

# Что такое пальчиковая гимнастика? Для чего она нужна?



Между речевой функцией и общей двигательной системой человека существует тесная связь. Такая же тесная связь установлена между рукой и речевым центром мозга. Гармонизация движений тела, мелкой моторики рук и органов речи способствует формированию правильного произношения, помогает избавиться от монотонности речи, нормализовать её темп, учит соблюдению

*речевых пауз, снижает психическое напряжение.*

**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, но не эффективно для развития моторики (одежда и обувь с липучками вместо шнурков и пуговиц, книжки и пособия с наклейками вместо картинок для вырезания и т.д.)

**Пальчиковые игры и упражнения** - уникальное средство для развития мелкой моторики и речи ребенка в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного мышления, внимания, воображения, воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность. Ребёнок лучше запоминает стихотворные тексты; его речь делается более выразительной.

*Очень важным фактором для развития речи является то, что в пальчиковых играх все раздражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.*

**Сколько и как часто нужно заниматься пальчиковой гимнастикой?**

Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое. Стараться выполнять упражнения с детьми легко, без чрезмерного напряжения, а движения должны приносить ребенку радость.

**Каждое упражнение имеет своё название, длится несколько минут и повторяется в течение дня 2 – 3 раза.**

Для работы нужно выбирать два или три упражнения, постепенно заменяя их новыми. Любимые игры оставлять в своём репертуаре и возвращаться к ним по желанию детей.

## Машина

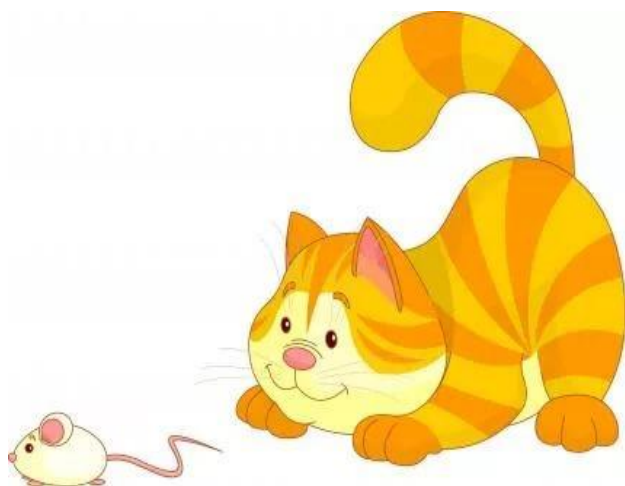
Би - би - би - гудит машина.  
*(дети ритмично постукивают кулачком одной руки о ладонь другой)*  
Тук - тук - тук - мотор стучит.  
*(ритмично хлопают руками)*  
- Едем, едем, едем, едем, -  
Он так громко говорит.  
*(ритмично потопывают ногами)*  
Шины трутся о дорогу.  
Шу - шу - шу - они шуршат.  
*(потирают ладони)*  
Быстро катятся колеса.  
Та - та - та - вперед спешат.  
*(делают ритмичную «вертушку» руками)*



## Слова

Раз и два, раз и два!  
*(сжимают и разжимают пальцы)*  
Сложим мы из букв слова.  
Солнце - слово лучистое.  
*(раздвигают пальцы и кладут тыльную сторону ладони одной руки на ладонь другой так, чтобы пальцы образовали лучики)*  
Кошка - слово пушистое.  
*(придерживают большим пальцем ср. и безым. ; слегка приподнимая согнутые указ. и мизинец - «ушки»)*  
Корова - слово рогатое.  
*(выпрямляют указ. палец и мизинец - «рога»)*  
А слово «арбуз» - полосатое.  
*(соединяют подушечки пальцев, округляя свод кисти - «арбуз»)*

## Мышка и кошка



*(ритмично покачивают головой)*  
К кошке в лапы не пойдет.

- Пи - пи - пи, - пищала мышка  
*(ритмично щелкают пальцами рук)*  
- Кошка на охоту вышла!  
Мне так страшно, трепещу.  
Щу - щу - щу, щу - щу - щу.  
*(ритмично постукивают по плечам скрещенными на груди руками)*  
Норку я свою ищу.  
Щу - щу, щу - щу, щу - щу - щу.  
*(ритмично притоптывают ногами)*  
Кошка притворилась доброй:  
- Мур - мур - мур, - она поет.  
*(ритмично поглаживают одной рукой другую)*  
- Нет - нет - нет, - пищит мышенок.

