**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Могойтуйский детский сад «Тополек»**

**Пальчиковые игры**

**как основа развития мелкой моторики и речи**

**детей дошкольного возраста**

 выполнила: Майдариева О.Б.

 воспитатель

 МДОУ «Могойтуйский

 детский сад «Тополек»

Могойтуй

2018г

**Содержание**
Введение ……………………………………………………………………….3

1. Что такое «игры с пальчиками»?.................................................................5
2. Методические рекомендации к проведению пальчиковых игр…............7
3. Принципы подбора игр……………………………………………………11
4. Группы пальчиковых игр и их назначение……………………………....14
Заключение…………………………………………………………………17
Список литературы………………………………………………………..19
Приложения
Приложение 1 Конспект занятия «Разминка для ручек»
Приложение 2 Конспект занятия «Разминка для пальчиков»
Приложение 3 Конспект занятия «Разминка для язычка»
Приложение 4 Пальчиковая игра с использованием элементов оригами
Приложение 5 Фрагмент занятия по развитию речи.
Заучивание наизусть стихотворения «Две синички»
Приложение 6 Использование пальчиковой гимнастики в режиме дня

Введение

 *«Если руки неумелы,*

 *Если пальчики несмелы,*

 *^ Трудно ручку удержать,*

 *Буквы ровно написать*

 *Не удержишь карандаш –*

 *Не получится пейзаж».*

 *В. Лирясова.*

 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. Любящие родители, наверняка, заметили, с какой радостью малыш усваивает любую информацию, приобретает любые навыки без дополнительной мотивации с легкостью и азартом.
 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.
 При выборе темы у меня возникло желание осветить и проанализировать не «сухие» страницы теории, а остановиться на какой-нибудь «детали», которая в ходе работы с детьми дошкольного возраста имела далеко не

«детальное» значение. И тут выбор пал на «пальчиковые» игры. 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.
 Почему же так важны для малышей игры, тренирующие мелкую моторику – движения пальцев и кистей рук? Почему именно «пальчиковая» гимнастика стимулирует речь, воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность? Какую роль играют «пальчиковые» игры в развитии речи и мелкой моторики детей дошкольного возраста?
 Все эти вопросы помогли сформулировать **цель** данной работы: определение своеобразия «пальчиковых» игр в развитии мелкой моторики и речи детей дошкольного возраста.

1. Что такое «игры с пальчиками»?
 Игры с пальчиками развивают мозг ребёнка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию.
 Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы всего тела. Они способны улучшить произношение многих звуков. В общем, чем лучше работают пальцы и вся кисть, тем лучше ребёнок говорит. Почему же это так? 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. Ручки ребёнка как бы подготавливают почву для последующего развития речи. Кроме того, целью занятий по развитию ловкости и точности пальцев рук является развитие взаимосвязи между полушариями головного мозга и синхронизация их работы. В правом полушарии мозга у нас возникают различные образы предметов и явлений, а в левом они вербализируются, то есть находят словесное выражение, а происходит этот процесс благодаря «мостику» между правым и левым полушариями. Чем крепче этот мостик, тем быстрее и чаще по нему идут нервные импульсы, активнее мыслительные процессы, точнее внимание, выше способности. Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок хорошо разговаривал, быстро и легко учился, ловко выполнял любую, самую тонкую работу, - с раннего возраста начинайте развивать его руки: пальцы и кисти.
 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 рогатую». Сегодня специалисты возрождают старые игры, придумывают новые.
 О пальчиковых играх можно говорить как о великолепном универсальном, дидактическом и развивающем материале. Методика и смысл данных игр состоит в том, что нервные окончания рук воздействуют на мозг ребёнка и мозговая деятельность активизируется. Для обучения в школе очень важно, чтобы у ребёнка были хорошо развиты мышцы мелкой моторики. Пальчиковые игры – хорошие помощники для того, чтобы подготовить руку ребёнка к письму, развить координацию. А для того, чтобы параллельно развивалась и речь, можно использовать для таких игр небольшие стишки, считалки, песенки. В принципе, любые стихотворные произведения такого рода педагоги и родители могут сами «переложить на пальцы», т.е. придумать сопровождающие речь движения для пальчиков – сначала простые, несложные, а затем эти движения усложнять. Благодаря пальчиковым играм ребёнок получает разнообразные сенсорные

впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Такие игры формируют добрые взаимоотношения между взрослым и ребёнком.

