

Е. Ф. Архипова

Для чего нужна пальцевая гимнастика ребенку?



Архипова Елена Филипповна – доктор педагогических наук, профессор кафедры логопедии дефектологического факультета МПГУ (Москва, Россия)

В статье разбираются вопросы развития тонкой моторики пальцев рук и кисти ребенка, значение пальцевой гимнастики для развития речи ребенка. Рассматриваются вербальные и невербальные компоненты коммуникации. Подробно представлены возрастные особенности развития тонкой моторики рук ребенка от рождения до начала школьного возраста. Отмечаются особенности и недостатки тонкой моторики рук детей с речевыми нарушениями. Предлагаются приемы развития тонкой моторики пальцев рук. Прогнозируются положительные результаты в развитии ребенка при систематичном применении пальцевой гимнастики. Автор дает характеристику разным видам пальцевой гимнастики: пассивной, пассивно-активной и активной. Приводятся рекомендации по выполнению пальцевой гимнастики. Дается краткая характеристика типов пальцевых игр.

Ключевые слова: пальцевая гимнастика, вербальные и невербальные средства коммуникации, кинесика, интонационно-выразительные средства речи, тонкая моторика рук, синкинезия, дети с речевыми нарушениями, стереогноз.

What Do Children Need Finger Gymnastics for?

Elena F. Arkhipova, Doctor of Pedagogy, Professor at the Speech Therapy Department, Defectology Faculty, Moscow State Pedagogical University (Moscow, Russia)

This article analytically discusses questions of children's fine motor skills (fingers and wrist) development, and the significance of finger gymnastics for language development in children. Verbal and non-verbal components of communication are examined. Developmental milestones of fine motor skills for children from birth to primary school are pinpointed. Particularities and weaknesses of fine motor skills of children with speech disorders are distinguished. Specialized strategies for promoting the children's fine motor development are offered. Positive results are expected upon the systematic implementation of finger gymnastics. The author characterizes the different types of finger gymnastics: passive, passive-active and active. The article gives recommendations on how to incorporate finger gymnastics into everyday life. It also gives a brief description of the types of finger games.

Keywords: finger gymnastics, verbal and non-verbal communication, kinesics, intonation and expressive means of a language, fine motor skills, children with speech disorders, stereognosis.

Движения пальцев рук с давних времен тесно связаны с речевой функцией. Первой формой общения первобытных людей были жесты. Особенно велика здесь была роль руки – она давала возможность путем указывающих, очерчивающих, оборонительных, угрожающих и других движений развить тот первичный язык, с помощью которого люди объяснялись.

Позднее жесты стали сочетаться с возгласами, выкриками. Прошли тысячелетия, пока развилась словесная речь, но она долгое время оставалась связанной с жестовой речью.

Сейчас в процессе общения человек использует три составляющих коммуникации. Первая составляющая коммуникации: слова для передачи смысловой информации, из которых составляются предложения. Вторая



составляющая коммуникации – это невербальные средства. К невербальным средствам относится «кинесика», то есть выразительные жесты, мимика, позы тела. Третья составляющая коммуникации – это интонационно-выразительные средства. К ним относятся тембр, темп речи, интонации, логическое ударение, паузы, модуляции голоса, речевое дыхание.

Ученые установили процентное соотношение значимости этих трех составляющих коммуникации. Так, процент значимости первой составляющей коммуникации (словесная речь) – всего 5–7%. На вторую составляющую коммуникации («кинесики») приходится 50% значимости. А на третью (интонационно-выразительные средства) – 45%. Как видно из этих данных, и сегодня при речевом общении движения, то есть «кинесика», занимает ведущее место. «Кинесика» является мощным невербальным (неречевым) средством общения.

Ребенок в процессе овладения и становления речи проходит этот же исторический путь, но за очень короткий период. Для полноценной коммуникации он должен овладеть тремя составляющими общения.

От поколения к поколению у людей совершенствовались движения пальцев рук, так как люди выполняли руками все более и более тонкую и сложную работу. В связи с этим происходило увеличение площади двигательной проекции кисти руки в человеческом мозге. Развитие функций кисти, пальцев руки и речи у людей шло параллельно.

