

# Здоровье на кончиках пальцев

Автор-составитель:

Учитель-логопед МБДОУ №4: Калинина Наталья Юрьевна

## Для чего нужно развивать точность движений пальцев рук (мелкую моторику)?

Сегодня широко известно, что развитие мелкой моторики пальцев рук через определенные зоны в коре головного мозга положительно сказывается на становлении детской речи, повышает работоспособность ребенка, его внимание и умственную активность, стимулирует интеллектуальную и творческую деятельность.

Необходимо создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Умение свободно и непринужденно пользоваться движениями своих рук воспитывается специальными упражнениями, в различных играх.

## Познакомьтесь с играми и упражнениями, которые способствуют развитию тонких движений пальцев рук

● Разнообразные пальчиковые игры. Например, взрослый рассказывает стихотворение, а ребенок поочередно загибает пальчики на правой руке, затем на левой.

Пять пальцев на руке твоей  
Назвать по имени сумей.  
Первый палец – боковой –  
Называется БОЛЬШОЙ.

Палец второй –  
Указчик старательный, -  
Не зря называют его  
УКАЗАТЕЛЬНЫЙ.

Третий твой палец –  
Как раз посредине,  
Поэтому СРЕДНИЙ  
Дано ему имя.

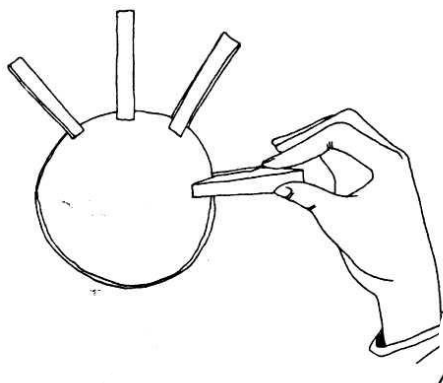
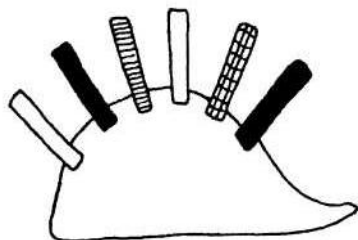
Палец четвертый  
Зовут БЕЗЫМЯННЫЙ.  
Неповоротливый он  
И упрямый.

Совсем как в семье,  
Братец младший – любимец.  
По счету он пятый,  
Зовется МИЗИНЕЦ.

● Работа с пластилином, ножницами, бумагой;  
рисование цветными карандашами.



● Можно поиграть с разноцветными прищепками. Для этого вырежьте из картона простейшие формы (круг для солнышка и цветка, полукруг для ежика, треугольник для елочки и т.д.) Попросите ребенка придумать что-нибудь.

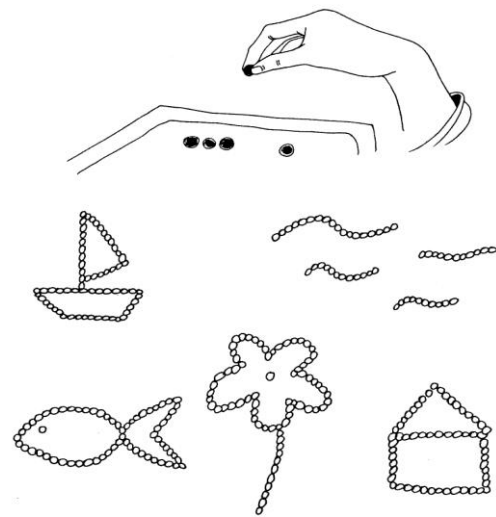


● Увлекательно проходит игра со спичками:

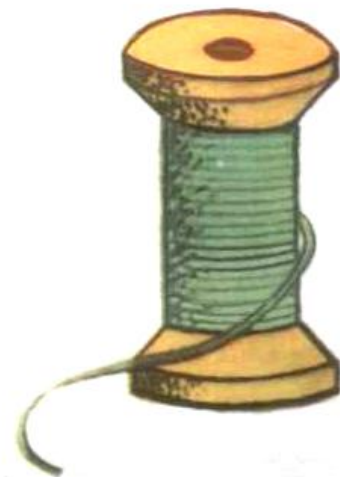
- можно выкладывать узоры по образцу;
- по памяти;
- придумать самостоятельно из определенного количества спичек.