1. Методические рекомендации к проведению пальчиковых игр.
 На сегодняшний день, мы в своей работе придерживаемся следующих методических рекомендаций к проведению пальчиковых игр.
2. Перед игрой мы с детьми обсуждаем её содержание, сразу при этом отрабатывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволяет подготавливать малышей к правильному выполнению упражнений, но и создаёт необходимый эмоциональный настрой.
3. Перед началом упражнений дети разогревают ладони лёгкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.
4. Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала правой рукой, затем левой, а потом двумя руками вместе.
5. Выполняя упражнения вместе с детьми, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.
6. При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки.
7. Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.
8. Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись детьми легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили радость.
9. Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости отдельным детям оказывается помощь.
10. В идеале: каждое занятие имеет своё название, длиться несколько минут и повторяется в течение дня 2 – 3 раза.
11. При повторных проведениях игры дети нередко начинают произносить текст частично (особенно начало и окончание фраз). Постепенно текст разучивается наизусть, дети произносят его целиком, соотнося слова с движением.
12. Выбрав два или три упражнения, постепенно заменяю их новыми. Наиболее понравившиеся игры оставляем в своём репертуаре и возвращаемся к ним по желанию детей.
13. Очень чётко придерживаемся следующего правила: не ставить перед детьми несколько сложных задач сразу (к примеру: показывать движения и произносить текст). Так как объём внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.
14. Никогда не принуждайте! Попытайтесь разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их (например, изменив задание) или поменяйте игру.
Приведённая ниже таблица позволяет чётко спланировать работу с детьми разного дошкольного возраста в обучении пальчиковым играм.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст | Содержание  | Технология  |
| До 2-х лет | Дети знакомятся с ладонью, выполняют простые движения (похлопывание, постукивание, прятанье рук за спину), с помощью взрослого показывают фигурку животного одной рукой  | Потешку или стихотворение читают до игры 3-4 раза, рассматривают иллюстрацию, сопровождая её вопросами: «Как зайка шевелит ушами?», «Как курочка открывает рот?». При необходимости ребёнку помогают выполнить движение |
| С 2 до 3 лет | Энергичные движения кистями рук (месим тесто, забиваем гвоздик).Знакомим с пальчиками: составление простых фигур из пальцев и ладоней (колечко, ковшик);простые фигуры из пальчиков одной руки (зайчик, коза);согласованные действия двумя руками (домик, ворота) | С ребёнком рассматривается фигурка животного или его иллюстрация, отмечаются его характерные особенности. Взрослый даёт образец положения пальцев. При необходимости помогает ребёнку, побуждает к звукоподражанию |
| С 3 до 4 лет | Дети выполняют фигуру животного сначала одной рукой, а затем другой, потом двумя руками вместе.Затем разучивается вторая фигура по этому же принципу.Далее дети выполняют одной рукой первую фигуру, другой – вторую, положение рук меняется.Дети учатся сгибать и разгибать пальцы поочерёдно правой и левой рукой | С детьми разучивается стихотворение, потешка или считалка. Детям предлагают вспомнить, как они показывали животное пальчиками, руками. Затем делается акцент на основное действие героя. При выполнении движения дети должны сохранять пальцы в нужном положении |
| С 4 до 5 лет | Дети выполняют разные фигуры и движения правой и левой рукой.Дети сжимают и разжимают пальцы обеих рук вместе и поочерёдно. Дети составляют фигуру из обеих рук, совмещая пальцы | При выполнении фигуры обращается внимание на правильное положение пальцев, кисти рук |
|  |  |  |
| С 5 до 7 лет | Дети рассказывают руками стихи, потешки с частой сменой фигур. Совмещают пальцы одной руки поочерёдно (1 – 2, 1 – 3, 1 – 4, 1 – 5). Затем другой рукой обеими руками параллельно.Составляют из пальцев фигурки животных с использованием дополнительных материалов (шарик, платочек, карандаш и т.д.) | Обращать внимание на качество составления фигуры, координированность движений отдельных пальцев и всей кисти, умение удержать предмет |

1. 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:
2. сочетались сжатие, расслабление, растяжение пальцев;
3. 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.

