



## Пальчиковая гимнастика с карандашом


Развитие тонкой моторики рук благотворно влияет на развитие познания и речи ребенка, т.к. все движения организма имеют единые механизмы. Известный педагог В.А.Сухомлинский говорил: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев!». Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН РФ доказали, что тонкие движения пальцев рук благотворно влияют на развитие детской речи. Выполнение пальцами упражнений и ритмических движений индуктивно приводит к возбуждению и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон в центрах головного мозга, что стимулирует развитие речи.

Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка. Ребенок учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять. Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая его короткими стихотворными строчками, то его речь станет более четкой и яркой, сможет контролировать выполняемые движения. Овладев всеми упражнениями, у ребенка разовьется воображение и фантазия и он сможет рассказывать целые истории. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма. Все упражнения проводятся в игровой форме.

Упражнения для пальчиковой гимнастики проводят с учетом возраста ребенка. Начинать пальчиковую гимнастику нужно с разминки пальчиков простого сгибания и разгибания. Педагоги в образовательной деятельности проводят с детьми пальчиковые игры, и с каким удовольствием малыши это делают! Игры с пальчиками доставляют огромное удовольствие детям. Пальчиковая игра – это не просто интересно, но и отражение в игре реального мира ребенка: предметов, людей, животных, явлений природы.

Существует специальный комплекс упражнений для тренировки моторики и называется он – *пальчиковая гимнастика с карандашом*. Каждое упражнение сопровождается стихотворением. Выполнять гимнастику нужно от самых простых упражнений до самых сложных упражнений. Начинать нужно с гладких карандашей, а затем подобрать карандаши с гранями и выпуклостями. Острыми карандашами можно пораниться, поэтому нужно соблюдать технику безопасности. Итак, *пальчиковая гимнастика с карандашом*:

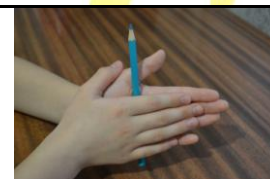
1.«Утюжок» – толстый карандаш положить на стол, погладить его сначала одной рукой, затем другой рукой. Покатать карандаш по столу: <i>Карандаш я покачу вправо, влево, как хочу!</i>	
2.«Добывание огня» – карандаш положить на одну ладошку, прикрывая другой ладошкой. Прокатывать карандаш между ладонями сначала медленно, затем быстро: <i>Добываем мы огонь – согреваем мы ладонь!</i>	

<p>3. «Пианино» – кончиком каждого пальца сильно прижимать карандаш к столу: <i>Прижимаю карандаш – пианино друг наш!</i></p>	
<p>4. «Прятки» – сжать в кулаке короткий карандаш и спрятать его в ладони, затем спрятать карандаш в другой ладони: <i>Карандашик я сжимаю и ладошку поменяю!</i></p>	
<p>5. «Волчок» – взять карандаш большим и указательным пальцем, вращать карандаш на столе сначала пальцами одной руки, затем пальцами другой руки. Попробуй сделать то же большим и средним пальцами: <i>По столу круги катаю – карандаш не вы пускаю!</i></p>	
<p>6. «Горка» – положить карандаш на тыльную сторону кисти, наклонить руку вниз, придерживать карандаш другой рукой. Пусть он скатится вниз с руки как с горки: <i>Прокачусь я по ладошке – отдохну потом немножко!</i></p>	
<p>7. «Подъемный кран» – положить карандаш на край стола. Подцепив снизу одним пальцем, попробовать поднять его. Затем попробовать пальцем другой руки: <i>Карандашик поднимаю, крепко пальцем прижимаю!</i></p>	 <p>Подъемный кран</p>
<p>8. «Вертолёт» – взять тонкий длинный карандаш тремя пальцами и покрутить его. Пусть он вращается быстро-быстро как винт вертолета: <i>Отправляется в полет наш красавец вертолет!</i></p>	
<p>9. «Эстафета» – сжать карандаш указательным пальцем, подержать, передать его указательному пальцу другой руки. А теперь удерживать карандаш средним пальцем. Передавать карандаш, как эстафетную палочку, другим пальцам: <i>Карандаш крепко держу и другим передаю!</i></p>	 <p>Эстафета</p>
<p>10. «Скольжение» – крепко сжать пальцами длинный карандаш и продвигаться по карандашу вниз-вверх. Карандаш упирается острым концом в стол: <i>По карандашу скольжу – крепко вниз скорей спешу!</i></p>	
<p>11. «Качалочка» – прокатать карандаш между пальцами и не уронить на пол: <i>Карандаш не отдыхает – между пальцами гуляет!</i></p>	

12. «Ладонь» – положить на стол ладонь и широко раздвинуть пальцы. Обвести несколько раз каждый палец тупым концом карандаша: *Нарисую я ладошку – отдохну потом немножко!*



13. «Мотор» - Соединить ладони пальцами вперёд. Карандаш в вертикальном положении между ладонями. Перемещать ладони вперёд-назад, передвигая карандаш, постепенно ускоряя темп, затем замедляя.



*Заводи мотор скорей*

*И ладони разогрей.*

*Всё быстрее, быстрее, быстрее,*

*Сил, приятель, не жалея.*

*Ход немного замедляем.*

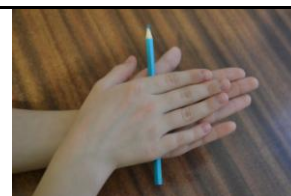
*Видно, к дому подъезжаем.*

*Едем тише, тише, тише.*

*И мотор уже не слышен.*

Можно предложить детям самим придумать, к чему подъезжаем (к лесу, к полю, к даче и т. д.)