Ученые доказали, что, с анатомической точки зрения, около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция кисти руки, которая расположена очень близко от проекции речевой зоны коры. Именно величина проекции кисти руки и ее близость к моторной зоне речи дают основание рассматривать кисть руки как «орган речи», такой же, как артикуляционный аппарат.

В связи с этим, было выдвинуто предположение о существенном влиянии тонких движений пальцев руки на формирование и развитие речевой функции ребенка. Поэтому, чтобы научить ребенка говорить, необходимо не только тренировать его артикуляционный аппарат, но и развивать тонкие движения пальцев рук.

При нормальном речевом развитии ребенка такая закономерность и прослеживается. Сначала развиваются тонкие движения пальцев рук, а затем появляется слоговой лепет,

артикуляция слогов. Все последующее совершенствование речевых навыков находится в прямой зависимости от степени тренировки движений пальцев рук.

Возрастные особенности развития тонкой моторики рук

Исследованы и описаны возрастные особенности развития тонкой моторики рук и зрительно-моторной координации ребенка с самого рождения.

После рождения ребенка до двух-трех месяцев руки ребенка могут быть сжаты в кулак, но большой палец в норме должен быть сверху, а не внутри кулака.

После трех месяцев кулаки «раскрываются» и расправленные кисти ребенка начинают схватывать то, что вкладывают взрослые в руки ребенку. Затем рука ребенка начинает тянуться к тому, что видят глаза.

После пяти месяцев у ребенка появляется «пинцетный захват», когда выделяются большой и указательный пальцы. Два пальца ребенка располагаются параллельно, и тогда ребенок начинает тянуться и захватывать мелкие предметы. Тянется к ниточкам и проявляет внимание к мелким предметам.

В возрасте **от трех до шести месяцев** ребенок активно направляет руки ко рту. Следит за движением своих рук, направляет руку к предмету и захватывает его.

После шести месяцев у ребенка появляется «щипковый захват». Пальцы рук ребенка, большой и указательный, соединяются не параллельно, а округло, наступает период, когда ребенок тренируется в щипковом захвате.

К десяти месяцам у ребенка должен появиться «указательный жест», но этому жесту и выделению отдельно указательного пальца нужно учить ребенка. Развивается «единое» поле зрения и действия. Глаза ребенка направляют движение руки. Дети перекладывают предмет из одной руки в другую, могут положить ложку в чашку, кубики в коробку.

Есть данные научных исследований, которые прогнозируют, что если ребенок прошел такой путь в развитии тонкой моторики руки до конца первого года жизни, то все мозговые структуры развиваются согласно онтогенезу, то есть норме.

Обе руки ребенка до двух лет работают одинаково. Только ближе к концу второго года жизни начинает определяться ведущая рука.

В период после года до двух лет ребенок может чертить штрихи и «каракули», хорошо держать чашку, поднимать ее и самостоятельно пить. Соотносит и помещает квадрат в квадратную прорезь, овал опускает в овальную дырочку. Может повторить изображения нескольких горизонтальных, вертикальных и округлых линий. Может сразу держать два предмета в одной руке, чертить карандашом, переворачивать страницы книги, ставить друг на друга от двух до шести кубиков.

В период от двух до трех лет ребенок может включать музыкальные игрушки, крутить пальцем диск телефона, рисовать черточки, воспроизводить простые формы, резать пластиковым ножом, рисовать по образцу крест. С большим интересом открывают ящики, коробки и опрокидывают их содержимое. Дети в этом возрасте любят играть с песком и глиной. Могут открывать закручивающиеся крышки, пробуют использовать ножницы, красят пальцем, нанизывают бусы и другие.

В период от трех до четырех лет ребенок может обводить по контурам, копировать некоторые геометрические формы. Появляется ловкость в руках, и ребенок может схватить катящийся к нему мяч. Ребенок должен держать правильно карандаш тремя пальцами, а не ладонным захватом. Дошкольник старается копировать формы несколькими чертами, собирать постройки из девяти кубиков. Может рисовать не только карандашами, но и цветными мелками. Ребенку доступно складывание квадратного листика бумаги более чем один раз.

