

Памятка

Пальчиковая гимнастика

для развития речи

дошкольников

Правила проведения массажа.

Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок благополучно развивался, был активным, любознательным, поскорее начал говорить, то обязательно проводите массаж ладоней и пальцев рук. Это очень эффективный способ развития мелкой моторики, а значит, и интеллектуальных способностей, потому что, массируя пальчики, вы воздействуете на активные точки, связанные с корой головного мозга.

Для детей старше года понадобится специальный комплекс:

- ✓ Поглаживание тыльной стороны кисти малыша от кончиков пальцев до середины предплечья (движение всей ладонью)
- ✓ Поглаживание каждого пальчика от кончика к основанию по всем поверхностям – тыльной, боковой и ладонной (движение несколькими пальцами)
- ✓ Растирание каждого пальчика по ладонной и боковым поверхностям от кончика к основанию (спиралеобразные движения несколькими пальцами)
- ✓ Растирание тыльной и ладонной поверхностей кисти от основания пальчиков до запястья (прямолинейные и спиралеобразные движения костяшками пальцев)
- ✓ Повторное поглаживание

- ✓ Вибрация – постукивание кистей ручек ребенка (движение кончиками пальцев)
- ✓ Повторное поглаживание
- ✓ Завершите массаж пассивными и активными пальчиковыми упражнениями.

Продолжительность одного сеанса – 3 – 5 минут, курс – 10 – 12 сеансов. Через 10 – 30 дней курс можно повторить.

Гимнастика для пальчиков.

Массаж прекрасно сочетается с гимнастикой для пальчиков – активной и пассивной.

Когда малыш самостоятельно разминает свои пальчики (выполняет упражнения, играет), он занимается активной гимнастикой. А заниматься пассивной гимнастикой (поочередное покачивание, сгибание и вращение каждого пальчика) невозможно без участия взрослых.

Для усиления кровообращения в кистях рук полезны такие движения:

- Хлопки
- Сжимание и разжимание мягких, а затем упругих предметов
- Потирание ладоней одна о другую
- Перекатывание между ладонями предметов с неровной поверхностью (грецкий орех, гранёный карандаш)

Есть и специальные упражнения для пальчиков:

- Постукивание кончиками пальцев рук по столу
- Перекатывание по поверхности стола мелких предметов – двумя пальчиками или каждым пальчиком по очереди (можно использовать горошину, маленькую бусинку и даже маковое зёрнышко).

Игры с элементами самомассажа.

Во время игр с самомассажем взрослый читает стихотворения, сопровождая слова движениями рук. Дети должны повторять эти движения.

Весёлые ладошки.

Хлоп (хлопните в ладоши)

Раз (легко ударьте себя по коленям)

Ещё (хлопните в ладоши)

Раз (легко ударьте себя по коленям)

Мы похлопаем сейчас (похлопайте в ладоши)

А теперь скорей, скорей!

Шлёпай, шлёпай веселей!

(Наклонитесь вперёд, быстро, в такт, шлёпайте ладонями по ковру перед собой)

Пальчиковые игры

Задачи:

- ♣ Развивать согласованные движения обеих рук;
- ♣ Развивать точечные и дифференцированные движения пальцев обеих рук;
- ♣ Развитие внимания.

Методы обучения:

- ♣ Показ действий;
- ♣ Действия руками ребёнка;
- ♣ Самостоятельные действия ребёнка.

Организация занятий:

Занятия проводятся индивидуально или с подгруппой детей. Длительность занятий зависит от конкретной игры. Пальчиковые игры, которые хорошо знакомы детям, можно проводить в перерывах между занятиями, на прогулке.

Игра «Ёжик»

Показать детям, как изобразить ёжика, собрав пальцы рук в замок.

Ёжик маленький замерз,

(прижмите пальцы – ёжик убрал иголки)

И в клубок свернулся.

Солнце ёжика согрело –

(выпрямите пальцы – ёжик показал колючки)

Ёжик развернулся!

С помощью пальчиков можно объяснить и показать всё, что угодно, - от игрушек и зверюшек до чисел и букв. А ещё неугомонные пальчики – прекрасные артисты: немного тренировки, и они покажут настоящее театрализованное представление.

Памятка

« Развитие

мелкой

моторики рук»

Массаж рук

Цель : Развивать силу рук

Задача: Предоставление ребенку разнообразных тактильных ощущений

Организация занятий

Длительность массажа 5 – 10 минут

Меры предосторожности

Необходимо регулировать силу воздействия на руки ребёнка – массаж должен быть укрепляющим, но в то же время легким, не доставляющим неприятных ощущений.

Приёмы массажа:

- ♣ Массаж пальцев. Круговыми движениями большого и указательного пальцев массировать каждый пальчик, начиная от кончиков;
- ♣ Массаж кисти с помощью круговых и мнущих движений пальцев.
- ♣ Массаж всей кисти. Осторожно помассировать руку ребёнка путём поглаживающих и растирающих движений ладони от кисти к плечу.

Игра «**Крутись, карандаш**»

Цель: Сделать массаж ладоней ребенка.

Материал: Карандаши с ребристой поверхностью.

Ход игры: Катание карандаша по столу вперёд – назад. Чтобы карандаш не укатился, крепко надавите на него ладошкой. Сначала одной рукой, потом другой.

Игры с различными предметами и материалами.

Задачи:

- ♣ Развивать хватание;
- ♣ Развивать согласованные движения обеих рук;
- ♣ Развивать тонкие и дифференцированные движения кистей и пальцев рук;
- ♣ Формировать умения; расстёгивание и застегивание липучек, кнопок, пуговиц, молний; умение пользоваться игрушечной иглой
- ♣ Развивать осязания;
- ♣ Развивать мышление и воображение.

Материалы: Предметы, игрушки и материалы подбираются в соответствии с целью задания, и возраста.

- ♣ Показ действий;
- ♣ Действия руками ребенка
- ♣ Поэтапная словесная инструкция

Организация занятий:

При проведении занятия необходимо соблюдать следующие условия:

- ♣ Не допускать переутомления детей, занятие не должно превышать 5 – 10 минут, постепенно можно увеличивать;
- ♣ Уровень сложности игры должен соответствовать возрастным и индивидуальным особенностям ребенка;
- ♣ Обыграть сюжеты занятий, чтобы заинтересовать малышей;
- ♣ Занятие проводить в свободное время индивидуально или с небольшой группой детей.

Меры предосторожности:

Во время занятия следить за соблюдением мер безопасности – не позволять детям брать в рот мелкие предметы и детали (бусы, деревянные иглы и др.)

Игра «Солнышко светит».

Цель: Развивать соотносящие движения рук, тонкую моторику пальцев рук; учить расстёгивать и застёгивать прищепки.

Материалы: Круг жёлтого цвета из плотного картона; прищепки.

Ход игры: Ребята посмотрите в окошко: видите, как ярко светит солнышко. Давайте превратим этот круг в солнышко, сделаем ему лучики.

Затем предлагаем «снять лучики». Теперь солнышко светит не ярко.