмоционального настроения применяются упражнения: «Пальчики здороваются», «С добрым утром!» и самомассаж пальцев «Помоем руки».

С добрым утром, глазки!

(Поглаживаем веки глаз.)

Вы проснулись?

(«Смотрим в бинокль».)

С добрым утром, ушки!

(Поглаживаем ушки.)

Вы проснулись?

(Прикладываем ладонь к ушам.)

С добрым утром, ручки!

(Поглаживаем кисти рук.)

Вы проснулись?

(Хлопаем в ладоши.)

С добрым утром, ножки!

(Поглаживаем ноги.)

Вы проснулись? (Притопываем.)

С добрым утром, солнце! (Руки раскрываются навстречу солнышку.)

Я проснулась! (Голову слегка запрокинуть и широко улыбнуться.)

9. На досугах, праздниках, развлечениях.

На развлечениях, в ходе которых активизируется мелкая моторика рук («Перемени предмет», «Передай мяч», «Посадка картошки»), детям предлагают:

- выложить фигуру из физкультурного инвентаря (кегли, гимнастические палки, обручи, флажки);
- построить стену, забор, пирамиду из кубиков;
- провести мелом линию в «лабиринте», не коснувшись его края;
- составить слово из кубиков, на которых нарисованы буквы.

Пальчиковая гимнастика, проводимая ежедневно, способствует развитию мелкой моторики, речи, основных психических процессов, а также коммуникативности.

К концу дошкольного возраста кисти рук ребенка становятся более подвижными и гибкими, что способствует успешному овладению навыками письма в будущем.