В период от четырех до пяти лет ребенок может раскрашивать простые формы, копировать заглавные печатные буквы, рисовать человечка, изображая от двух до трех частей его тела. Старается копировать квадрат, звезду и другие формы. В этот период формируется сложная корковая функция мозга «стереогноз», и ребенок может определять предметы по форме, величине, фактуре в мешочке на ощупь, без зрительного контроля. Ребенок проявляет интерес к лепке из пластилина и выполняет задания по образцу. Овладевает навыками самообслуживания: застегивает и расстегивает пуговицы, открывает и закрывает молнии, развязывает шарф, шнурует ботинки и др. Все это возможно только при правильном развитии тонкой моторики пальцев рук.

В период от пяти до шести лет ребенок может аккуратно вырезать картинки, писать буквы и числа. Охотно дополняет недостающие детали на картинке. Ловко может бить молот-

ком по гвоздю. Может легко воспроизводить геометрические фигуры по образцу.

Возраст шести-семи лет является сенситивным периодом для развития тонких движений кисти руки, необходимых для овладения графо-моторными навыками письма. В этом возрасте, организуя различные виды деятельности, систематически применяя тренировочные упражнения, можно достичь хороших результатов в развитии моторики кисти, сформировать графомоторные навыки и подготовить руку к письму в школе.

Особенности тонкой моторики рук детей с речевыми нарушениями

Результаты исследований Н.С. Жуковой, М.М. Кольцовой, Е.М. Мастюковой, Т.Б. Филичевой подтверждают, что тренировка тонких движений пальцев рук стимулирует развитие речи.

Дети с нарушениями речи редко имеют уверенную координацию движений пальцев рук. Как правило, у них отмечается моторная неловкость, неточность движений, трудности усвоения двигательной программы и переключения, синкинезии (содружественные движения других частей тела).

Еще в середине прошлого века было установлено, что уровень развития речи детей напрямую 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 отстает, то задерживается или искажается и речевое развитие.

Исследования, проведенные М.М. Кольцовой, доказали, что движения пальцев рук стимулируют развитие центральной нервной системы и ускоряют развитие речи ребенка. Согласно результатам исследования М.М. Кольцовой, около трети всей площади двигательной проекции головного мозга занимает проекция кисти руки, которая расположена рядом с проекцией речевой моторной зоны. Систематическая работа над движениями пальцев рук действительно стимулирует созревание центральной нервной системы, что проявляется, в частности, в ускорении развития речи ребенка.

Таким образом, пальцевая гимнастика стимулирует зоны коры головного мозга, отвечающие за тонкую моторику и за речь.



Это положение объясняет рекомендации ученых включать в систему дошкольного образования мероприятия, направленные на развитие тонкой моторики пальцев рук.

Дети с речевыми нарушениями поздно и с трудом овладевают навыками самообслуживания. Многие из них не могут застегнуть пуговицу, развязать шарф и выполнить другие действия по самообслуживанию.

На занятиях по рисованию плохо держат карандаш, руки бывают напряжены. Многие дети не любят рисовать. Особенно заметна моторная неловкость рук на занятиях по аппликации и работе с пластилином.

При создании аппликаций прослеживаются еще и трудности пространственного расположения элементов. Нарушение тонких дифференцированных движений в пальцах рук проявляется при выполнении проб-тестов пальцевой гимнастики.

Дети затрудняются или просто не могут без посторонней помощи выполнять движения по подражанию, например, «замок» – сложить кисти вместе, переплетая пальцы; «колечки» – поочередно соединить с большим пальцем указательный, средний, безымянный и мизинец и другие упражнения пальцевой гимнастики.

На занятиях по оригами дети испытывают огромные затруднения и не могут выполнять самые простые движения, так как требуются и пространственная ориентировка, и тонкие дифференцированные движения пальцами рук. Многие дети до пяти-шести лет не интересуются играми с мелким конструктором, не умеют играть с мелкими игрушками, не собирают пазлы.

