

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 10 «Сказка» города Сафоново Смоленской области

Доклад

на тему

«Все о пользе пальчиковой гимнастики для детей дошкольного возраста»



Автор:
Арсенченкова Лариса Владимировна

Содержание

1. Для чего нужна пальчиковая гимнастика.
2. Занятия, способствующие развитию: ловкости, координации и точности движения пальцев рук.
3. Немного их истории гимнастики для пальчиков.
4. Особенности пальчиковой гимнастики для детей разных возрастов.
5. Этапы формирования кистевых и пальцевых навыков.
6. Правила речевого поведения для взрослых.
7. Рекомендации по проведению «пальчиковой гимнастики».

1. Для чего нужна пальчиковая гимнастика.

В народе игры с пальчиками ребенка всегда были популярны, наши с вами бабушки и прабабушки играли со своими детьми в «Ладушки» и «Сороку-воровку», хотя тогда никто понятия не имел, как пальчиковая гимнастика влияет на развитие головного мозга ребенка.

Руке посвящали стихи, писали оды. А народная мудрость о значимости руки отразилась в загадках: "А ну-ка отгадайте, что это за десять братьев, на которых двух шуб хватает?"; в пословицах: "Отбиться от рук", "Всё дело в его руках", "Дать волю рукам", "Глаза бояться, а руки делают".

Сегодня нам известно, какое важное место занимает подвижность кистей рук ребенка в его успешном и всестороннем развитии. «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев», – писал известный педагог В. А. Сухомлинский. Все дело в том, что с анатомической точки зрения, около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция кисти руки. К тому же на кистях рук находятся рефлекторные точки, которые подают импульсы в центральную нервную систему, а значит, упражнения для рук и пальчиков положительно скажутся на деятельности мозга.

Наверняка вы замечали, как грудничка интересуют его ручки. Он их рассматривает, тянет в рот, а если мама еще и погладит ладошку, и стишок расскажет, малыш будет просто счастлив. Обычно все малыши любят игры с ладошками и пальчиками, поэтому у родителей не возникнет трудностей с проведением пальчиковой гимнастики. Такие упражнения просты в исполнении, не занимают много времени, но имеют большую эффективность и значение для развития ребенка.

Так что же дает нам пальчиковая гимнастика?

- развитие мелкой моторики, которое напрямую связано с развитием речи - движения пальцев рук и развитие речи ребенка взаимосвязаны. Делая массаж пальчиков, рассказывая эмоционально стишки, вы будете способствовать стимулировать речевое развитие вашего ребенка, а также формировать правильное звукопроизношение.
- развитие координации движения, улучшение памяти и внимания. подготовку к письму.
- развитие творческих и умственных способностей ребенка.

Занятия пальчиковой гимнастикой следует подбирать согласно возрасту. Для малышей до трех лет – это будет массаж ладошек и пальчиков со стишками и потешками. В три года можно пробовать играть двумя ручками, дополнять игры другими предметами, например, маленькими мячиками, шариками или кубиками. Дети очень любят, если пальчиковая гимнастика содержит элементы театрального представления. Любой массаж ручек, пальчиков принесет ребенку только пользу и благоприятно скажется на его физическом развитии. Это замечательная возможность для общения с ребенком, налаживания контакта и снятие стресса у малыша.

Гимнастика для пальцев рук делится на **пассивную** и **активную**. Пассивная гимнастика рекомендуется как предварительный этап перед активной гимнастикой детям с низким уровнем развития мелкой моторики.

Затем следует перейти к упражнениям активной пальцевой гимнастики. Все упражнения проводятся в игровой форме. Сложность их должна выбираться в зависимости от уровня развития тонкой моторики рук ребёнка.

2. Хотелось бы заметить, что кроме пальчиковой гимнастики ловкость, координацию и точность движения пальцев рук развивают такие занятия:

- рисование
- лепка
- игры с крупами
- игры с мелкими предметами: мозаикой, прищепками, пуговицами и бусинами
- катание карандашей и шариков между ладошками и по поверхности
- пазлы и шнуровки
- теневой театр

Ещё в середине прошлого века было установлено, что уровень развития речи детей прямо зависит от сформированности тонких движений пальцев рук. Если развитие движений соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстаёт, то

задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть выше нормы.

