

Методические рекомендации для воспитателей по проведению пальчиковой гимнастики с детьми дошкольного возраста

Актуальность. Установлено, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности движений пальцев. В ходе исследований была выявлена такая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы; если же развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие. Некоторые исследователи даже относят кисть руки к речевому аппарату. Поэтому, чтобы научить ребенка правильно говорить, необходимо не только заниматься произносительной стороной речи, но и развивать подвижность пальцев.

Систематические упражнения по тренировке пальцев являются средством стимуляции активности коры головного мозга, что в свою очередь способствует развитию мышления и звукопроизношения. Благодаря пальчиковым играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Такие игры формируют добрые взаимоотношения между взрослым и ребенком.

Цель методических рекомендаций: расширение представлений воспитателей о развитии мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Дать понятия «мелкая моторика», «пальчиковая гимнастика», «пальчиковые игры».
2. Проинформировать воспитателей об особенностях проведения пальчиковой гимнастики с детьми дошкольного возраста.
3. Познакомить воспитателей с пальчиковыми играми по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста.

Теоретические положения по применению пальчиковой гимнастики в дошкольном возрасте

Мелкая моторика – это согласованные движения пальцев рук, умение ребенка «пользоваться» этими движениями.

Пальчиковая гимнастика – это пассивные или активные движения пальцами рук.

Пальчиковые игры – это сопровождение рифмованных текстов движениями пальцев.

Рекомендации по проведению пальчиковой гимнастики:

- перед игрой следует обсудить с детьми ее содержание, отработать ключевые движения и комбинации пальцев. Это не только подготовит детей к правильному выполнению движений в игре, но и создаст благоприятный эмоциональный настрой;
- перед началом упражнения желательно разогреть ладони легкими поглаживающими движениями до приятного ощущения тепла;
- все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, четко, без лишних слов. При необходимости оказывается индивидуальная помощь;
- при выполнении упражнения вместе с детьми важно демонстрировать им собственную увлеченность игрой;
- не ставьте перед детьми несколько задач одновременно (например, показывать движения и произносить стихотворение) – сложная задача может сразу отбить интерес к игре;
- стихи следует произносить то повышая, то понижая голос, делая паузы, выделяя те или иные слова, движения выполнять синхронно со стихами или в паузах;
- не забывайте о том, что дети воспринимают ваши действия зеркально: произнося команду «влево», вы должны делать «вправо» и наоборот;
- играя с детьми, обращайтесь особое внимание на точность и качество выполнения движений, на согласованность речи с работой пальцев и кистей рук;
- нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись детьми легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили им радость;
- работу проводите регулярно, систематически. В течение дня к пальчиковым играм можно обращаться несколько раз, но играть понемногу, не допускать переутомления;
- обязательно хвалите детей, не занижайте их самооценку, внушайте им уверенность в том, что у них все получится.

Представленные ниже пальчиковые игры сгруппированы по тематике, что систематизирует работу воспитателя по развитию мелкой моторики рук детей дошкольного возраста.

Комплекс пальчиковых игр по развитию мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста

Лексическая тема «Лето»

Пальчиковая игра «Лето гуляло»

Лето по полю гуляло.	Шагают пальчиками по столу.
Лето шило-вышивало	Имитация шитья.
Луг – цветами, Лес – листьями, День – лучами, Ночь – звёздами.	Поочередно прикасаются к подушечке большого пальца кончиком указательного, среднего, безымянного и мизинца (одновременно двумя руками).

Пальчиковая игра «Лето»

Вот и лето наступает, Всех на отдых приглашает.	Сжимают и разжимают кулачки. Поочередно ударяют то ладонями, то кулачками друг о друга.
Будем плавать, загорать И на даче отдыхать.	Круговые движения кистями рук. Показывают «домик».

