

## Игры на ладошке

Развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Как правило, если **движения пальцев развиты** в соответствии с возрастом, то **и речевое развитие ребенка в пределах возрастной нормы**.

Поэтому тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционной моторики, подготовке кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга.

### Предлагаю вашему вниманию следующие виды работы, способствующие развитию мелких мышц пальцев и кистей рук:

- 1) игры с пальчиками, сопровождающиеся стишками и потешками;
- 2) специальные упражнения без речевого сопровождения, объединенные в комплекс гимнастики для развития мелкой моторики рук, так называемая пальчиковая гимнастика;
- 3) игры и действия с игрушками и предметами: раскладывание пуговиц, палочек, зерен, желудей и т.д., нанизывание бус, колечек, пуговиц на нитку, пришивание, застегивание и расстегивание пуговиц, игры с мозаикой, строительным материалом и т.д.;
- 4) изобразительную деятельность: лепку из пластилина и глины, раскрашивание картинок, обведение контуров, штриховку, рисование карандашами и красками различными способами (кистью, тампоном, пальцем, свечой и т.д.), разнообразную работу с ножницами, поделки из природного материала и т.д. Работа по развитию кистей рук проводится систематически по 3-5 минут ежедневно в детском саду и дома.

### Упражнения для пальчиковой гимнастики (выполняются сидя или стоя)

1. Сжимание пальцев в кулак и разжимание (по 20 раз);

- а) ладонями вверх;
- б) ладонями вниз;
- в) обеих рук одновременно;
- г) правой и левой по очереди.

Выполняется с силой, в сжатом положении фиксируется 2-3 сек.

3. Сгибание и разгибание пальцев в кулак по очереди (по 10 раз):

- а) правой руки; сначала начиная с большого, затем начиная с мизинца.
- б) левой руки;
- в) обеих рук одновременно.

2. Вращение кистями рук (по 10 раз):

- а) в правую, затем в левую сторону;
- б) вовнутрь (обеими кистями);
- в) наружу.

Можно выполнять упражнения из положения "руки в стороны".

4. "Ножницы" — разведение пальцев в стороны (по 10 раз):

- а) правой, затем левой руки;
- б) обеих рук одновременно;
- в) соединив ладони вместе.

5. "Коготки" — сильное полусгибание и разгибание пальцев (по 10-20 раз).

7. Свободное постукивание по столу пальцами обеих рук, правой и левой руки поочередно.

9. Поочередное приподнимание пальцев (кисти рук лежат на столе)":

- а) правой руки;
- б) левой руки;
- в) обеих рук вместе.

11. "Бегают человечки" — указательный и средний пальцы правой, потом левой, а затем двух рук вместе бегают по столу вперед и назад.

6. Свободное похлопывание кистями по столу поочередно и одновременно.

8. Имитация игры на пианино.

10. Разведение пальцев врозь и сведение вместе (ладони на столе).

12. "Футбол" — забивание шариков, карандашей одним, двумя и т.д. пальцами.