## Утята

Раз - два - шли утята.  
Три - четыре - за водой.  
А за ними плелся пятый,  
Позади бежал шестой.  
А седьмой от них отстал.  
А восьмой уже устал.  
А девятый всех догнал.  
А десятый испугался -  
Громко - громко запищал:  
- Пи - пи - пи - не пищи!  
- Мы тут рядом, поищи!  
*(поочередно сгибать все пальцы правой, затем левой руки, начиная с большого, а со звуков: «Пи - пи - пи...» - ритмично сгибать и разгибать пальцы обеих рук)*

## Кошки – мышки

Кошка мышку цап - царап  
*(пальцы обеих рук сжимаются в кулаки)*  
Поддержала, поддержала - отпустила  
*(кулаки одновременно разжимаются)*  
Мышка побежала, побежала  
*(одновременно двигаются по плоскости стола пальцы обеих рук)*  
Хвостиком завияляла, завияляла  
*(указательные пальцы обеих рук двигаются из стороны в сторону)*  
До свидания, мышка, до свидания!  
*(одновременные наклоны кистей рук вперед и вниз)*

## Игрушки

На большом диване в ряд  
Куклы Катины сидят:  
*(попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками)*  
Два медведя, Буратино,  
И веселый Чиполлино,  
И котенок, и слоненок.  
*(загибают поочередно все пальчики)*  
1, 2, 3, 4, 5  
*(разгибают поочередно пальчики)*  
Помогаем нашей Кате  
Мы игрушки сосчитать.  
*(попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками)*



## На качелях

Кач - кач - кач - летят качели,  
Так захватывает дух!  
*(дети ритмично покачивают руками из стороны в сторону)*  
Все сильнее бьется сердце:  
Тук - тук - тук, тук - тук - тук!  
Вверх и вниз, и снова к солнцу  
Словно птица ты летишь.  
*(ритмично постукивают кулачками друг о друга)*  
- Выше, выше, выше, выше! -  
Вновь товарищам кричишь.  
*(ритмично поднимают перед собой руки вверх)*

## Насекомые над лугом

- Жу - жу - жу, - жужжит пчела:  
- Я лечу издалека.  
*(дети поднимают руки в стороны и ритмично ими машут, как «крылышками»)*  
- Зу - зу - зу, - комар пищит.  
*(ритмично «выбрасывают» указательные пальцы вперед)*  
- Уф - уф - уф, - как паровоз  
Шмель пыхтит, пыльцу повез.  
*(ритмично притоптывают ногами)*  
Жук гудит: «Гу - жу, гу - жу,  
Я любого разбужу»  
*(ритмично хлопают в ладоши)*



## Ежик

Ежик топал по дорожке  
И грибочки нес в лукошке.

*(растопыренными пальцами рук совершаем шагающие движения)*

Чтоб грибочки сосчитать,  
Нужно пальцы загибать.

*(дети загибают по очереди пальцы сначала на левой, потом на правой руке; в конце упражнения руки должны быть сжаты в кулаки)*

## Умывание

*(массаж пальцев)*

Знаем, знаем - да - да - да,

Где ты прячешься, вода!

*(поочередно массируют каждый палец)*

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошку

По - нем - нож - ку.

Нет, не понемножку -

Посмелей!

Будет умываться веселей!

*(энергично растирают ладони и кисти рук)*

## Покажите пальцем

Покажите пальцем

*(дети сжимают правую руку в кулак)*

Зайца,

*(вытягивают средний и указательный пальцы)*

Книжку,

*(две раскрытые ладони складывают рядом)*

Мышку и

*(ладони прикладывают к макушке)*

Орех

*(сжимают кулак)*

Указательному пальцу

Все известно лучше всех.

*(вытягиваем вверх указательный палец, сгибают и разгибают его)*

## Мышки – шалунишки

В комнате часы висели  
И стучали: бом - бом - бом.  
*(дети ритмично хлопают в ладошки)*  
Мышки каждый раз пугались,  
Слушая ужасный звон.  
Потянулись гири вниз -  
Так - так - так (2 раза)  
*(поднимают руки и ритмично хлопают, опуская руки вниз)*  
Быстро стрелки завелись -  
Тик - тик - так (2 раза)  
*(ритмично отклоняют в сторону указательные пальцы)*  
Стрелки мышек испугали,  
В норку мышки убежали.

## Компот

Будем мы варить компот,  
Фруктов нужно много. Вот:  
*(левую ладошку держат «ковшиком», указат. пальцем правой руки «мешают»)*  
Будем яблоки крошить,  
Будем грушу мы рубить;  
Отожмем лимонный сок,  
Слив положим и песок.  
*(загибают пальчики по одному, начиная с большого)*  
Варим, варим мы компот.  
Угостим честной народ.  
*(опять «варят» и «мешают»)*



## Помощники

1, 2, 3, 4,  
*(удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить)*  
Мы посуду перемыли:  
*(одна ладонь скользит по другой по кругу)*  
Чайник, чашку, ковшик, ложку  
*(загибают пальчики по одному, начиная с большого)*  
И большую поварешку.  
Мы посуду перемыли,  
*(одна ладонь скользит по другой)*  
Только чашку мы разбили,  
*(загибают пальчики по одному, начиная с большого)*  
Ковшик тоже развалился,  
Нос у чайника отбил.  
Ложку мы чуть - чуть - сломали,  
Так мы маме помогали.  
*(удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить)*