Хорошо развитые руки сами по себе приносят много пользы человеку: хорошо владея своими руками, можно сделать много полезных и нужных вещей, а развитая моторика рук способствует развитию речи, то есть "как работают руки, так работает голова"

Развитие мелкой моторики пальцев, обучение сознательному управлению органами артикуляционного аппарата, выработка воздушной струи, различение звуков на слух – основные методы формирования правильной речи ребёнка, как в детском саду, так и дома. Скованность движений пальцев, у плохо говорящих детей, свидетельствует о недостаточно развитой мелкой моторике. Результаты исследований подтверждают – тренировка тонких движений пальцев рук стимулирует развитие речи

Даже нормально развивающемуся ребёнку не мешают массаж рук в до речевом периоде, а пальчиковые игры в сопровождении стихов не только развивают мелкую моторику и речь, но и умение слушать. Ребёнок научится понимать смысл слов и улавливать ритм речи.

3. Немного их истории гимнастики для пальчиков.

В Японии малышам начинают делать гимнастику для пальчиков в 2-3 месяца. Японский врач Намикоси Токудзиро создал оздоравливающую методику воздействия на руки. Он утверждал, что пальцы наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. На кистях рук расположено множество акупунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы, рефлекторно с ними связанные. По насыщенности акупунктурными зонами кисть не уступает уху и стопе.

Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, массаж указательного пальца положительно воздействует на состояние желудка, среднего — на кишечник, безымянного — на печень и почки, мизинца — на сердце.

В Китае распространены упражнения ладоней с каменными и металлическими шарами. Популярность занятий объясняется их оздоравливающим и тонизирующим организм эффектом. Регулярные упражнения с шарами улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение, улучшают деятельность сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, развивают координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус.

Талантом нашей народной педагогики созданы игры «Ладушки», «Сорока — белобока », «Коза рогатая» и другие. Их значение до сих пор недостаточно осмыслено взрослыми. Многие родители видят в них развлекательное, а не развивающее, оздоравливающее воздействие."

Разучивание текстов с использованием "пальчиковой" гимнастики стимулирует развитие мышления, внимания, воображения, воспитывает эмоциональную выразительность, быстроту реакции. Ребёнок лучше запоминает стихотворные тексты, его речь делается более выразительной.

4. Особенности пальчиковой гимнастики для детей разных возрастов

Как вы помните, у новорожденного кисти всегда сжаты в кулачки, и если взрослый вкладывает свои указательные пальцы в ладони ребенка, тот их плотно сжимает. Малыша можно даже немного приподнять.

Однако эти манипуляции ребенок совершает на рефлексорном уровне, его действия еще не достигли высокого мозгового контроля, который позволяет впоследствии сознательно выполнять движения. Значение хватательного рефлекса состоит в способности ребенка не выпускать из рук предмет. По мере созревания мозга этот рефлекс переходит в умение хватать и отпускать. Чем чаще у ребенка действует хватательный рефлекс, тем эффективнее происходит эмоциональное и интеллектуальное развитие малыша.

Годовалые дети легко воспринимают пальчиковую игру, выполняемую одной рукой, а трехлетние уже умеют играть двумя руками.

Малыши четырехлетнего возраста способны участвовать в играх, где несколько событий сменяют друг друга, а более старшим ребятам, вы можете предложить пальчиковую игру, оформив ее какими-либо небольшими предметами – кубиками, шариками и т. д.

Ниже приведены этапы формирования кистевых и пальцевых навыков, тонкой моторики рук и зрительно-моторной координации у детей разных возрастов. Зная способности ребенка, Вы сможете более корректно выбрать тип и уровень сложности упражнений **пальчиковой гимнастики**.

5. Различают следующие этапы формирования кистевых и пальцевых навыков:

В возрасте от 0 до 1 мес. формируется первая двигательная функция руки — хватание. Когда взрослый вкладывает свои указательные пальцы в ладони ребенка, он плотно сжимает их.

В возрасте 2 месяцев малыш удерживает вложенный в руку предмет 2-3 сек. Совершает ритмические движения пальцами, а во время сосания

сжимает и разжимает их. В покое пальцы сжаты в кулачок. К концу месяца ребенок вскидывает ручки при оживлении.

Начиная с трех месяцев, у ребенка появляются условно-рефлекторные движения. Ребенок удерживает, вложенный в руку предмет до 10 сек., тянет в рот. Совершает энергичные ритмические движения пальцами во время сосания. Свободно размахивает руками без зрительного контроля.

У четырехмесячного малыша ладони часто раскрыты, он складывает их вместе, переплетает пальцы удерживая, вложенный в руку предмет до 20 сек. Хлопает руками по воде в ванне. Ощупывает свои руки. Протягивает руки к предмету, цепляется за него. Движения пальцев недифференцированные.

В возрасте 5 месяцев ребенок противопоставляет большой палец другим. При схватывании предмета доминирует участие пальцев. На протяжении длительного времени ритмически взмахивает руками, при этом издает неопределенные звуки. Протягивает руки матери, а также к близкому предмету.

