

Материал подготовили:
педагог-психолог
Ситникова Е.В.
Учитель-логопед
Нестерова О.В.

Играем с пальчиками - развиваем речь.

В последнее время современные родители часто слышат о мелкой моторике и необходимости ее развивать. Что же такое мелкая моторика и почему она так важна?

Физиологи под этим выражением подразумевают движение мелких мышц кистей рук. При этом важно помнить о координации «рука-глаз», т.к. развитие мелких движений рук происходит под контролем зрения. Почему же так важно развивать мелкую моторику рук ребенка? Дело в том, что в головном мозге человека центры, которые отвечают за речь и движения пальцев расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику, мы активируем зоны, отвечающие за речь. И, кроме того, в дальнейшем эти навыки ребенку потребуются для использования движений, чтобы рисовать, писать, одеваться и т.д.

В последнее время выявляется такая закономерность: у большинства современных детей отмечается общее недоразвитие речи, одновременно моторное отставание и отставание в развитии тонких движений пальцев. Выявляется, что зачастую мышцы пальцев рук у детей слабые, дети не могут точно воспроизвести заданную позу, не могут ее удержать, не говоря уже о том, что большинство детей затрудняются в овладении таких навыков, как застегивание и расстегивание пуговиц, молнии. В чем же причина? Еще 20 лет назад родителям, а вместе с ними и детям, приходилось больше делать руками, перебирать крупу, стирать белье, вязать, вышивать и т. п. Сейчас же на каждое занятие есть по машине. Даже обувь теперь родители покупают детям на липучках, чтобы не брать на себя труд учить ребенка застегивать ее, завязывать шнурки. Следствием слабого развития общей моторики, и в частности – руки, является общая неготовность большинства детей к письму или проблемы с речевым развитием. К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой.

Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш.

Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики (пальчиковая гимнастика), воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывая о развитии элементарных навыков

самообслуживания: застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать шнурки и т. д.

В народе широко распространены поговорки, отмечающие тесную связь между, активностью кисти и психическим состоянием: «все из рук валится», «руки опускаются», «руки не доходят», «из рук вон (плохо)», «легкая рука», «с легкой руки», «правая рука (кого, чья)», и т. д. Однако большинство из нас, употребляя в быту подобные поговорки, редко задумываются над тем, насколько глубокий смысл в них заложен.

Сейчас уже известно, что на начальном этапе жизни именно мелкая моторика отражает то, как развивается ваш ребенок, свидетельствует о его интеллектуальных способностях. От того, насколько ловко научится ребенок управлять своими пальчиками в самом раннем возрасте, зависит его дальнейшее развитие.

Движения пальцев и кистей рук имеют развивающее воздействие. На ладони и на стопе находится около 1000 важных, биологически активных точек. Воздействуя на них, можно регулировать функционирование внутренних органов организма. Так, массируя мизинец, можно активизировать работу сердца, безымянный палец – печени, средний – кишечника, указательный – желудка, большой – головы.

Мелкая моторика рук взаимодействует с такими высшими свойствами сознания, как внимание, мышление, оптико-пространственное восприятие (координация), воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Учеными доказано, что развитие руки находится в тесной связи с развитием мышления ребенка. Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь.

Чтобы заинтересовать ребенка и помочь ему овладеть новой информацией, нужно превратить обучение в игру, не отступать, если задания покажутся трудными, не забывать хвалить ребенка

Специалисты в области логопедии уже давно установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени развития тонкой моторики руки. Если движения пальцев развиваются «по плану», то и развитие речи также в пределах нормы. Если же развитие пальцев отстает, отстает и развитие речи.

Почему же две эти составляющие так взаимосвязаны? Дело в том, что наши предки общались при помощи жестов, добавляя постепенно возгласы, выкрики. Движения пальцев постепенно совершенствовались. В связи с этим

происходило увеличение площади двигательной проекции кисти руки в мозге человека. Речь развивалась параллельно. Примерно так же развивается речь и мелкая моторика у ребенка, то есть сначала начинают развиваться движения пальцев рук, когда же они достигают достаточной тонкости, начинается развитие словесной речи. Развитие движений пальцев рук как бы подготавливает почву для последующего формирования речи.

Ученые доказали, что с анатомической точки зрения, около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция кисти руки, расположенная очень близко от речевой зоны. Именно величина проекции кисти руки и ее близость к моторной зоне 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 на формирование и развитие речевой функции ребенка. Поэтому, чтобы научить малыша говорить, необходимо не только тренировать его артикуляционный аппарат, но и развивать движения пальцев рук, или мелкую моторику.

Простые движения кистей рук, пальцев помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость.

Начинать работу лучше с массажа (позже - самомассажа).

