



## ВЛИЯНИЕ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

Движения пальцев и кистей рук имеют особое развивающее воздействие. Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще до нашей эры в Китае. Игра с участием рук и пальцев приводит в гармоничное отношение тело и разум, поддерживает мозговые системы в оптимальном состоянии.

Массаж **большого пальца** повышает функциональную активность головного мозга, массаж **указательного пальца** положительно воздействует на состояние желудка, **среднего** – на кишечник, **безымянного** – на печень и почки, **мизинца** – на сердце.

В Японии широко используют **упражнения для ладоней и пальцев** – с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее действие оказывает перекатывание между ладонями восьмигранного карандаша. Талантом нашей народной педагогики созданы игры « Ладушки », « Сорока-белобока », « Коза рогатая ».

Многие родители не знают, что потешки не только развивают, но и оказывают оздоравливающее воздействие.

**Простые движения рук** помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит, развивать речь ребенка. Такую тренировку следует начинать с самого раннего детства. Помогайте ребенку координировано и ловко манипулировать пальцами. Обращайте внимание на то, чтобы малыши овладевали простыми, но жизненно важными умениями – правильно держать ложку, чашку, карандаш, умываться.

В ходе **пальчиковых игр** дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

### Самые простые упражнения



## Пальчиковая гимнастика

**Флажок.** Четыре пальца соединить вместе, большой опустить вниз. Тыльная сторона ладони обращена к себе.

**Очки.** Соединить в кольцо большой и указательный пальцы каждой руки. Приставить колечки друг к другу, поднести к глазам.

**Бинокль.** Большой палец каждой руки вместе с остальными образуют кольцо. Посмотрите в « бинокль ».

**Зайчик.** Указательный и средний пальцы разведены в стороны, остальные прижаты к ладони. Заяц шевелит ушками.

**Коза.** Указательный и мизинец разведены в стороны, остальные пальцы прижаты к ладони. Коза бодается.

**Ножницы.** Указательный и средний пальцы правой и левой рук имитируют стрижку ножницами.

**Дом.** Соединить наклонно кончики пальцев правой и левой рук.

При помощи пальцев можно инсценировать рифмованные истории, потешки.

### Потешка « Прятки »

Сжимание и разжимание рук в ритме стиха:

В прятки пальчики играли

И головки убирали.

Вот так, вот так –

Так головки убирали.

### Птички

Полетели птички,

Птички-невелички. (Пальцы переплетены, ладони сжаты. )

Сели птички. Посидели.

Опять полетели. (Поднимаем и опускаем пальцы в соответствии с ритмом стиха.)

Ты, утенок, не пищи,



**Лучше маму поищи.**

( Сжимание и разжимание пальцев рук.)

**Водичка, водичка,**

Умой мое личико...

( Выполнение движений в соответствии с текстом.)

**"Пальчики здороваются"**

Я здороваюсь везде –

Дома и на улице.

Даже «здравствуй» говорю

Я соседской курице.

( Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков остальных пальцев.)

**"Зайка"**

**Зайка взял свой барабан**

**И ударил: трам-трам-трам.**

(Пальчики сжаты в кулачок. Указательный и средний пальцы вытянуты вверх и прижаты один к другому. Безымянным и мизинцем стучим по большому пальцу.)

**Массаж пальцев**

Мышка мыла лапку –

Каждый пальчик по порядку.

Вот намылила большой,

Сполоснув потом водой.

Не забыла и указку –

Смыв с нее и грязь, и краску.

Средний мылила усердно –

Самый грязный был, наверно.

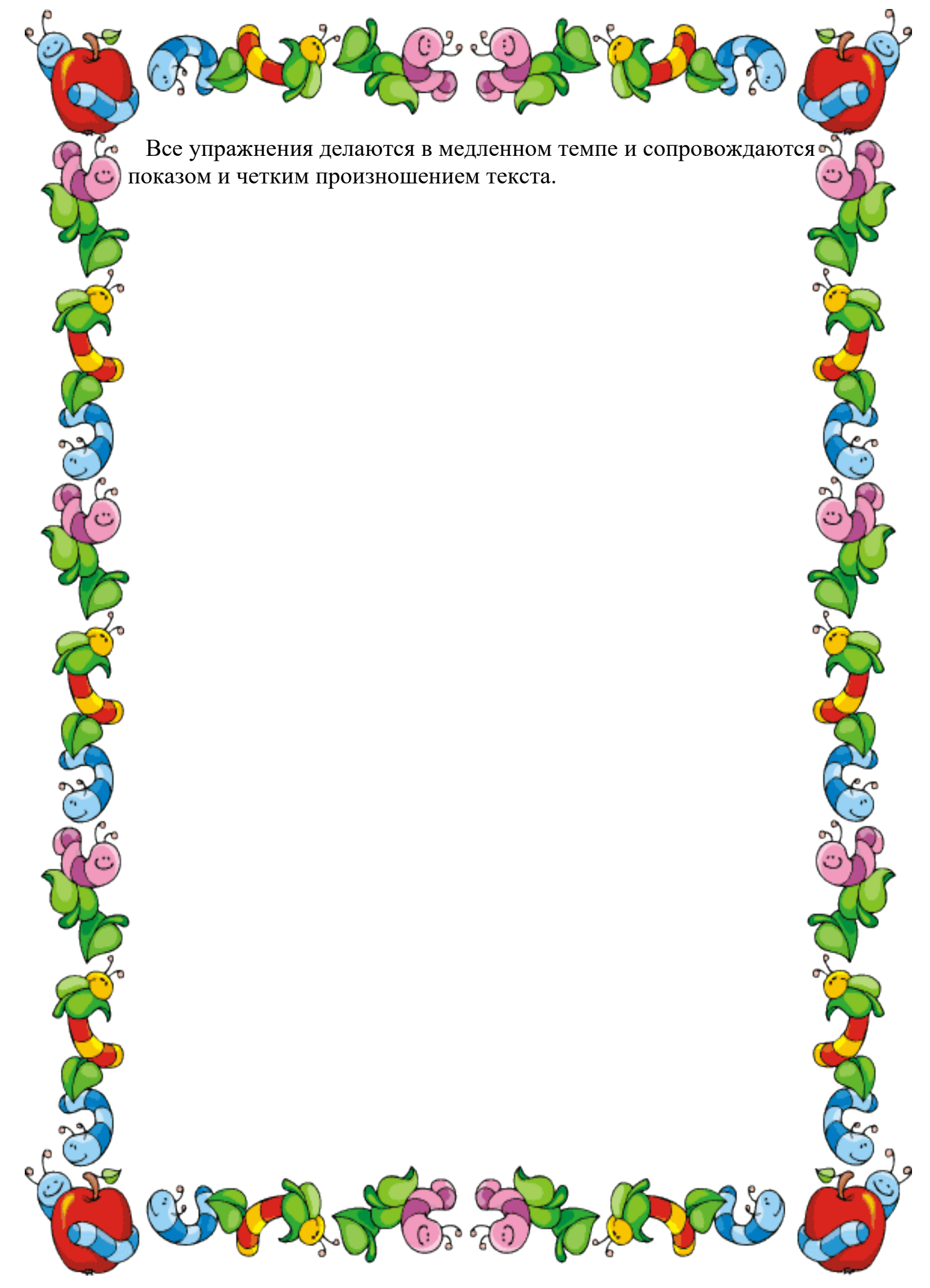
Безымянный терла пастой –

Кожа сразу стала красной.

А мизинчик быстро мыла –

Очень он боялся мыла...





Все упражнения делаются в медленном темпе и сопровождаются показом и четким произношением текста.