В 6—7 месяцев ребенок ритмически взмахивает руками. Если вложить в руку игрушку, размахивает ею. Перекладывает предмет из одной руки в другую. Движения пальцев при схватывании предмета становятся более дифференцированными. Размахивает руками при виде ванны с водой, хлопает по воде. Обороняются руками при приближении руки с мылом.

В 8—9 месяцев малыш крепко сжимает отбираемую игрушку. Берет мелкие предметы двумя пальцами, а большие — всей ладонью. Показывает нос, глаза у другого человека, у куклы. Машет рукой при прощании.

Начинает проявляться преобладание одной руки.

После 9 месяцев у ребенка формируется манипуляционная деятельность.

В возрасте 10-11 месяцев ребенок накладывает один предмет на другой.

Характерно манипулирование двумя предметами. Малыш снимает и надевает крышку коробочки, вкладывает палочку в отверстие, выбрасывает игрушки из кроватки, подражает предметным действиям взрослого.

В 12 месяцев ребенок держит чашку, когда пьет. Играет вкладышами. Переносит усвоенные действия на новые объекты.

В 1 год 3 месяцев малыш пользуется ложкой, чертит карандашом — чаще круги. Манипулирует несколькими предметами, отмечается правильная последовательность действий: зачерпывает песок совочком, насыпает в ведерко. Помогает одевать себя. Показывает глаза, нос и т.д. у себя. Перелистывает страницы книги. Развертывает фантик на конфете. Использует ложку с вилкой. Имитирует вертикальные и горизонтальные штрихи карандашом.

С 11 месяцев до 1 года 3 месяцев у ребенка появляются функциональные действия, Наблюдается совершенствование действий, выработанных ранее, обобщение и перенос их на новые объекты. Дети целенаправленно используют предметы: из чашки угощают куклу чаем, катают машинку, укачивают куклу, строят дом из кубиков.

Совершенствуются действия рук — кулачок разжимается, пальцы действуют самостоятельно и автономно. Активизируется большой палец, затем указательный. Начинается интенсивное развитие всех пальцев, которое продолжается на протяжении всего периода раннего детства. Особое значение имеет период, когда начинается противопоставление большого пальца другим. С этого времени движения всех пальцев становятся более свободными.

Пальчиковые игры дают пальцам полноценный отдых. Кроме того, они развивают их ловкость, подвижность, а весёлые стишки помогают детям снять моральное напряжение.

Тренируя пальцы, мы оказываем мощное воздействие на работоспособность коры головного мозга, что в дальнейшем сказывается на подготовке руки к письму. Поэтому в повседневную работу с детьми целесообразно включать игры и задания для развития общей и специальной моторики с учётом индивидуальных способностей каждого ребёнка. Развивая мышцы рук, мы не только готовим руку ребёнка к письму и рисованию, но и к самообслуживанию (застёгиванию пуговиц, завязыванию шнурков), одновременно стимулируем речевую активность, а значит, развиваем интеллектуальные способности ребёнка, внутренних органов.

Пальчиковые игры способствуют не только развитию речи, но и творческой деятельности. Они как бы отображают реальность окружающего мира — предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе пальчиковых игр дети, повторяют движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Пальчиковые игры — это инсценировки каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих

рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях "вправо", "влево", "вверх", "вниз" и т.д.

6. Использование пальчиковых игр и упражнений помогают детям:

- сделать рывок в развитии речи – улучшить произношение и обогатить лексику;
- подготовить руку к письму, что особенно важно для ребят, которые скоро пойдут в школу;
- предотвратить появление так называемого писчего спазма – частой беды начинающих школьников;
- развивать внимание, терпение, внутренний тормоз – умение сдерживаться именно тогда, когда это необходимо;
- стимулировать фантазию, проявлять творческие способности;
- играя, освоить начала геометрии, как на плоскости, так и в пространстве;
- научиться управлять своим телом, чувствовать себя уверенно в системе "телесных координат", что предотвратит возникновение неврозов;
- ощутить радость взаимопонимания без слов, понять возможности несловесного общения;
- а если ребёнок – маленький левша, то помочь ему успешно адаптироваться в мире правшей.

7. Правила речевого поведения для взрослых

- 1) много и правильно говорить самому;
- 2) следить за темпом речи (речь должна быть неторопливой, размеренной, доступной малышу) ;
- 3) выслушивать ребёнка, не отворачиваясь от него, смотреть ему в глаза. Проявлять заинтересованность;
- 4) не прерывать ребёнка («хватит, я всё поняла! ») ;
- 5) не использовать жаргонную лексику!

