

# О ПОЛЬЗЕ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ

---

«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев», — писал В. А. Сухомлинский. Сегодня нам известно, какое важное место занимает подвижность кистей рук ребенка в его успешном и всестороннем развитии. А вот в народе такие игры с пальчиками ребенка всегда были популярны, хотя тогда никто и понятия не имел, как пальчиковая гимнастика влияет на развитие головного мозга ребенка.

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 рефлексорные 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.

Что дает 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 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.

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.



# "Осень"

Ветер северный подул: "С-с-с-с", (дуем)  
Все листочки с веток сдул. (пошевелить пальчиками и подуть на них)  
Полетели, закружились и на землю опустились  
(помахать ручками в воздухе)  
Дождик стал по ним стучать  
Кап-кап-кап, кап-кап-кап!" (постучать пальцами  
правой руки по ладошке левой руки)  
Град по ним заколотил, (щепотью правой руки по-  
стучать по левой ладошке)  
Листья все насквозь пробил. (постучать кулачком  
правой руки по левой ладошке)  
Снег потом припорошил, (плавные движения ки-  
стями рук вперёд- назад)  
Одеялом их накрыл. (положить правую ладонь на  
левую)



# "Ходит осень в нашем парке"

Ходит осень в нашем парке,  
(пальчиками шагаем по столу)

Дарит осень всем подарки:  
(показываем две ладошки сложенные вместе)

Бусы красные – рябине,  
(загибаем поочередно пальчики)

Фартук розовый – осине,  
Зонтик желтый – тополям,

Фрукты осень дарит нам.  
(прикладываем обе ладошки к груди)



# «Листья осенние тихо кружатся»

Листья осенние тихо кружатся,  
(плавные движения кистями  
рук слева направо)

Листья нам под ноги плавно ложатся  
(плавно опускаем ручки вниз)

И под ногами шуршат, шелестят, (трем ла-  
дошки друг о друга)

Будто опять закружиться хотят.  
(поднимаем ручки вверх и плавно ими машем)



# "Грибы"

(ладонь сжата в кулак и по-очереди отгибаем пальцы)

Раз, два, три, четыре, пять!

Мы идём грибы искать. (хлопаем в ладоши)

Этот пальчик в лес пошёл,  
(поочередно загибаем пальчики)

Этот пальчик гриб нашёл,  
Этот пальчик чистить стал,

Этот пальчик жарить стал,

Этот пальчик всё съел,

Оттого и располстел.



# "Хозяйка"

Хозяйка однажды с базара пришла  
(шагаем пальчиками по столу)

Хозяйка с базара домой принесла:(хлопаем в ладоши)

Картошку, капусту, морковку, горох,  
(поочередно загибаем  
пальчики на левой руке)

Петрушку и свеклу, ох! (хлопаем в ладоши)

Накрытые крышкой, в душном горшке  
(правую ладошку собираем "ковшом", левой накрываем  
сверху, как крышечкой)

Кипели, кипели в крутом кипятке:(крутим ручками  
перед собой)

Картошка, капуста, морковь, горох (поочередно заги-  
баем пальчики на руке)

Петрушка и свекла, ох! (хлопаем в ладоши)

И суп овощной оказался неплох! (показываем большой  
палец)