У детей старшего дошкольного возраста отмечаются трудности при овладении графическими навыками. У некоторых детей наблюдается «зеркальное письмо букв». У многих детей отсутствует пальцевой захват карандаша или ручки. Сохраняется тенденция к ладонному захвату карандаша.

У большинства детей старшего дошкольного возраста отмечается общее напряжение пальцев рук и кисти при рисовании. Из-за подобного напряжения ребенок быстро устает, а линии, отражающие это напряжение, становятся неровными, волнистыми. Чем больше будет стараться ребенок, тем больше будет на бумаге отражаться тремор – дрожание руки.

Многие исследования подтверждают, что уровень развития речи всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук.

Известный педагог В.А. Сухомлинский утверждал, что «ум ребенка находится на кончиках его пальцев», поэтому совершенствование мелкой моторики детей способствует развитию их речи и интеллекта.

Аристотель утверждал, что «Рука – это инструмент всех инструментов». Кант говорил: «Рука – это своего рода внешний мозг».

Английский психолог Д. Селли также придавал большое значение «созидательной работе рук» для развития мышления и речи детей.

Современные ученые установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук, а совершенствование речи непосредственно зависит от степени тренировки рук.

Известный невролог и психиатр В.М. Бехтерев писал, что функция движения руки всегда тесно связана с функцией речи, и развитие первой способствует развитию второй.

Даже исследования физиолога И.П. Павлова показали, что речь – это, прежде всего, мышечные ощущения, которые идут от речевых органов и от движений пальцев в кору головного мозга.

Если посмотреть медицинский атлас и найти «карту» головного мозга, можно увидеть, что двигательная речевая область расположена совсем рядом с двигательной областью руки. Величина зоны проекции кисти и ее близость к моторной речевой зоне навели ученых на мысль о том, что тренировка тонких движений пальцев рук окажет большое влияние на развитие активной речи ребенка.

Исследователи, изучающие моторное развитие детей, отмечают следующие факты. Если ребенка просят производить точные движения, он сразу начинает утомляться, отвлекаться и стремится уклониться от задания. Неспособность к точности зависит от недоразвития корковых механизмов и от недостатка выработки «формул» движения, то есть из-за отсутствия тренировок. Кажущаяся двигательная активность и неумоимость ребенка связана с тем обстоятельством, что он не производит продуктивных рабочих движений, требующих точности, а следовательно, и большой затраты энергии.

Тонкая моторика требует координированной двигательной деятельности мелких мышц руки и глаза. Ее необходимо осваивать постепенно. Навыки тонкой моторики помогают

ребенку исследовать, сравнивать, классифицировать окружающие его вещи и тем самым позволяют ему лучше познать мир, в котором он живет. Благодаря навыкам тонкой моторики ребенок может самостоятельно обслуживать себя, выражать себя через игру, пластику, приобрести социальный опыт.

В ряде исследований большое внимание уделяется вопросу, является ли развитие моторики ребенка следствием естественного созревания соответствующих структур или же это есть результат научения.

Сделанные выводы говорят о том, что и естественное созревание и научение являются одинаково значимыми для формирования моторики ребенка. Особенно это касается моторики пальцев рук.

В овладении движениями рук большую роль играет подражание. Различают три вида подражательных реакций: это повторение собственных движений, знакомых движений взрослого, новых движений.

По мнению Л. С. Выготского, рисование «есть своеобразная графическая речь, графический рассказ о чем-либо». Специальные исследования показали, что есть своеобразный критический момент, когда простое чирканье карандашом и бессмысленные каракули начинают обозначать что-то.

Развитие умения рисовать

В полтора года ребенок крепко зажимает карандаш в ладони, это очень ограничивает движения. В этом возрасте он не пытается еще изобразить что-то определенное, просто получает радость от самого процесса.

В два-три года ребенок, как правило, держит карандаш сверху, зажимая его в ладони, движения еще спонтанные, почти не ограничиваются. Примерно с трех лет линии становятся более определенными, менее разбросанными и не повторяются бессмысленно. Увеличивается координация при выполнении вертикальных движений, но еще плохо выполняются имитационные движения. Овалы получаются неровными, но на рисунках их уже много: человек, солнышко, колеса и другие.