Доказано, что даже самый примитивный массаж, заключающийся в сгибании и разгибании пальцев годовалого малыша,

- вдвое ускоряет процесс овладения им речью,
- способствует овладению тонкими движениями пальцев, улучшает трофику тканей и кровоснабжение пальцев рук,
- массируя пальчики, вы воздействуете на активные точки, связанные с корой головного мозга.

Продолжительность массажа 3-5 минут. Проводить массаж можно ежедневно или через день 10-12 раз. При необходимости курс можно повторить через 10-30 дней. Во время массажа можно слушать приятную, лучше классическую музыку. Пассивные движения выполняются взрослым с большой амплитудой движений, не допуская неприятных ощущений у ребенка, в медленном темпе. Во время пассивных упражнений необходимо ласково обращаться к ребенку, не вызывая у него отрицательных эмоций.

Примеры игр, в которые можно поиграть со своими детьми дома:

Прятки

Возьми короткий
карандашик
и сожми его в кулачке,
спрячь.

А теперь спрячь в другой

Родитель и ребенок
кладут на ладонь
короткий карандаш,
сжимают и разжимают
кулак...

руке.

Карандашик посжимаю

И ладошку поменяю.

- потирание ладоней одна о другую;
- потирают ладони одна о другую...

Детям раннего и младшего дошкольного возраста предлагают крупные трёхгранные карандаши.

Игры с элементами массажа

- перекатывание между ладонями предметов с неровной поверхностью (грецкий орех, граненый карандаш). Например, упражнение

Утюжок

Возьми толстый карандаш.

Положи его на стол.

«Прогладь» карандаш сначала одной ладонью, потом другой, покатай карандаш по столу:

Карандаш я покачу

Вправо-влево - как хочу.

- постукивание кончиками пальцев рук по столу; нажимание на карандаш поочерёдно кончиками пальцев.

Например, упражнение

Пианино

Прижимай карандаш, который лежит на столе, кончиком каждого пальца. Прижимай сильнее!

Перекатывание между ладонями шестигранного карандаша оказывает прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие.

- перекатывание по поверхности стола мелких предметов четырьмя пальчиками (позже - двумя пальчиками или каждым пальчиком по очереди. Можно использовать горошину, маленькую бусинку и даже маковое зернышко).

Игра с горошком

Дома я одна скучала,

Горсть горошинок достала.

Прежде чем игру начать,

Надо пальчику сказать:

- Пальчик, пальчик, мой хороший,

Ты прижми к столу горошек,

Покрути и покатай

И другому передай.

Внимание! Во время игр с мелкими предметами не оставляйте малыша без присмотра!

Массаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.

2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.

3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).

4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4-6 раз).

5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).

6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20-30 см и поймайте его.

7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4-6 раз).

8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

Игры с прищепками.

Игры с прищепками идеально подходят для развития мелкой моторики пальчиков. Кроме того, развивая мелкую моторику у малыша, мы одновременно развиваем его творческий потенциал. И через некоторое время вы заметите, что ребенок пытается конструировать сложные модели, рисовать объемные элементы, объединять и скреплять то, что скрепить нельзя по определению. Вместе с мелкой моторикой развивается логическое мышление ребенка.

С прищепками можно экспериментировать и придумывать различные игры на ходу.

Для игры понадобятся, в первую очередь, конечно, обычные бельевые прищепки. Кроме этого вам могут пригодиться фигурки из картона (прямоугольник, круг, квадрат, треугольник).

Покажите малышу, как держать прищепку тремя пальцами, сожмите и разожмите ее несколько раз своими руками. Потом вложите прищепку в руку малыша, придерживая своими пальцами, помогите научиться открывать и закрывать «ротик» у прищепки.

Как играть:

Дети сначала учатся только снимать прищепки, и лишь потом одевать.

Солнышко

Пожалуй, самой популярной игрой с прищепками можно по праву назвать «Солнышко». В этой игре малыш должен прикрепить солнышку лучики, чтобы солнышко ярко светило. Вариантов у этой игры множество. Это и колючки для ёжика, и веточки для ёлочки, и ушки для зайчика, и крылышки для бабочки, и травка и всё-всё, на что только способна Ваша фантазия. Эта игра учит малыша открывать прищепку, отлично тренируя ловкость пальчиков и, разумеется, развивая мелкую моторику в целом.

Щип-щип

Эта игра подойдёт даже самым маленьким. Возьмите прищепку и пощипайте малыша за пальчики, за ладошку, за ножки, за животик... Такая игра не только прекрасно развивает тактильную чувствительность, но также, поможет изучить с крохой части тела.