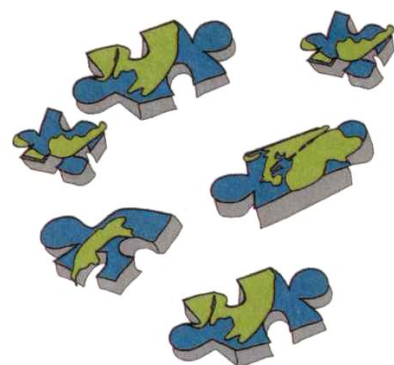
● Выкладывание узоров, букв из пуговиц, крупы. Один из вариантов игры: выкладывание разными пальчиками (большим и указательным, большим и средним, большим и безымянным).



● С пятилетнего возраста ребенок может работать с нитками и иглой под контролем взрослых.



● Игры в лото, мозаику, пазлы.



## Один из эффективных приемов – **самомассаж рук**. Вот некоторые упражнения.

**1. «Ручки греем»** - упражнение выполняется по внешней стороне ладони.

Очень холодно зимой,  
Мерзнут ручки – ой, ой, ой!  
Надо ручки нам согреть,  
Посильнее растереть.



**2. «Стряпаем»** - имитируем скатывание колобков, по 4 раза влево и вправо.

Мы постряпаем ватрушки,  
Будем сильно тесто мять.  
Колобочков накатаем,  
Будем маме помогать.



**3. «Точилка»** - сжав одну руку в кулачок, вставляем в него поочередно по одному пальцу другой руки и прокручиваем влево-вправо каждый пальчик по 2 раза.

Мы точили карандаш,  
Мы вертели карандаш.  
Мы точилку раскрутили,  
Острый кончик получили.



**4. «Пила»** - ребром ладони одной руки «пилим» по ладони, предплечью другой руки.

Пилим, пилим мы бревно –  
Очень толстое оно.  
Надо сильно постараться,  
И терпения набраться.



**5. «Надеваем браслеты»** - одной рукой изображаем «надетый браслет», круговыми движениями от кисти к локтю двигаем «браслет», прокручивая его влево-вправо.

Мы браслеты надеваем,  
Крутим, крутим, продвигаем,  
Влево-вправо, влево-вправо,  
На другой руке сначала.



**6. «Добываем огонь»** - энергично растираем ладони друг о друга, чтоб стало горячо.

Мы как древние индейцы

Добываем огонек:

Сильно палочку покрутим –

И огонь себе добудем.



**7. «Братцы»** - обеими руками одновременно растираем о большие остальные пальцы по очереди (с указательного по мизинец)

Ну-ка, братцы, кто сильнее?

Кто из вас поздоровее?

Все вы, братцы, молодцы,

Просто чудо-удальцы!



**8. «Точим ножи»** - активное растирание раздвинутых пальцев, движения рук вверх-вниз

Ножик должен острым быть.

Будем мы его точить,

Чтобы чистил нам морковку

И картошку на готовку.



**9. «Пружинка»** - спиралевидное растирание ладонью (кулачком, ребром) одной руки по предплечью другой.

Мы пружинку нарисуем

Длинную и крепкую.

Мы сперва ее растянем,

А затем обратно стянем.



**10. «Гуси»** - пощипывание руки вдоль предплечья от кисти к локтю.

Гуси травушку щипали,

Громко, весело кричали:

«Га-га-га, га-га-га!

Очень вкусная трава!»



**11. «Человечки»** - указательным и средними пальцами выполняем точечные движения вдоль предплечья (человечки – «маршируют», «прыгают», «бегут»).

Человечки на двух ножках

Маршируют по дорожке.



Подобные игры способствуют развитию:

- воображения, мышления, способности к анализу;
- тактильной (кожной) чувствительности;
- элементарной ловкости в обращении с мелкими предметами;
- словаря;
- предметной деятельности;
- терпения и усидчивости;
- пространственной ориентации.

#### Список литературы:

1. Матыкина И.А. Стенд: Развиваем мелкую моторику.
2. Аммосова Н.С. Самомассаж рук при подготовке детей с речевыми нарушениями к школе // Логопед, №6, 2004. – С.78 -82.
3. Егорова Е.А. Упражнения и игры для развития движений пальцев рук / Логопед, № 6, 2005. – С.58-60.
4. Краузе Е. Логопедия. - СПб, 2005.
5. Светлова И. Развиваем мелкую моторику. – М., 2002. – 72с.
6. Цвынтарный