 Наибольший интерес представляют игры:
4. на расслабление;
5. в которых активную роль играют безымянные пальцы и мизинцы;
6. на разнотипные движения рук (пальцы одной руки делают одно, другой руки – другое).
Таким образом, приведём перечень некоторых игр (для игр со словами даны первые строчки текста, для игр без слов – краткое описание движений; помимо народных игр включены и авторские, имеющие широкое распространение).
* Сорока-белобока кашу варила…
* В гости к пальчику большому приходили прямо к дому…
* Идёт коза рогатая, идёт коза бодатая…
* Этот пальчик – дедушка, этот пальчик – бабушка…
* Мальчик-пальчик, где ты был? С этим братцем в лес ходил…
* Мы капусту рубим-рубим, мы капусту трём-трём…
* Этот пальчик в лес пошёл, этот пальчик гриб нашёл…
* Утро настало, солнышко встало. Эй, братец Федя, разбуди соседей!..
* Засиделись в избушке братцы. Захотел меньшой прогуляться…
* «Мама, мама!» - «Что, что, что?» - «Гости едут!» - «Ну и что?..»
* Стала Маша гостей созывать: «И Иван приди, и Степан приди»…
* У бабы Фроси пять внучат. Все каши просят, все криком кричат…
* «Тук-тук!» - «Кто там?» - «Два солдата пришли переночевать!..»
* У Маланьи у старушки жили в маленькой избушке семь сыновей…
* Я по лавочке иду, перстенёчек хороню в матушкин теремок…

Вышел козёл из новых сеней. Наставил рожок: «Дай пирожок!..»

* Маша-хозяйка сметлива была, всем в избе работу нынче задала…
* Бабушка кисель варила на горушечке, в черепушечке…
* «Чья копна на моей копне?» - «Моя!» - «Скинь долой, поезжай домой!..»
* «В баньку впустишь?» - «Водички нет!..»
* Сунь-ка пальчик – выскочит зайчик! (Она же - «Колодчик».)
* «Моя пашет!» - «И моя пашет!» - «Моя сеет!» - «И моя сеет!..»
* На двери висит замок. Кто его открыть бы смог?..
* Мы делили апельсин. Много нас, а он один…
* Две сороконожки бежали по дорожке…
* *Прижми большак*. Правые руки двоих играющих сцепляются. Большой палец каждого старается прижать сверху тот же палец соперника.
* *Паучок.*Указательный палец левой руки смыкается с большим пальцем правой руки, указательный палец правой руки – с большим пальцем левой руки. Нижняя пара пальцев размыкается, затем смыкается над верхней. Затем те же движения в паре с большим пальцем поочерёдно проделывают остальные пальцы.
* *Моторчик.* Руки сцеплены в замок, большие пальцы крутятся вокруг друг друга, всё быстрее и быстрее, не задевая ладонь.
* *Перетяжечки*. Двое играющих сцепляются тремя или двумя пальцами рук; каждый старается перетянуть соперника.
* *^ Камень, ножницы, бумага.* Два игрока одновременно выбрасывают вперёд руки, сложенные в одной из трёх позиций: кулак – камень, ладонь – бумага, разведённый указательный и средний – ножницы. Камень сильнее ножниц, бумага сильнее камня, ножницы сильнее бумаги.
* *Колечки.* Сомкнутые большой и средний палец правой руки – большое кольцо, сомкнутые мизинец и большой левый пальцы – малое. Пальцы обеих рук одновременно начинают движения, поочерёдно смыкаясь с большими пальцами так, чтобы на правой руке получилось малое кольцо, а на левой руке – большое.
1. Группы пальчиковых игр и их назначение
С моей точки зрения, пальчиковые игры разнообразны по содержанию, поэтому мы разделили их на группы и определили назначение.
2. ***Игры – манипуляции****.*
«*Ладушки-ладушки…», «Сорока-белобока…*» - указательным пальцем осуществляют круговые движения.
«*Пальчик-мальчик, где ты был?..», «Мы делили апельсин…», «Этот пальчик хочет спать…», «Этот пальчик – дедушка…», «Раз, два, три, четыре, кто живёт в моей квартире?..», «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.
3. ***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.
*«Ёлка»* - ладони от себя, пальцы в «замок» (ладони под углом друг к другу). Пальцы выставляют вперёд, локти к корпусу не прижимаются.
К этой группе относятся также упражнения, которые позволяют детям изображать предметы транспорта и мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревьев.
4. ***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.*
5. ***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 и т.д. 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.
6. ***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.
 *«Надеваем перчатки»* - большим и указательным пальцами правой и левой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.
 *«Засолка капусты»* - движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движения обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.
 *«Согреем руки»* - движения, как при растирании рук.
 *«Молоточек»* - фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки «забивать» гвозди.
 *«Гуси щиплют травку»*- пальцы правой руки пощипывают кисть левой.
 Для более эффективного самомассажа кисти рук используются грецкий орех, каштан, шестигранный карандаш, массажный мячик.
7. ***Театр в руке.***
 Позволяет повысить общий тонус, развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.
*«Бабочка»* - сжать пальцы в кулак и поочерёдно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения («трепетание пальцев»).
*«Сказка»* - детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец – какой-либо персонаж.
*«Осьминожки»* - правая рука, осторожно и по очереди передвигая свои щупальцы-пальцы, путешествует по морскому дну. Навстречу движется осьминог – левая рука. Увидели друг друга, замерли, а потом стали обследовать морское дно вместе.