Рыбки

Предложите малышу накормить рыбок, показав, как рыбки-прищепки открывают ротик. Попробуйте захватывать таким образом мелкие предметы — макароны, пуговицы и т. п. Эта игра отлично развивает мелкую моторику и координацию движения ручек.

Цвета

Покажите малышу картинки с изображением различных предметов. Каждый предмет должен быть определённого цвета, повторяющего цвет прищепки. Предложите малышу прикрепить прищепки к предметам по цвету.

Вешаем бельё

Натяните верёвку на уровне глаз малыша. Предложите ему повесить платочки и носочки (любые мелкие вещи, можно кукольную одежду). Это действие окажется для малыша значительно сложнее, чем простая игра в «Солнышко», ведь верёвка узкая и подвижная, а маленькая вещица так и норовит упасть с верёвки. Такая игра отлично развивает чёткую координацию движений рук и мелкую моторику.

Ладощка

Сделайте из картона ладошку без пальчиков и скажите малышу, что пальчики ушли гулять. Предложите прикрепить пальчики-прищепки. Эта игра учит малыша соотносить предметы по количеству.

Конструктор

Конечно же, грех не использовать прищепки в качестве конструктора. Из них можно смастерить самолётик, забавных человечков, бабочку, паука и много ещё всего. Эта игра очень творческая, а потому, прекрасно развивает детское воображение.

Поймай жучка

Возьмите разноцветные прищепки и прикрепите их в различных местах комнаты – на скатерки, на диване, на шторах и т.д. Скажите ребенку, что к нам прилетели жучки. Но они решили поиграть с нами в прятки. Давай вместе найдем их и соберем в коробочку. Если малыш не видел, куда они сели, подсказывайте ему словами «горячо – холодно». Эта игра развивает внимание.

Бусы

Прищепки можно нанизывать на шнурок. Получатся красивые бусы. Усложняя задание, предложите ребенку чередовать прищепки по цвету.

Игры с цифрами

Научите малыша соотносить цифру с количеством. Например, возьмите одинаковые полоски и предложите крохе прикрепить на нее такое количество прищепок, которое соответствует нарисованной цифре.

Понятие величины

Возьмите картонные полоски различной длины. Предложите малышу прикрепить к самой короткой полоске — одну прищепку, к средней — две, к самой длинной — три.

Геометрические фигуры

Прикрепляем прищепки к углам на геометрических фигурах — изучаем понятие угол. Считаем, сколько углов у каждой фигуры. Где больше, где меньше углов, где одинаковое количество.

Игры с различными крупами

«Сухой бассейн»

Наполните половину коробки (корзинки, крышки от контейнера для торта) сухим горохом. Заройте какую-нибудь маленькую игрушку.

Пусть ребенок опустит ручки в сухой бассейн и найдет там спрятанный предмет («Кто в домике живет?»).

Летом можно играть на свежем воздухе, отыскивая «клады» в сухом, теплом песке.

Кроме игр с маленькими предметами очень полезно пересыпать сухой песок из ладошки в ладошку.

«Посадка фасоли»

Дети делают ямки в песке пальчиком и сажают семена.

Бусы

Хорошо развивает руку малыша нанизывание на леску или нитку пуговиц, бусинок, макаронин, сушек и т. п. Начинайте с предметов, у которых шире отверстие, — так малышу на первых порах будет легче освоить это задание.

Родителям предлагается сделать бусы — нанизываем макароны на шнурок.

Прежде чем сделать бусы из макарон можно вместе с ребёнком покрасить их разноцветными красками.

«Заготовка корма для зимующих птиц» (или «Угощение для птиц»)

- рассортировать фасоль и горох.

«Подарок для мышек и мышат»

- рассортировать семечки тыквы и подсолнуха.

«Повар»

- рассортировать фасоль по цвету.

Нигде так хорошо не упражняются пальчики и кисти рук, как в играх с мелкими предметами. Теперь вам понадобятся всевозможные крупы: пшено, гречка, рис, а также горох, манка и фасоль.

Как можно пересыпать? Ложкой из миски в миску (или из чашки в чашку), раскладывать ложкой крупу поровну в 3 маленькие чашечки. Главное: учите ребенка держать ложку правильно, не в кулаке, а 3 пальцами.

Пересыпание крупы воронку. По аналогии с переливанием воды. Самое интересное в этой работе – это как зернышки сыпятся на дно бутылки с легким шумом. Малыш готов повторять это снова и снова, чтобы, как замороженный, наблюдать за этим удивительным явлением.

«Чашки – ложки»

Предложите ребёнку пересыпать маленькой ложкой сахар из одной чашки в другую.

Можно перекидывать фасоль, орехи их одной ёмкости в другую.

«Сладкий чай»

Ваш малыш уже может самостоятельно положить себе в чай сахар. Теперь научите его размешивать сахар в кружке.