В три-четыре года ребенок умеет правильно держать карандаш и довольно свободно манипулировать им. Совершенствуется координация движений и зрительно-пространственное восприятие. Дети начинают хорошо копировать. Они умеют передавать пропорции фигур,

ограничивать протяженность линий и рисовать их относительно параллельными.

В пять лет ребенок хорошо рисует горизонтальные и вертикальные штрихи. Он способен ограничивать длину штриха, линии становятся более ровными, четкими, и этому помогает правильный способ держания ручки. Рисунки пятилетних детей показывают их способность выполнять вертикальные, горизонтальные и циклические движения. Они пытаются писать буквы.

В шесть лет дети хорошо копируют простейшие геометрические фигуры, соблюдая их размер, пропорции. Штрихи становятся более четкими и ровными, овалы завершенными. Фактически в этом возрасте детям доступны любые графические движения, любые штрихи и линии, а регулярные занятия рисованием совершенствуют движения, тренируют зрительную память и пространственное восприятие. Все это создает основу для успешного обучения письму (М.М. Безруких).

Препятствовать развитию тонкой моторики может и негативная оценка взрослыми неудач ребенка при выполнении трудных графических заданий. В результате ребенок может отказываться от подобных трудных заданий.

Нежелание ребенка рисовать может быть показателем недостаточного развития тонкой моторики пальцев рук и кисти.

Как развивать тонкую моторику пальцев рук?

В отечественном фольклоре существовало много «потешек», в которых сочетались речь и движения рук. Была подмечена взаимосвязь этих процессов. Например, в русских народных играх типа «Сорока», «Братья», «Ладушки» и др.

У детей с нарушениями речи часто наблюдается недостаточность координации мелкой моторики пальцев рук. Таким детям в обязательном порядке рекомендованы пальцевые игры и пальцевая гимнастика. Даже нормально развивающемуся в речевом плане ребенку будут полезны массаж рук, пальцевые игры.

Пальцевую гимнастику можно сопровождать для ритмизации ручных движений стихотворным текстом в исполнении взрослого. Ребенок научится понимать смысл стихотворного текста, улавливать ритм речи. В Японии, например, детям с двухмесячного возраста начинают делать гимнастику для пальцев.



Гимнастика для пальцев рук бывает пассивной, пассивно-активной и активной. Пассивная гимнастика рекомендуется как предварительный этап перед активной гимнастикой детям с низким уровнем развития мелкой моторики. Затем следует перейти к упражнениям пассивно-активной и потом активной пальцевой гимнастики.

Все упражнения проводятся в игровой форме. Сложность их должна выбираться в зависимости от уровня развития тонкой моторики рук ребенка. Пальцевые игры способствуют развитию речи и творческой деятельности ребенка.

Тренируя пальцы, мы оказываем мощное воздействие на работоспособность коры головного мозга, что в дальнейшем сказывается и на речевом развитии, и на подготовке руки к письму.

Что может дать пальцевая гимнастика ребенку?

1. Стимулировать речевое развитие и корригировать нарушения речи.
2. Способствовать улучшению артикуляционной моторики.
3. Учить умению подражать взрослым и другим детям.
4. Концентрировать внимание и правильно его распределять.
5. Развивать память, воображение.
6. Развивать тонкую моторику пальцев рук и кисти.

Перед проведением пальцевых игр нужно дать установку на игру, показать нужные движения и комбинации пальцев. Выполнять движения следует вместе с детьми и не ставить сразу несколько сложных задач. В ходе пальцевых игр дополнительно будет развиваться осязание.

Постепенно пальцевые движения будут свободными, согласованными, точными, дифференцированными. А это, в свою очередь, позволит овладеть рисуночными умениями, письмом, самообслуживанием. В перспективе высокий уровень развития тонкой моторики пальцев рук будет оказывать положительное влияние и на развитие речи.

Что же происходит, когда ребенок занимается пальцевой гимнастикой?

Выполнение упражнений и ритмичных движений пальцами рук приводит к возбуждению в речевых корковых зонах мозга. Это

способствует согласованной деятельности речевых зон.