Лексическая тема «Насекомые»

Пальчиковая игра «Пчела»

Прилетела к нам вчера	Взмахи перекрещенными кистями рук.
Полосатая пчела. А за нею шмель-шмелек И веселый мотылек, Жук-жучок и стрекоза, Как фонарики, глаза.	На каждое название насекомого соединяют пальцы, начиная с мизинца.
Пожужжали, полетали, От усталости упали.	«Колечки» - указательные и большие пальцы соединены. Взмахи перекрещенными кистями рук. Тихо кладут руки на стол.

Пальчиковая игра «Насекомые»

Дружно пальчики считаем Насекомых называем:	Сжимают и разжимают кулачки.
Бабочка, кузнечик, муха, Это жук с зеленым брюхом.	Загибают поочередно пальцы правой руки, начиная с большого.
Это кто же тут звенит?	Вращают мизинцем.
Ой, сюда комар летит!	Загибают мизинец.
Прячьтесь!	Прячут руки за спину.

Лексическая тема «Цветы»

Пальчиковая игра «Колокольчики»

В прятки пальчики играют	Сжимают и разжимают кулаки.
И головки убирают,	Закрывают ладонями лицо и открывают.
Словно синие цветки Распускают лепестки.	Сводят и разводят пальцы веером.
Наверху качаются, Низко наклоняются.	Делают наклоны кистей вправо, влево.
Колокольчик голубой	Делают круговые движения кистями.
Поклонился нам с тобой.	Делают наклоны кистей вниз, вверх.
Колокольчики-цветы	Делают повороты кистями вправо, влево, ладони кверху.
Очень вежливы, а ты?	Разводят руки в стороны.

Пальчиковая игра «Мак»

Только солнышко взойдет,	Сжимают и разжимают кулаки.
Мак на грядке расцветет.	Пальцами показывают, как раскрывается цветок.
Бабочка-капустница	Соединяют большие пальцы, остальными пальцами машут.
На цветок опустится.	Опускают руки на колени.
Погладишь – а у цветка	Разводят руки в стороны.
Больше на два лепестка.	Ритмично ударяют то ладонями, то кулачками друг о друга.

Лексическая тема «Домашние птицы»

Пальчиковая игра «Петушок»

Наш красивый петушок, Кверху поднял гребешок.	Указательный и большой пальцы соединяют подушечками (клюв петуха), остальные пальцы направляют вверх и разводят в стороны (гребешок).
Крылышками машет, На лужайке пляшет.	Кистями рук машут в воздухе. Ладони обеих рук кладут на стол, пальцы разводят в стороны (лапки петуха). Поочередно стучат ладошками по столу (петух пляшет).
Крошки хлебные клюет,	Пальцы каждой руки собирают в щепоть, поочередно «клюют крошки».
Пестрых курочек зовет.	Кистями рук делают манящие движения.

Пальчиковая игра «Птичьи мамы»

Есть у курицы – цыпленок, У гусыни есть гусенок, У индюшки – индюшонок, А у утки есть утенок.	Большие пальцы обеих рук поочередно касаются остальных, начиная с мизинца.
У каждой мамы малыши Все красивы, хороши!	Крутят ладошками вправо, влево («упражнение «фонарики»).

Лексическая тема «Домашние животные и их детеныши»

Пальчиковая игра «Моя лошадка»

Пролегла дорожка гладка, Скачет вдоль по ней лошадка.	Пальцами обеих рук слегка стучат по столу.
Цок-цок-цок, цок-цок-цок -	Цокают языком.
Через поле во лесок.	Пальцами обеих рук барабанят по столу.
У моей лошадки грива	Ладонь правой руки стоит на ребре (мордочка лошади), большой палец направлен вверх (ушко лошади). Кисть другой руки кладут на нее сверху (грива), большие пальцы скрещивают (ушки лошади).
Вьется по ветру красиво.	Шевелят пальцами левой руки (грива колышется на ветру).
Крикнет лошадь: «Иго-го-го!» -	
И умчится далеко.	Пальцами обеих рук стучат по столу.