Игры с различными крупами

«Кто пришел?»

- рисуем на манке (песке), рассыпанной на ярком подносе, следы (круги, овалы, дорожки), разные по величине (большим пальцем, указательным, мизинцем).

- рисуем на песке большие и маленькие предметы (мяч, тар, кирпич, кубик).

Рисовать на манке (песке), рассыпанной на подносе можно пальчиками или деревянными палочками.

Волшебный поднос

На яркий поднос (коробку из-под конфет), тонким слоем насыпьте манную крупу. Проведите пальчиком ребёнка по крупе. Получится контрастная линия. Покажите ему, как нарисовать волны, круг, квадрат, солнышко, лодку, домик, цветок и т.п.

Тактильные ощущения

Тактильные ощущения для ребенка очень важны. Тактильные ощущения – огромная сфера нашей жизни и при нехватке тактильных ощущения ребенок может страдать физически, у него может снизиться настроение. Ощущения нужны ребенку разные, и далеко не только нежные. Дети часто выбирают дощечки с самой грубой наждачной бумагой и буквально наслаждаются прикосновением к ней. Необходимы ребенку контрастные ощущения. Много исследований шло и в настоящее время идет по изучению кожного зрения, результаты бывают удивительные и не только у слепых людей.

«Волшебный мешочек». Многие знают о «Волшебном мешочке». Есть много разных способов его применения. Он полезен тем, что маленькому ребенку трудно закрывать глаза и не подглядывать. Играя в «волшебный мешочек» предлагайте ребенку доставать предметы и левой и правой руками. И так, начинаем, разложите предметы перед ребенком, рассмотрите их, назовите. Попросите ребенка так же их назвать, ведь ребенок может правильно угадать, но он этот предмет называет не так как вы. Теперь положите все в мешочек, начинаете вы, что-то нащупали и пытаетесь отгадать. Делайте это вслух, например вот так: «Кажется это куколка, да, вот вроде ручка, а есть ли ножка, ага, вот и ножка, точно, это куколка». После этого достаете и радуетесь, как я здорово угадала, а теперь ты? Предлагаете ребенку. Если ему одной рукой сложно, пусть он попробует двумя, если он что-то взял, но не может отгадать, предложите ему взять другой предмет, но только пусть не вытаскивает, пока не скажет, что у него в руке. Даже если ошибется, все равно порадуйтесь тому, что он молодец, ведь он же что-то сказал.

Найди пару. Можно использовать дощечки с наклеенными материалами или парные кусочки ткани. Дайте потрогать один материал, но так, чтобы ребенок не видел, что он трогает. Затем надо найти такой же среди лежащих перед ним. Так все остальные надо разобрать по парам.

Игры с водой

1. Переливания:

Из ведра в ведро. Известно, что ребятам с гиперактивностью или просто «сверхактивным» показаны регулярные игры с водой. И чем шустрее ваш малыш, тем больше должен быть объем воды, с которым он играет. Переливать лучше теплую воду половником, кружкой, ковшиком, что у вас под рукой окажется. Чем разнообразнее будут емкости, тем больше ощущений получит малыш.

Из миски в миску. Это можно делать и сидя за столом. Переливать воду из миски в миску можно чем угодно. Например, ложкой, кофейной чашечкой, пипеткой (мисочки нужны поменьше), резиновой

грушей, губкой, шприцом (без иглы, разумеется). Научите ребенка управляться с этими предметами, покажите сами и сделайте несколько движений его ручкой.

Переливание через воронку. Здесь вам понадобятся 2 емкости с узким горлышком, например, бутылки. Из одной бутылки малыш наливает воду в другую через воронку. Затем воронка переставляется, и операция повторяется.

2. **Вылавливание шариков.** Набросайте в ведро шариков от пинг-понга, а ребенку дайте сито или маленький сачок. Малыши обожают вылавливать «рыбок» из ведра и складывать их в мисочку.

Упражнения с палочками и спичками

«**Строим забор (домик, лесенку, ...)**» из счетных палочек (закрепить знания о цвете и размере).

«**Ежи и ежата**» - втыкание спичек в большой или маленький пластилиновый комочек.

- «**Красивый одуванчик**» - втыкание спичек в пластилиновый комочек.

«**Солнце светит ярко-ярко**» - выложить из спичек солнечные лучи вокруг желтого кружка.

Помните, дорогие наши родители, что самое ценное и полезное, что мы можем дать нашим детям – это внимание! Поэтому играйте, занимайтесь, фантазируйте и проводите время вместе со своими детьми! Пусть вашим детям будет интересно с вами.

С уважением,
учитель-логопед Нестерова Ольга Владимировна,
педагог-психолог Ситникова Елена Викторовна.