

Консультация для родителей

Значение пальчиковой гимнастики для развития дошкольников

Разработала инструктор по физической культуре Хуббатуллина Л.С.

Ум ребенка находится на кончиках
его пальцев.

Сухомлинский В. А.

"Рука – это инструмент всех инструментов",- писал Аристотель.

Занятия для ребёнка – труд, который требует достаточно длительного статического напряжения, связанного с поддержанием определённой позы, и сопряжён со значительными зрительными нагрузками. В связи с этим становятся актуальными оздоровительные мероприятия, которые важно включать в учебно-воспитательный процесс, такими, например, являются пальчиковые игры.

Значение пальчиковой гимнастики для развития дошкольников:

1. Развитие и совершенствование мелкой моторики рук, подготовка кисти руки к письму
2. Развивается умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности
3. Развивается межполушарное взаимодействие (при работе двумя руками), повышается работоспособность коры головного мозга, стимулируется развитие мышления и пространственных представлений
4. Вызывает у детей положительные эмоции
5. Способствует развитию речи и творческой активности
6. Развивает воображение

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев, по мнению М.М. Кольцовой, являются “мощным средством” повышения работоспособности головного мозга. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память, внимание, связная речь. Понимание педагогами и родителями значимости и сущности мелкой моторики рук помогут развить речь ребёнка, оградят его от дополнительных трудностей обучения.

Работу по развитию движений пальцев и кисти рук следует проводить систематически по 2-5 минут ежедневно.

Вначале дети испытывают некоторые затруднения в выполнении многих упражнений. Поэтому отрабатываются упражнения постепенно и вначале выполняются пассивно, с помощью взрослых.

Упражнения для пальчиковой гимнастики подбираются с учетом возраста ребенка.

Начинать пальчиковую гимнастику рекомендуется с разминки пальцев: сгибания и разгибания. Можно использовать для этого упражнения резиновые игрушки с пищалками.

Упражнение начинается с объяснения его выполнения, показывается поза пальцев и кисти.

Сначала все упражнения выполняются медленно. Если ребенок не может самостоятельно принять позу и выполнить требуемое движение, педагог берет руку ребенка в свою и действует вместе с ним; можно научить ребенка самого поддерживать одну руку другой или помогать свободной рукой действиям работающей.

Постепенно от показа переходят к словесным указаниям.

При выполнении упражнений обращается внимание на качество составления фигуры, согласованность движений отдельных пальцев и всей кисти.

Работу по развитию движений пальцев и кисти рук следует проводить систематически по 2-5 минут ежедневно.

Эти правила соблюдаются при проведении пальчиковой гимнастики с детьми любого возраста.

Пальчиковая гимнастика для детей 2 -3 лет

«Моя семья»

Вот дедушка,

Вот бабушка,

Вот папочка,

Вот мамочка,

Вот деточка моя,

А вот и вся семья.

(Ф. Фребель)

Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого, а со слов «А вот и вся семья» второй рукой охватывать весь кулачок.

«Пальчики»

Раз-два-три-четыре-пять —

Вышли пальчики гулять.

Раз-два-три-четыре-пять —

В домик спрятались опять.

Поочередно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке.

«Мы считаем»

Можно пальчики считать:

Раз-два-три-четыре-пять.

На другой руке — опять:

Раз-два-три-четыре-пять.

Поочередно разгибать пальцы правой (затем левой) руки, начиная с большого.

Пальчиковая гимнастика для детей 3 -4 лет

«Репка»

Мы репку сажали, (пальцами как-будто роем ямку на ладошке)

Репку поливали. (имитируем, как из лейки льется вода)

Выросла репка (выпрямляем все пальчики рук)
Хороша и крепка! (ладонь открытая, пальцы согнуть в крючочки. Этими крючочками своих пальцев возьмитесь за крючочки ребенка и тяните. Каждый тянет в свою сторону.)
А вытянуть не можем! Кто нам поможет?
Тянем-потянем, тянем-потянем! Ура! (расцепляем руки, трясем кистями).

«Хозяйство»

Наши уточки с двора: Кря-кря-кря. (пальцы складываем как раскрытый клюв)
Наши гуси у пруда: Га- га- га. (как будто открываем, закрываем клюв)
Наши гуленьки в саду: Гу- гу-гу. (руки поднимаем вверх, машем кистями)
Наши курочки в окно: Ко-ко-ко. (стучим указательным пальчиком)
А вот Петя-петушок
Рано-рано поутру (спину выпрямляем, голову поднимаем, руки ставим в стороны)
Нам споет: Ку-ка-ре-ку! (машем руками как крыльями и кукарекаем)

«Пирог»

Тесто ручками помнем, (сжимаем и разжимаем пальчики)
Пирог сладкий испечем. (слаживаем ладони обеих рук в виде пирога)Серединку смажем джемом, (гладим пальчиками ладонь одной руки)
А верхушку вкусным кремом. (приподнимаем ладошки выше и выполняем круговые движения)
И кокосовой крошкой
Присыпаем пирог немножко, (имитируем посыпание крошки пальчиками обеих рук)
А потом и чай заварим, (как-будто помешиваем чай)
Пирогам вас одарим (слаживаем пальцы в кулачки).