Пальчиковая игра «Довольна корова»

Довольна корова своими телятами,	Соединяют подушечками большие пальцы обеих рук.
Овечка довольна своими ягнятами,	Соединяют указательные пальцы.
Кошка довольна своими котятами,	Соединяют средние пальцы
Кем же довольна свинья? Поросятами!	Соединяют безымянные пальцы.
Довольна коза своими козлятами,	Соединяют мизинцы.
А я довольна своими ребятами!	Показывают на себя и разводят ладони в стороны.

Лексическая тема «Дикие животные наших лесов»

Пальчиковая игра «Детеныши»

Это зайчонок, это бельчонок, Это лисенок, это волчонок,	Сгибают поочередно пальцы на правой руке, начиная с мизинца.
А это спешит, ковыляет спросонок Бурый, мохнатый, смешной медвежонок.	Вращают большим пальцем правой руки.

Пальчиковая игра «Есть у каждого свой дом»

У лисы в лесу глухом Есть нора – надежный дом. Не страшны зимой метели Белочке в дупле на ели. Под кустами еж колючий Нагребает листья в кучу. Из ветвей, корней, коры Хатки делают бобры. Спит в берлоге косолапый, До весны сосет там лапу.	Дети загибают пальцы на обеих руках: по одному пальцу на каждое двустипшие.
Есть у каждого свой дом, Всем тепло, уютно в нем.	Удары ладонями и кулачками поочередно.

Лексическая тема «Животные жарких стран»

Пальчиковая игра «Жаркая страна»

Если в жаркую страну Я случайно попаду,	Сжимают и разжимают пальцы в кулаки.
То увижу там шакала,	Соединяют все пальцы обеих рук с большими, образуя бинокль, подносят к глазам. Разгибают большой палец правой руки.
Кенгуру, гиппопотама,	Разгибают указательный и средний пальцы правой руки.
Обезьяну, тигра, льва,	Разгибают безымянный палец, мизинец правой руки и мизинец левой руки.
Крокодила и слона.	Разгибают безымянный и средний пальцы левой руки.
Хорошо живется им	Сжимают и разжимают пальцы в кулаки.
Не бывает снежных зим.	Хлопают в ладоши и разводят руки в стороны.

Пальчиковая игра «Мамы и детеныши»

За мамой слонихой шагает слоненок,	Соединяют подушечками большие пальцы обеих рук.
За крокодилихой – крокодиленок,	Соединяют указательные пальцы.
За львицей шагает маленький львенок,	Соединяют средние пальцы.
За верблюдицей бежит верблюжонок,	Соединяют безымянные пальцы.
За зеброй спешит полосатый зебрёнок.	Соединяют мизинцы.
За кем же торопится каждый ребенок?	Показывают ладошки, затем указывают на себя.

Лексическая тема «Водный и воздушный транспорт»

Пальчиковая игра «Транспорт»

Руки вместе прижимаю	Соединяют руки, прижав ладони друг к другу.
Ввысь ракету запускаю.	Соединенные руки поднимают вверх, имитируя взлет ракеты.
Пальцы все соединю	Соединяют ладони «лодочкой».
И на лодке поплыву.	Покачивают сложенными ладонями из стороны в сторону.

Пальчиковая игра «Самолет»

Летит самолет высоко-высоко. Ему на посадку зайти нелегко! Летчик за кругом делает круг... Ему самолет и товарищ, и друг!	Правой рукой изображают самолет: большой палец и мизинец оттопырены – это крылья.
На взлетную полосу сел самолет, Вперед побежал – и закончен полет.	Опускают руку на стол («сел самолет»), продвигают ее вперед и останавливают.
Двери открылись, под трапом земля,	Ладони перед собой, затем разводят их в стороны («двери открылись»).
И пассажиров встречают друзья.	Правой ладонью «обнимают» левую ладонь, затем наоборот.