 Заключение
 Как вы думаете, почему пальчиковые игры стали фантастически популярны в наши дни?
 Известно, что между речевой и общей двигательной системой человека существует тесная связь. Такая же тесная связь установлена между рукой и речевым центром мозга. Гармонизация движений тела, мелкой моторики и органов речи способствует формированию правильного произношения, помогает избавиться от монотонности речи, нормализовать её темп, учит соблюдению речевых пауз, снижает психическое напряжение. Известно и то, что в последние 5 – 10 лет уровень речевого развития детей заметно снизился. Почему? Родители меньше говорят с детьми, потому что многие из них страшно заняты на работе. Дети и сами меньше говорят, потому что больше смотрят и слушают (теле – аудио – видео…) они редко делают что-то своими руками, потому что современные игрушки и вещи устроены максимально удобно.
 Итак, подводя итоги, можно констатировать следующее.
 Пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться. Помимо этого, пальчиковые игры расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

 Игры с пальчиками – это не только стимул для развития речи и мелкой моторики, но и один из вариантов радостного общения с близкими людьми. Когда мама для пальчиковой игры берёт малыша на руки, сажает на колени, обнимая, придерживает, когда она трогает его ладошку, поглаживает или щекочет, похлопывает или раскачивает, ребёнок получает массу необходимых для его эмоционального и интеллектуального развития впечатлений.

Список литературы:

1. Агаян, Г.Г. Мы топали, мы топали [Текст]: учеб, пособие для родителей и воспитателей / Г.Г. Агаян. – Дмитров: Карапуз, 2003. – 20 с., ил.
2. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ [Текст]: практич. пособие / Сост. Л.В. Белкина. – Воронеж «Учитель», 2004. – 236 с.
3. Александрова, Т.В. Сказки на кончиках пальцев. Пальчиковые игры по мотивам народных песен и сказок [Текст] / Т.В. Александрова // Дошкольная педагогика. – 2008. - №7. – С. 33-37.
4. Давыдова, О.И. Адаптационные группы в ДОУ [Текст]: метод, пособие / О.И. Давыдова, А.А. Майер. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 128с.
5. Игры для малышей от 2 до 6 лет [Текст] / Сост. Р. Граббет. – М.: Росмэн, 1999. – 160 с., ил.
6. Коноваленко, В.В. Артикуляционная и пальчиковая гимнастика [Текст]: Комплекс упражнений / В.В. Коноваленко, С.В. Коноваленко. – М.: ООО «Гном-пресс», 2000. – 18с., ил.
7. Лопухина, И.С. Логопедия – речь, ритм, движение [Текст]: Пособие для логопедов и родителей / И.С. Лопухина. – СПб.:Дельта, 1997. – 256 с., ил.
8. Любина, Г. Как учить стихи… играючи [Текст] / г. Любина // Дошкольное воспитание. – 2000. - №1. – С. 56-58.
9. Оригинальные пальчиковые игры [Текст] / Сост. Е.Ф. Черенкова. – М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», 2008. – 186 с.
10. Прищепа, С. Мелкая моторика в психофизическом развитии детей [Текст] / С. Прищепа, Н. Попкова, Т. Коняхина // Дошкольное воспитание. – 2005. - №1. – С. 60-64.

11. Рузина, М.С. Страна пальчиковых игр [Текст]: развивающие игры и оригами для детей и взрослых / М.С. Рузина, С.Ю. Афонькин. – СПб.: Кристалл, 1997. – 336 с., ил.

12.Соколова, Г. Для девочек и мальчиков гимнастика для пальчиков [Текст] / Г. Соколова // Дошкольное воспитание. – 2005. - №6. – С. 34-36.