Пальцевые игры создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи. В это время ребенок учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять.

Развивается двигательная память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения пальцев рук и последовательность движений. Это способствует развитию воображения. В результате систематических пальцевых игр кисти рук и пальцы приобретают хорошую подвижность и гибкость. Улучшается тонкая моторика рук.

Развивается межполушарное взаимодействие мозга, так как одновременно задействуются обе руки ребенка. Формируются пространственные представления.

Многие пальцевые игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз». Благодаря таким играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться.

Такие игры формируют добрые взаимоотношения между детьми, а также между взрослым и ребенком. Пальцевые игры можно рекомендовать родителям для домашнего тренинга по развитию тонкой моторики рук.

Пальцевая гимнастика может быть **пассивной, пассивно-активной и активной**.

Пассивная пальцевая гимнастика применяется с детьми, у которых низкий уровень развития движений пальцев рук. В процессе пассивной пальцевой гимнастики взрослый и ребенок выполняют все движения совместно. При пассивно-активной пальцевой гимнастике помощь взрослого фрагментарна и не в полном объеме. Активная пальцевая гимнастика предполагает самостоятельное выполнение ребенком движений на основе подражаний.

Правила пальцевой гимнастики

Начинать пальцевую гимнастику следует с ведущей руки, а затем подключают вторую руку. Нагрузка на обе руки должна быть равномерной. Каждое движение должно заканчиваться расслаблением кисти (потрясти). Пальцевую гимнастику следует проводить ежедневно, но кратковременно.

Приведем некоторые начальные игры с использованием пассивной пальцевой гимнастики.

1. Рука ребенка лежит на столе ладонью вниз. Взрослый фиксирует одной рукой его кисть, другой поочередно поднимает вверх каждый палец.

2. Рука ребенка лежит на столе ладонью вверх. Взрослый фиксирует одной рукой его кисть, другой поочередно сгибает каждый палец.

3. Рука ребенка согнута в локте и его локоть стоит на столе. Одной рукой взрослый держит руку ребенка, а другой производит круговые движения пальцев ребенка.

4. Игра «Сорока-белобока». Кашу варила, детишек кормила. Сгибают поочередно пальцы ребенка.

5. Пассивное выполнение фигурок из пальцев: домик, очки, лодка, колокольчик, кошка, заяц, коза, гусь, жук, петух и др.

Затем можно проводить пальцевую гимнастику с предметами: карандашами, шариками и др.

Рекомендации по выполнению пальцевой гимнастики

Во время пальцевых игр следует садиться друг напротив друга, так, чтобы лица взрослого и ребенка были на одной высоте и оба хорошо видели друг друга. Перед началом упражнений детям следует разогреть ладони легкими поглаживаниями. Все пальцевые игры проводятся тремя способами: взрослый выполняет движения, а ребенок смотрит. Затем взрослый выполняет движения руками ребенка. После этого ребенок пытается выполнять движения самостоятельно.

Все упражнения выполняются в замедленном темпе от 3 до 5 раз. Сначала ведущей рукой ребенка, а затем другой рукой. После этого предлагают выполнить обеими руками.

Одним из средств мотивации ребенка к пальцевой гимнастике является эмоциональный фон ее проведения. Постепенно усложнение пальцевых движений будет распространяться на все пальцы ребенка.

Регулярные, но недлительные пальцевые игры будут способствовать появлению плавных и дифференцированных движений. Речевые инструкции, которые дает взрослый при проведении пальцевой гимнастики, должны быть четкими и доброжелательного тона.

Характеристика типов пальцевых игр

Игры-манипуляции. Эти упражнения ребенок может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение. Каждый палец ребенка представляет отдельно действующего героя. «Пальчик-мальчик, где ты был?», «Мы делили апельсин», «Этот пальчик хочет спать», «Этот пальчик – дедушка» и др.

Сюжетно-пальцевые упражнения. К этой группе относятся упражнения, которые позволяют детям изображать предметы (бытовые, транспорта, мебели, диких и домашних животных, птиц, насекомых, деревья). «Пальчики здороваются» – подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (правой, левой руки, двух одновременно). «Распускается цветок» – из сжатого кулака поочередно «появляются» пальцы. «Мы капусту рубим» и др.