Нужно помочь детям легче и комфортнее освоиться в жизненном пространстве, просто играть с ребёнком!

8. Рекомендации по проведению «пальчиковой гимнастики»

1. Перед игрой необходимо обсудить с ребёнком её содержание, сразу при этом отрабатываются необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это позволит не только приготовить детей к правильному выполнению упражнения, но и создаст положительный эмоциональный настрой.

2. Желательно взрослому знать текст.
3. Перед началом упражнения дети разогревают ладошки поглаживанием до приятного ощущения тепла.
4. Все упражнения выполняются в медленном темпе, сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук, затем другой, а потом двумя руками одновременно.
5. Демонстрируйте собственную увлечённость игрой.
6. Необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы рук.
7. Следите, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите ребёнку или научите его помогать себе другой рукой.
8. Нужно добиваться, чтобы упражнения выполнялись легко, приносили ребёнку радость, без чрезмерного напряжения рук.
9. Каждое упражнение имеет своё название, длится несколько минут и повторяется в течение дня 2—3 раза.
10. Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Занимайтесь ежедневно около 5 минут.
11. Не ставьте перед ребёнком несколько сложных задач сразу, объём внимания ограничен, невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.
12. Выбрав 2-3 упражнения, постепенно заменяйте новыми.
13. При повторных проведениях игры дети нередко начинают частично произносить текст (особенно начало или конец фраз). Постепенно заучивая текст наизусть, произносят целиком, правильно соотнося слова с движениями.
14. Для лучшего усвоения к игре можно подобрать соответствующую иллюстрацию. Создаётся зрительный образ. Сначала покажите ребёнку цветной рисунок и объясните, как должно выполняться упражнение. Постепенно надобность в объяснениях отпадёт. Вы показываете ребёнку, называете упражнение, а малыш вспоминает, какое положение кистей рук или пальцев он должен воспроизвести.

15. Большое значение отводится «пальчиковой гимнастики» в музыкальном сопровождении. Она дарит много положительных эмоций и очень нравится детям.

16. Распределите игры по мере сложности.

Все игры лучше распределить на три группы.

1 группа. Упражнение для кистей рук:

-развивают подражательную способность, достаточно просты, не требуют тонких дифференцированных движений;

-учат напрягать и расслаблять мышцы;

-развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;

-учат переключаться с одного движения на другое.

Например:

«Шарик».

Исходное положение. Пальчики обеих рук собраны «Щепотью» и соприкасаются кончиками.

«Надуваем шарик»: придаем пальцам такое положение, какое бывает, когда руки держат мяч или шарик.

«Шарик лопнул»: пальцы возвращаются в исходное положение.

Я надул упругий шарик,

Укусил его комарик.

Лопнул шарик – не беда,

Новый шар надую я.

2 группа. Упражнение для пальцев условно статическое.

-совершенствует полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.

Например:

«Очки».

Исходное положение. Сделать двумя руками колечки. Поднести к глазам имитируя очки.

Вот колечки – посмотри!

Превращаются в очки!

3 группа. Упражнения для пальцев динамические:

- развивают точную координацию движений;
- учат сгибать и разгибать пальцы рук;
- учат противопоставлять большой палец остальным.

Например:

«Цветы».

Движения пальцев иллюстрируют стихотворные строки.

Исходное положение. Кисти рук поставить вертикально и соединить. Округлённые ладони с раздвинутыми пальцами отвести в стороны.

Утром алые цветки

Раскрывают лепестки.

Двигают ладонями, сложенными «цветком», вправо – влево, одновременно шевеля пальцами.

Ветерок подует-

Цветики волнует.

Постепенно смыкают пальцы, выполняя упражнение БУТОН. Покачивают «бутонами» вперед- назад.

А под вечер все цветки

Закрывают лепестки,

Головой качают,

Тихо засыпают.

Подкладывают сложенные вместе ладони под щёку.

Когда многие движения будут хорошо знакомы ребёнку, то можно выполнять следующие игровые задания:

1. Запоминать и повторять серию движений по словесной инструкции, начиная с двух движений и заканчивая тремя, четырьмя и больше.
2. «Рассказывать руками» маленькие истории, сказки, стихи, потешки. Сначала вы сами придумываете рассказ, затем предлагаете сочинить свою историю ребёнку.
3. Конечно, лучше и легче использовать иллюстрации со схемой движений рук (сейчас огромное количество замечательных книг). Сначала ребёнок запоминает движения с помощью картинки, потом повторяет их без иллюстрации.
4. Более сложное задание разложить на столе несколько карточек и попросить придумать новую историю, используя картинки. Затем историю рассказать с помощью рук.