Приложение 1
**Разминка для ручек.**
(занятие для первой младшей группы)
**Цель**: создать положительный эмоциональный настрой, учим выполнять в соответствии с текстом движения, продолжаем развивать внимание, зрительную и слуховую память
**Материал**: нарисованное солнце.
**Ход работы**
(Предварительно расположить солнышко вдалеке от детей)
**Педагог**:
Ребята, сегодня мы пойдём гулять с солнышком. Спустись к нам, солнышко! (В это время показываем детям и просим повторить за вами: *поставить руку на локоть и широко растопырить пальцы*). Вот оно. Улыбается вам. Вот у солнышка лучики. (*Пошевелите пальцами и попросите детей сделать так же*).
Набежали тучки (*загибаем мизинчик*). Один лучик спрятался за тучку (*загибаем безымянный и далее поочерёдно все пальчики на двух руках*). И этот лучик спрятался, и этот… (*Показываем кулачки*). Совсем скрылось солнышко. Ничего не видно (*прижимаем кулачки к глазам*), темно. А вот оно снова показалось из-за тучки. (*Раскройте ладошки и расслабленно встряхните пальчиками – дайте им отдохнуть*).
Выглянуло солнышко, и тепло стало. (*Потрите ладошки друг о друга. Посмотрите на свои ладошки, покрутите-повертите ими, «посверкайте» лучами – пошевелите пальцами*). Весело сияет солнышко, сверкает лучиками. Поднимается солнышко высоко-высоко. (*Тянемся выше-выше – «растём»*). И мы растём, тянемся до солнышка.
Солнышко зовёт нас на зарядку. Вот это да! Встанем ровненько, ручки вытянем по «швам». И будем внимательно слушать стишок. Он подскажет, что нужно делать.

На зарядку солнышко зазывает нас.
Мы поднимем ручки
По команде: «Раз!»
Шелестит над нами весело листва.
Опускаем руки мы
По команде: «Два!»
Солнышко просит повторить зарядку ещё раз. Вы не устали? Тогда начнём. Только будьте внимательны, поднимайте и опускайте руки по команде.

Приложение 2
(занятие можно ориентировать на первую младшую и вторую младшую группы)
**^ Разминка для пальчиков**.
**Цель**: расширяем кругозор и словарный запас детей, продолжаем развивать мелкую моторику руки, умение чётко следовать тексту.
**^ Ход работы**
**Педагог**: Ой, что-то пальчики наши задремали. Давайте растормошим, разбудим каждый пальчик. (*Повторяя стихи, массируем снизу вверх каждый пальчик и, дойдя до кончика пальца, слегка его прищипываем*).

Здравствуй, пальчик,
Здравствуй, мальчик!
С добрым утром,
С ясным днём!
После зарядки умоемся, приведём себя в порядок. (*^ Крутим попеременно правой и левой кистью, как бы раскручивая краны*). Открываем воду.
Ай лады, лады, лады, *хлопаем в ладоши*
Не боимся мы воды, *мотаем головой*
Чисто умываемся, *имитируем умывание*
И маме (папе, бабе) улыбаемся. *^ Смотрим в глазки.*
Молодцы ребята, хорошо мы с вами поработали. А в награду я хочу вам рассказать одну историю. Только мне понадобится ваша помощь. Вы должны повторять за мной все движения. А история называется…
Кошка и горшок с молоком.
В кухне под столом *Складываем большой и*

Стоит крышка с молоком. *все остальные пальцы левой*
*руки в кружок*.
К крынке кошка подошла, *«Идём» указательным и средним*
*пальцами правой руки*.
Сверху сливки попила *Указательным пальцем делаем*
*«лакающие» движения в кружке,*
*изображающем горшок.*
Глубже сунулась в горшок: *^ Засовываем палец глубже* *в*
- Молочка напьюсь я впрок! *кружок-горшок.*
Что случилось? Ой-ой-ой!
Кошка крутит головой, *Крутим головой*.
Налакалась молочка - *Пытаемся вытянуть палец из кружка*.
Не уйти ей из горшка!
С головы горшок не слез.
С ним и убежала в лес! *^ Топоча пальцами обеих рук по столу,*
*показываем, как кошка убежала.*