Пальцевые упражнения в сочетании со звуковой гимнастикой. Ребенок может поочередно 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 разнообразные звуки гласные и согласные. Синхронизация движений пальцев рук и органов артикуляции относится к технологии биоэнергопластики.

Пальцевые кинезиологические упражнения. С помощью таких упражнений активизируется работа двух полушарий мозга. Их выполнение требует от ребенка внимания, сосредоточенности. Упражнения выполняются одновременно обеими руками. «Колечко» – поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний, «Цепочка» – поочередно соединять одинаковые пальцы обеих рук и др.

Пальцевые 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 теплой водой» – движение, как при мытье рук. «Надеваем перчатки» – большим и указательным пальцами правой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз, и др.

Театр в руке. Развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение. «Бабочка» – сжать пальцы в кулак и поочередно выпрямлять мизинец, безымянный



и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения как бабочка машет крыльями. «Сказка» – детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец какой-либо персонаж.

Мы не планируем в данной статье разбирать все виды пальцевых игр для формирования тонкой моторики пальцев рук и кисти. Ограничимся перечислением видов пальцевых игр:

1. Игры-шнуровки.
2. Игры со счетными палочками, разнообразные мозаики, игры с бусинами, с вкладышами, переборка крупы.
3. Пальцевой театр с насадками-героями на пальцы.
4. Пальцевая гимнастика с маленьким колющим мячиком.
5. Игры с песком и водой.
6. Бумаготворчество.
7. Оригами.
8. Макраме.
9. Ниткография.
10. Игры с прищепками и др. ■

Литература

1. *Прищепина С.* Мелкая моторика в психофизическом развитии дошкольников // Дошкольное воспитание. – 2011. – №1. – С. 60–61.
2. Радуга: программа воспитания, образования и развития детей от 2 до 7 лет в условиях дет. сада / Под ред. Т.И. Гризик и др. – М.: Просвещение, 2013. – 141 с.
3. *Рожков О.П., Дворова И.П.* Упражнения и занятия по сенсорно-моторному воспитанию детей 2–4-го года жизни: Метод. рекомендации. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012. – 226 с.

4. *Савина Л.П.* Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. – М.: Родничок, 2012. – 185 с.

5. *Светлова И.Е.* Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук. – М.: Детство-Пресс, 2012. – 71 с.

6. *Смирнова Е.А.* Система развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста. – СПб.: Детство-Пресс, 2013. – 144 с.

7. *Солнцева В.А.* 200 упражнений для развития общей и мелкой моторики у дошкольников и младших школьников. – М.: АСТ, 2011. – 165 с.

8. *Тимофеева Е.Ю.* Пальчиковая гимнастика. – М.: Корона Принт, 2008. – 232 с.

9. *Ткаченко Т.А.* Мелкая моторика. Гимнастика для пальчиков. – М.: ЭКСМО, 2010. – 234 с.

10. *Ткаченко Т.А.* Развиваем мелкую моторику. – М.: Эксмо, 2007. – 194 с.

11. *Узорова О.В.* Игры с пальчиками. – М.: Астрель, 2008. – 154 с.

12. *Узорова О.В.* Пальчиковая гимнастика. – М.: Астрель, 2005. – 183 с.

13. Успех. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под науч. рук. А.Г. Асмолова. – М.: Просвещение, 2013. – 345 с.

14. *Цвынтарный В.В.* Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб.: Речь, 2010. – 32 с.

15. *Черенкова Е.Ф.* Оригинальные пальчиковые игры. – М.: Дом XXI век, 2014. – 187 с.

16. *Эльконин Д.В.* Психология развития. – М.: Академия, 2011. – 452 с.

Статья поступила в редакцию 7.10.2016 г.



Смотрите канал журнала «СДО» на YouTube:

<http://www.youtube.com/user/JournalPreschool>



Следите за новостями от журнала «СДО» в Instagram:

https://www.instagram.com/sdo_preschool/