

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ – УНИКАЛЬНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ И РЕЧИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Аннотация: в статье рассматривается методика пальчиковых игр и упражнений как средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи.

В жизни человека существует недолгий, но поистине уникальный период, когда детский мозг запрограммирован на интенсивное формирование и обучение. И в то же время этот период в жизни ребёнка не случайно называют «нежный возраст». Нужно быть очень осторожными и деликатными в вопросах развития и образования малышей раннего возраста. Развивать малыша с пелёнок – модно. Но педагоги – психологи, сторонники традиционных методов, считают, что гораздо важнее помочь своим детям легче и комфортнее освоиться в том жизненном пространстве, которое их окружает, нежели нагружать раньше срока лишними знаниями.

Как же быть? Просто играть с ребёнком. Согласитесь, это самое благодарное времяпрепровождение. Хочется остановиться на «пальчиковых» играх. Весёлое, увлекательное и полезное занятие, которое и обучением-то назвать сложно! Известному педагогу В.А. Сухомлинскому принадлежит высказывание: «Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев». «Рука – это инструмент всех инструментов», сказал ещё Аристотель. «Рука – это своего рода внешний мозг», писал Кант. Жан-Жак Руссо в своём романе о воспитании «Эмиль» так написал о потребностях маленького ребёнка: «... он хочет всё потрогать, всё взять в руки. Не мешайте ему, это для него совершенно необходимое дело. Так он учится различать тепло и холод, твёрдость и мягкость, тяжесть, размер и форму предметов. О свойствах окружающих его вещей ребёнок узнаёт, сравнивая то, что видит, с ощущениями, которые получает от своих рук...» Как приятно родителю, когда у его ребёнка умелые пальчики: ловко держат карандаш. Аккуратно рисуют, строят из конструктора. А если ещё ребёнок чисто и правильно говорит – вдвойне приятно.

Что такое «игры с пальчиками»? Почему простые движения помогают улучшить произношение многих звуков? Давайте разберёмся. Дело в том, что рука имеет самое большое «представительство» в коре головного мозга, поэтому именно развитию кисти принадлежит важная роль в формировании головного мозга и становлении речи. И именно поэтому словесная речь ребёнка начинается, когда движения его пальчиков достигают достаточной точности.

У самых разных народов пальчиковые игры были распространены издавна.

В Китае распространены упражнения с каменными и металлическими шарами. Регулярные занятия с ними улучшают память, деятельность сердечнососудистой и пищеварительной систем, устраняют эмоциональное напряжение, развивают координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус.

А в Японии широко используются упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами.

Прекрасное воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша. И у нас с малолетства учили играть в «Ладушки», «Сороку – белобоку», «Козу рогающую». Сегодня специалисты возрождают старые игры, придумывают новые.

Принципы подбора игр.

Стандартный набор занятий по развитию тонкой моторики (плетение, конструкторы, мозаика, лепка и т.д.) использует в основном движения сжимания, изредка – растяжения и почти никогда – расслабления. К тому же в эти занятия включена обычно только социальная зона руки – большой, указательный, средний пальцы, смежная с ними часть ладони и соответствующие им двигательное поле – зона, несущая основную нагрузку в быту и в общении. Безымянный палец и мизинец остаются пассивными. Эффективность таких занятий не слишком велика. Для получения максимального «коэффициента полезного действия» игры с пальцами рук и занятия должны быть составлены таким образом, чтобы:

- сочетались сжатие, расслабление, растяжение пальцев;
- использовались изолированные движения каждого из них.

Игра может быть построена на тренировке только одной из трёх двигательных составляющих (лучше второй и третьей), однако движения пальцев в любом случае должны быть изолированными.

Игры – манипуляции.

«Ладушки-ладушки...», «Сорока – белобока...» – указательным пальцем осуществля-

ют круговые движения. «Пальчик-мальчик, где ты был?..», «Мы делили апельсин...», «Этот пальчик хочет спать...», «Пальчики пошли гулять...» – ребёнок поочерёдно загибает каждый пальчик.

Эти упражнения он может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение: в каждом пальчике ребёнок видит тот или иной образ.

Сюжетные пальчиковые упражнения.

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

«Распускается цветок» – из сжатого кулака поочерёдно «появляются» пальцы.

«Грабли» – ладони на себя, пальцы переплетаются между собой. К этой группе относятся также упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта и мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревьев.

Пальчиковые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой.

Ребёнок может поочерёдно 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, д–т, к–г.

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 струёй воды» – движение, как при мытье рук.

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

Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга»).

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

«Колечко» – поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с каждым пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

«Кулак – ребро – ладонь» – последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром 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. Главное, чтобы ребёнок смотрел во время «рисования» на свою руку).

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

Итак, подводя итоги, можно констатировать следующее. Пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Игры с пальчиками – это не только стимул для развития речи и мелкой моторики, но и один из вариантов радостного общения с близкими людьми.

Список литературы

1. Васильева З.Н. Нравственное воспитание учащихся в учебной деятельности. - М.: Просвещение, 1978.
2. Воспитание личности школьника в нравственной деятельности: Метод. рекомендации/Ом.гос.пед.ин-т им. Горького – Омск: ОГПИ, 1991.
3. Гришина Г. Не забывайте народные игры. // Дошкольное воспитание №2 – 1993, стр. 26-29.