Пальчиковая гимнастика для детей 4 -5 лет

«Прогулка»

Раз, два, три, четыре, пять (загибать пальчики, начиная с большого)
Мы во двор пришли гулять (идем средним и указательным пальцами, остальные поджаты)
Бабу снежную лепили, (круговые движения ладонями, как будто лепим шарик)
Птичек крошками кормили, (поочередно поглаживать подушечки пальцев, как будто крошим)
С горки мы потом катались, (ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)
А ещё в снегу валялись. (переворачиваем ладошки вверх-вниз)
Все в снегу домой пришли. (потрясти опущенными вниз кистями рук)
Съели суп и спать легли. (движения воображаемой ложкой, руки под щеки)
«Братцы»
Засиделись в избушке братцы. (Рука стоит на локте, ладонь выпрямлена, пальцы сомкнуты.)

Захотел меньшей прогуляться (Отвести мизинец вбок в плоскости ладони и задержать на 2-3 секунды.)

Да скучно ему гулять одному. (Мизинец чуть покачивается, затем возвращается в исходное положение.)

Зовет он братца вдвоем прогуляться. (Отвести вбок мизинец и безымянный палец, прижатые друг к другу; задержать на 2-3 секунды.)

Да скучно им гулять двоим. (Мизинец и безымянный палец чуть покачиваются, затем возвращаются в исходное положение.)

Зовут братца втроем прогуляться. (Отвести вбок три прижатых друг к другу пальца: мизинец, безымянный и средний. Задержать на 2-3 секунды.)

Грустно старшим сидеть в избе. (Большой и указательный пальцы четыре раза соединяются кончиками.)

Зовут они братцев домой к себе. (Все пальцы соединяются в щепоть, рука расслабляется.)

Повторить движения другой рукой, а впоследствии выполнять одновременно двумя руками.

«Замок»

На дверях висит замок. (Пальцы в замок)

Кто его открыть бы смог? (Наклонить замочек влево-вправо)

Мы замочком повертели, (круговые движения кистями рук, сложенными в замок)

Мы замочком покрутили, (Пальцы сомкнуты, ладошки трутся друг о друга.)

Мы замочком постучали, (Пальцы сомкнуты, ладошки стучат друг о друга.)

Постучали, и открыли! (Показать ладошки.)

Пальчиковая гимнастика для детей 5 -7 лет

Начиная с 5 лет, пальчиковая гимнастика для детей сводится к более сложным манипуляциям. Ребят просят рассказать с помощью рук стихотворение, или спеть песенку, где приходится часто менять фигуры.

«Домик»

Проговаривая этот стишок, сопровождайте его движениями рук. Пусть ребенок подражает Вашим действиям.

Под грибом - шалашик-домик,
(соедините ладони шалашиком)

Там живет веселый гномик.

Мы тихонько постучим,
(постучать кулаком одной руки о ладонь другой руки)

В колокольчик позвоним.

(ладони обеих рук обращены вниз, пальцы скрещены;
средний палец правой руки опущен вниз и слегка качается).

Двери нам откроет гномик,

Станет звать в шалашик-домик.

В домике дощатый пол,

(ладони опустить вниз, ребром прижать друг к другу)

А на нем - дубовый стол.

(левая рука сжата в кулак, сверху на кулак опускается ладонь правой руки)

Рядом - стул с высокой спинкой.

(направить левую ладонь вертикально вверх, к ее нижней части приставить кулачок правой руки большим пальцем к себе)

На столе - тарелка с вилкой.

(ладонь левой руки лежит на столе и направлена вверх, изображая тарелку, правая рука изображает вилку: ладонь направлена вниз, четыре пальца выпрямлены и слегка разведены в стороны, а большой прижат к ладони)

И блины горой стоят -

Угощение для ребят.

«Гроза»

Капли первые упали,

(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по столу)

Пауков перепугали.

(внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и, перебирая ими, показать, как разбегаются пауки)

Дождик застучал сильнее,

(постучать по столу всеми пальцами обеих рук)

Птички скрылись среди ветвей.

(скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами, сжатыми вместе).

Дождь полил как из ведра,

(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук)

Разбежалась детвора.

(указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу, изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони).

В небе молния сверкает,

(нарисуйте пальцем в воздухе молнию)

Гром все небо разрывает.

(барабанить кулаками, а затем похлопать в ладоши)

А потом из тучи солнце

(поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)

Вновь посмотрит нам в оконце!