Приложение 3
(занятие можно ориентировать на первую младшую и на вторую младшую группы)
Утром, после комплекса гигиенических процедур, детям можно предложить выполнить разминку для язычка.
**^ Разминка для язычка**
**Цель:** продолжаем с помощью артикуляционной гимнастики формировать у детей правильное произношение звуков и вырабатываем полноценные движения губ, языка, челюсти. Продолжаем тренировать движения пальцев и кисти рук, стимулируя тем самым речевое развитие детей.
**^ Ход работы**
**Педагог:** Вот мы стали чистые, зайчики пушистые. Пора что-нибудь поесть, подкрепиться. Для этого нужно разбудить язычок, который живёт у нас в домике-ротике. Проверьте, есть он у вас? Ну-ка, покажите мне язычок. Показываем язычок и снова прячем. Э-э, да он решил с нами поиграть в прятки. Поиграем? (*Дети несколько раз показывают язычок и быстро прячут*). Здорово у вас получается.
Что же мы будем с вами есть? А, вот что – кашу. (*^ Понарошку черпаем кашу ложкой и едим её*).
После еды надо почистить домик-ротик. Принимайся за работу, язычок! (*Протираем язычком нёбо-«потолок». Затем щёчки так, чтобы снаружи можно нащупать шишку. Чистим зубки, проводя язычком сначала по верхнему ряду зубов, затем по нижнему, снаружи и изнутри. Облизали губки. Сглотнули слюну*.) Порядок!
Можно отправляться гулять. Наши ладошки теперь станут ножками. (*^ Повернём ладошки вниз и медленно пойдём. Ритмично «топаем» поочерёдно ладошками-ножками по столу или по коленям*).
Мы топали, мы топали,
До тополя дотопали,
До тополя дотопали,
Аж ножки все оттопали.
Посмотрите на ладошки, стряхните пылинки, чтобы ручки отдохнули, и продолжаем прогулку, ускоряя темп. (*^ Упражнение повторяется три раза, на второй и третий раз стихотворение читается в убыстряющемся темпе*).

Приложение 4
(занятие можно ориентировать на среднюю и старшую группы)
**^ Пальчиковая игра с использованием элементов оригами**
**Цель:** учить изготавливать модели из бумаги с применением приёмов оригами и действовать с ними. Совершенствовать точность мелких движений руки.
**^ Ход работы**
**Педагог**: Сегодня мы научимся делать стакан, но не совсем обычный. Как вы думаете, что может быть необычного в этом стакане?
**Дети**: Стакан может быть большим или маленьким.
**Педагог**: Правильно. Но есть ещё одна особенность, которая отличает наш стакан от обычного. Это материал – не стекло, не керамика, не пластмасса и даже не дерево, а… всего лишь бумага.
Я стаканчик необычный.
Может быть, и непривычно
Из бумаги пить водицу,
Зато можешь ты напиться,
Если сделаешь меня,
Обойдусь без клея я.
Послужу на славу я,
Себя не пожалею.
Дети под руководством воспитателя делают стаканчики (схема изготовления приведена ниже). Желающие могут налить воду в стакан, при желании попить. Изделие, выполненное из квадрата достаточно большого размера, может стать удобным настенным «карманом» для открыток, раздаточных карточек и др. «Карман» может выполнять роль почтового ящика, из которого дети по ходу игры достают письма, заранее подготовленные воспитателем.

Если сделать пять пар маленьких стаканчиков-колпачков для пальцев, то можно предложить детям такую игру.
Пять помощников у нас
Есть в резерве. Каждый раз,
Лишь возьмёмся мы за дело,
Глянь – и дело закипело!
Бреют, клеят и стирают,
Месят, гладят, убирают
И работают всегда
Быстро, ловко, господа!
Шляпками накрою я
Пальцы все. Мои друзья
Поиграют в прятки (*дети надевают колпачки на пальцы*).
А покажутся они,
Сделают зарядку (*снимают колпачки*).
Раз и два (*большие пальцы правой и левой рук «здороваются»*)*.*
И три, четыре (*указательные пальцы «здороваются»*).
Есть хозяева в квартире (*хлопают в ладоши*).
Пять и шесть (*средние пальцы «здороваются»*).
Забот не счесть (*хлопают в ладоши*).
Семь и восемь (*безымянные пальчики «здороваются»*).
Вас попросим (*хлопают в ладоши*).
Десять, девять (*мизинцы «здороваются*»).
Хлопать вместе (*хлопают в ладоши*).