14. «Скалка» - Соединить ладони пальцами вперёд так, чтобы одна была сверху, другая – снизу. Карандаш в горизонтальном положении между ладонями. Перемещать верхнюю ладонь вперёд-назад, передвигая карандаш по ладони и пальцам.



*Мы пирог испечь решили.*

*Ловко тесто замесили.*

*Хорошенько раскатаем,*

*В печку жаркую поставим*

15. «Дудочка» - Взять карандаш, как дудочку. Поднимать и опускать пальцы в произвольном порядке и темпе, имитируя игру на дудочке. Также можно нажимать на «дудочку» всеми пальцами



последовательно.

*На дудочках играют*

*Девочки и мальчики.*

*На кнопки нажимают*

*Маленькие пальчики.*

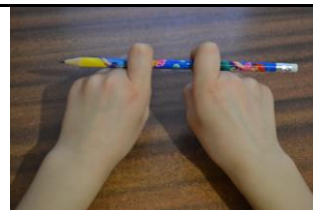
16. «Крючки» - Карандаш находится в горизонтальном положении. Зацепить его указательными пальцами за концы. Поочередно отрывая пальцы-«крючки» от карандаша, снова цеплять его, передвигая пальцы к середине до их сближения.

*Мы повесили крючки.*

*Очень крепкие они.*

*Чок-чок, чок-чок,*

*Раз – крючок, два – крючок.*



17. «Лесенка» - Зажать верхний конец карандаша вертикально между ладонью и основанием большого пальца правой руки. Перехватывая карандаш поочередно обеими руками, «спускаться по лесенке».

*Раз – ступенька, два – ступенька,*

*Мы идём тихонько вниз.*

*Раз – ступенька, два – ступенька,*

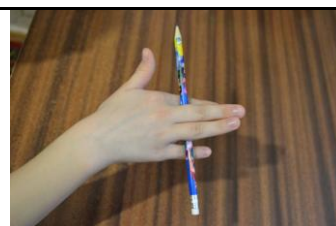
*Ты смотри, не оступись!*







18. «Качели» - Карандаш зажать в горизонтальном положении между пальцами: указательный и мизинец снизу, средний и безымянный сверху. Имитировать качание на качели в ритме стихотворения.

*На качели мы поднялись.*

*Очень сильно раскачались!*



<p><i>Подлетаем выше, выше!</i></p> <p><i>Достаём до самой крыши.</i></p> <p><i>А потом всё ниже, ниже.</i></p> <p><i>И качаться стали тише.</i></p>	
<p>19. «Косичка» - Держать карандаш вертикально указательным и большим пальцами одной руки за верхний конец. Перехватывая пальцами то одной, то другой руки, двигаться вниз до другого конца карандаша.</p> <p><i>Маленькой сестричке</i></p> <p><i>Заплетём косички.</i></p> <p><i>Сверху вниз косу плети,</i></p> <p><i>Волоски не пропусти.</i></p>	
<p>20. «Самолёт» - Зажать карандаш в горизонтальном положении между пальцами: указательный и мизинец сверху, средний и безымянный снизу. Выполнять движения в соответствии со стихотворным текстом.</p> <p><i>Моторы в порядке, на месте пилот.</i></p> <p><i>В небо поднялся большой самолёт.</i></p> <p><i>То правым качнёт он, то левым крылом,</i></p> <p><i>Над лесом покружит и сядет потом.</i></p> <p>Можно предложить детям придумать самим, над чем покружит самолёт (над домом, над садом, над полем, над дачей, над морем, над речкой и т. д.).</p>	
<p>21. «Альпинист» - Карандаш поставить на стол, удерживая его вертикально большим и указательным пальцами за нижний конец. Перехватить карандаш одноимёнными пальцами другой руки. Далее перехватывать карандаш пальцами то одной, то другой руки, двигаясь к его верхнему концу. Затем скользящим</p>	

движением спуститься вниз.

*Нелегко подняться ввысь.*

*Крепче, альпинист, держись.*

*На вершину попадёшь,*

*Там немного отдохнёшь.*

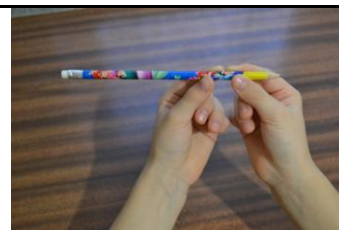
*Оглядишься, не торопись*

*И смелее вниз катись!*

22. «Циркач» - Горизонтально расположенный карандаш держать за конец указательными и большими пальцами обеих рук. Свободная часть карандаша смещена в сторону. Приставными движениями пальцев перемещаться по карандашу до противоположного конца.

*Циркач по канату идёт очень ловко.*

*Какая отвага! Какая сноровка!*



Помните: если ребенок не хочет делать пальчиковую гимнастику, то попробуйте видоизменить упражнения, используя нестандартные способы и материалы. Сейчас сенсорные стимулы для кистей рук самые разнообразные: песок, камешки, крупы, мячики различной текстуры и т.п.

Может быть, ребенок придумает новые стишки к пальчиковой гимнастике или подберет палочки разной длины и толщины. Не останавливайте ребенка! Используя что-то новое, ребенок добавляет новые ощущения, которые воспринимает мозг, обрабатывает и образует новые (очень важные) связи! Замечайте вокруг детали и играйте!

Литература:

1. Пименова Е.Н. Пальчиковые игры. Ростов н/Д: Феникс, 2007 г.
2. Пятница Т.В. Пальчиковые игры и упражнения. Массаж карандашами. Мн.: Аверсвэв, 2005г.
3. Рузина М.С. Страна пальчиковый игр. Развивающие игры для детей и взрослых. СПб, 2000г.