Приложение 5
Фрагмент занятия по развитию речи
(занятие ориентировано на детей старшей группы)
**Тема: Заучивание наизусть стихотворения «Две синички»**
 Сначала воспитатель читает выразительно весь текст, а затем предлагает его разыграть, изобразить. Педагог показывает, как сделать руки «гнёздышком», и просит представить, что там, в гнёздышке, живут маленькие, дрожащие синички. Ими можно полюбоваться, поднести к лицу и согреть своим дыханием, прижать к себе, а затем вместе с воспитателем произносить слова и повторять движения. (Каждый воспитатель может придумать свои движения.)
Сидят в гнезде две птички, *^ Руки детей, изображающие гнёздышко*,
Две маленьких синички. *прижаты к груди, они согревают*
Сидят, прижавшись тесно: *птичек, которых полюбили.*
Тепло в гнезде им вместе.
Но вот одна проснулась. *^ Одна рука изображает пальцами движе -*
Проснулась, встрепенулась, *ния крыльев, затем взлетает «вверх».*
И песенку запела, *Вторая – у груди.*
И к солнышку взлетела.
Вторая вот проснулась, *^ Вторая рука повторяет движения первой.*
Проснулась, встрепенулась,
И песенку запела,
И к солнышку взлетела.
И вот синички вместе *Руки с пальцами-крыльями двигаются*
Под солнышком летают. *над головой, изображая полёт птиц*
Их солнышко своими *навстречу друг другу.*
Лучами согревает.
Вот вечер наступает, *^ Руки плавно опускаются. Дети могут*
И солнышко садится. *присесть на корточки («солнце село»).*
Пора домой синичкам
Под вечер возвратиться.
Сидят в гнезде две птички, *^ Руки снова складываются гнёздышком*
Две маленьких синички. *и прижимаются к груди.*
Сидят, прижавшись тесно:
Тепло в гнезде им вместе.
 Это стихотворение можно читать много раз, и дети часто сами повторяют его, «приспосабливая» и под «тихий час», и под упражнения на зарядке, и под игры на улице. Главное, чтобы это была игра, в которой дошкольники «внутренним взором» видели, какие у птичек пёрышки, клювики, глазки, как они летают, поют, спят, отогревали их своим дыханием, прижимали к гуди. Всё это полезно для развития образной памяти, речи, эмоциональной сферы. Общение между воспитателем и детьми получается позитивным.

Приложение 6
Использование пальчиковой гимнастики в режиме дня

1. **Утром с небольшой подгруппой детей или индивидуально.**
Здравствуй, солнце золотое!
Здравствуй, небо голубое!
Здравствуй, вольный ветерок,
Здравствуй, маленький дубок!
Мы живём в одном краю –
Я вас всех приветствую! (*пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая их кончиками*).
2. **Во время утренней гимнастики.**

 Перед выполнением общеразвивающих упражнений с предметами (обруч, гимнастическая палка, кубик и др.) детям предлагают «поиграть с предметом», например, передавать мяч из рук в руки. В это время педагог спрашивает у детей: «Какой мяч?» (*Ровный, гладкий, круглый, красивый, резиновый и т.д.*) Если детям предлагают комплекс физических упражнений без предметов, то используется *разминка «Замок»:*
На двери висит замок (*ритмичные соединения пальцев рук в замок*),
Кто его открыть бы смог?
Потянули (*руки тянуться в стороны*),
Покрутили (*круговые движения пальцев от себя*).
Постучали (*основания ладоней стучат друг о друга*)
И открыли (*разомкнули пальцы*).

1. **На физкультминутках (три – четыре упражнения).**

 Разминка начинается с упражнений для крупных мышц верхнего плечевого пояса (плечо, предплечье), поскольку на занятии, как правило, устаёт вся рука, а не только кисть. Детям предлагаются махи прямыми руками, круговые движения плечами, локтевыми суставами. Далее следует разминка для пальцев. Она начинается с хватательных движений – сжать пальцы в кулак, разжать (как двумя руками сразу, так и поочерёдно каждой рукой). Затем детям предлагают сюжетные пальчиковые упражнения: сначала с несложным движением («Пальчики здороваются» или «Коготки»), далее в сочетании с самомассажем кисти с помощью пальцев другой руки («Надеваем перчатку») и предметов – прокатывание карандаша, грецкого ореха.
 На достаточно сложных занятиях, которые требуют высокой умственной активности детей, используются пальчиковые кинезиологические упражнения – из серии «гимнастика мозга».

1. **^ На физкультурных занятиях.**

На учебно-тренировочных занятиях пальчиковые упражнения выполняются в начале комплекса общеразвивающих упражнений, а самомассаж кисти с помощью массажных мячей – в заключительной части.
 На занятиях с использование тренажёров и фитболов (коррекционных мячей) также используются упражнения для пальцев. Исходное положение может быть различным: стоя, сидя на полу («поза факира»),сидя на гимнастических мячах и др.
Ну-ка, братцы, за работу (*поочерёдно разгибать пальцы, начиная с большого*).
Покажи свою охоту:
Большаку дрова рубить,
Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А тебе посуду мыть.
А потом всем песни петь,
Песни петь да плясать (*энергично шевелить всеми пальцами*),
Наших деток забавлять.
 С целью формирования у детей представлений о своём организме и практических умений по уходу за ним используются движения пальцев кисти в сочетании с движением рук.
Кто зубы не чистит,
Не моется с мылом (*пальцы рук поочерёдно, начиная с указательного, «здороваются» с большими пальцами*),
Тот вырасти может
Болезненным, хилым (*ладони ставятся одна над другой, изображая рост ребёнка*).
Дружат с грязнулями
Только грязнули (*пальцы рук соединены в замок*),
Которые сами
В грязи утонули (*движения, имитирующие пловца*).
У них вырастают
Противные бяки (*пальцы сжать в кулак, затем выпрямить, руки согнуть в локтях, ладони друг за другом около носа*),
За ними гоняются
Злые собаки (*руки вперёд, правая ладонь лежит на левой ладони, пальцы чуть согнуть, каждый палец правой руки касается одноимённого пальца левой руки*).
Грязнули боятся
Воды и простуд
А иногда и вообще не растут (*руки скрещены на груди, согнуться, выпрямиться, поднять руки вверх*).
 В конце физкультурного занятия традиционно проводится комплекс упражнений для рук и пальцев «Как живёшь?»
Как живёшь?
- Вот так! (*^ Большие пальцы обеих рук – вверх, остальные собраны в кулак*).
А плывёшь?
- Вот так! (*Руками изображают движения пловца*).
Как бежишь?
- Вот так! (*^ Руки согнуть в локтях, движение вдоль туловища*).
Вдаль глядишь?
- Вот так! (*Поочерёдно прикладывать ладони ко лбу*).
Машешь вслед?
-Вот так! (*^ Энергичные движения кистями рук*).
Ночью спишь?
- Вот так! (*Ладони под голову*).
А шалишь?
- Вот так! (*Кулачками обеих рук хлопнуть по надутым щёчкам*).

1. **Перед обедом, когда дети ожидают приглашения к столу**

 Детям очень нравится показывать «театр в руке»: «На солнечной поляне стоит домик. В нём живёт кошка. Она любит сидеть на своём стуле за столом. Но вдруг появилась мышка. Кошка побежала за ней. Мышка прыгнула на пароход, а кошка села в лодку. Приплыли они в густой лес, в котором растут зелёные, пушистые ели…» (*дети сопровождают текст движениями рук и пальцев*).

1. **^ На прогулке в тёплое время года.**

После наблюдения за живыми и неживыми объектами детям предлагается с помощью пальцев руки изобразить дом, скворечник, собаку, цепочку, дерево и др. пальчиковые упражнения целесообразно использовать в конце прогулки.
«*Гусь*»
Гусь гнездо своё чинил,
Гусь считалку сочинил,
И гогочет, и гогочет:
Заучить считалку хочет!
«*^ Зайчик – кольцо*»
Прыгнул заинька с крылечка
И в траве нашёл колечко.
А колечко непростое –
Блестит, словно золотое.

1. **В зачине подвижной игры или в ходе игры.**

Например, в игре «Дельфин и рыбки» дети на каждую строчку зачина выполняют движения руками.
В море бурном, в море синем (*кисти рук на уровне лица, ладони вниз, пальцы переплетены, волнообразное движение, начиная с правого плеча*)
Быстро плавают дельфины (*волнообразное движение руки, согнутой в локте, кисть на уровне плеча*).
Не пугает их волна,
Рядом плещется она (*рука согнута в локте, на уровне лица, волнообразные движения кистью*).
 В подвижной игре «Ловля обезьян» при помощи пальцев рук ребёнок изображает обезьяну (*руки согнуты в локтях и разведены в стороны – сжимание и разжимание кулачка, скрещивание рук перед лицом и одновременно сжимание и разжимание пальцев; руки согнуты в локтях, кисти рук друг за другом на уровне носа, ладонями в стороны, пальцами вверх – «обезьянка дразнится»*).

1. **С добрым утром!**

 Для создания у детей положительного психоэмоционального настроения применяются упражнения: «Пальчики здороваются», «С добрым утром!» и самомассаж пальцев «Помоем руки».
С добрым утром, глазки!(*^ Поглаживаем веки глаз*.)
Вы проснулись?(*«Смотрим в бинокль»*.)
С добрым утром, ушки!(*Поглаживаем ушки*.)
Вы проснулись?(*Прикладываем ладонь к ушкам*.)
С добрым утром, ручки!(*^ Поглаживаем кисти рук*.)
Вы проснулись?(*Хлопаем в ладоши.)*
С добрым утром, ножки!(*Поглаживаем ноги*.)
Вы проснулись? (*Притопываем.*)
С добрым утром, солнце! (*^ Руки раскрываются навстречу солнышку*.)
Мы проснулись! (*Голову слегка запрокинуть и широко улыбнуться*.)