Лексическая тема «Наземный транспорт. ПДД»

Пальчиковая игра «Светофор»

Красный – он один такой:	Сжимают и разжимают кулачки.
Не иди,	Грозят указательным пальцем правой руки.
А просто стой!	Указательный и средний пальцы правой руки вниз.
Желтый - все еще стоим	Указательный и средний пальцы левой руки вниз.
И внимательно следим.	Поднимают вверх указательный палец левой руки.
А зеленый подмигнет -	Подмигивают.
И свободен переход!	Вытягивают обе руки вперед ладонями вверх.

Пальчиковая игра «Машины»

Шуршат по дорогам	Гладят руками по столу.
Веселые шины,	Хлопают в ладоши.
Спешат по дорогам Машины, машины...	Берут в руки воображаемый руль, крутят его.
А в кузове важные, Срочные грузы -	Сжимают и разжимают пальцы.
Цемент и железо, Изюм и арбузы.	Загибают по одному пальцу на обеих руках.

Лексическая игра «Ягоды»

Пальчиковая игра «Сад и лес»

Заходите дети в сад	Сжимают и разжимают пальцы ладонями вверх.
Тут крыжовник, Виноград. А в лесу растет черника, Земляника, Ежевика!	Загибают по одному пальчику на обеих руках, начиная с большого.
Варит бабушка варенье,	«Варят варенье», водя указательным пальцем правой руки по ладони левой руки.
Будет внукам угощенье!	Вытягивают руки вперед.

Пальчиковая игра «Ягоды»

Ягоды – это крыжовник, Клюква, черника, брусника, Малина, клубника, шиповник, Смородина и земляника.	На каждое название ягоды, загибают по одному пальцу на правой, а затем на левой руках.
Запомнил ягоды я, наконец.	Раскрывают пальцы на обеих руках.
Что это значит?	Поднимают плечи, удивляются.
Я – молодец!	Вытягивают большой палец вперед.

Лексическая тема «Фрукты»

Пальчиковая игра «Фруктовая ладошка»

Этот пальчик – апельсин, Он, конечно, не один.	И.п.: правая ладонь раскрыта. Указательным пальцем левой руки показывают большой палец правой руки.
Этот пальчик – слива, Вкусная, красивая.	Указательным пальцем левой руки показывают указательный палец правой руки.
Это пальчик – абрикос, Высоко на ветке рос.	Указательным пальцем левой руки показывают средний палец правой руки.
Этот пальчик – груша, Просит: «Ну-ка, скушай!»	Указательным пальцем левой руки показывают безымянный палец правой руки.
Этот пальчик – ананас,	Указательным пальцем левой руки показывают мизинец правой руки.
Фрукт для вас и для нас.	Показывают ладошки, затем указывают на себя.

Пальчиковая игра «Апельсин»

Мы делили апельсин.	Разламывают воображаемый апельсин на дольки.
Много нас, а он один.	Показывают 10 пальцев, затем 1 палец.
Эта долька - для ежа.	Загибают большой палец левой руки.
Эта долька – для стрижа	Загибают указательный палец.
Эта долька – для утят.	Загибают средний палец.
Эта долька – для котят.	Загибают безымянный палец.
Эта долька – для бобра.	Загибают мизинец.
А для волка... кожура.	Бросательные движения правой рукой.
Он сердит на нас – беда!!!	Сжимают кулаки и прижимают их к груди.
Разбегайтесь кто куда!	«Бегут» пальцами по коленкам.

Лексическая тема «Овощи»

Пальчиковая игра «Капуста»

Тук! Тук! Тук! Раздается в доме стук. Мы капусту нарубили,	Ритмичные удары ребром ладоней по столу.
Перетерли,	Хватательные движения обеими руками.
Посолили	Указательный и средний пальцы трутся о большой.
И набили плотно в кадку.	Удары обеими руками по столу.
Все теперь у нас в порядке.	Отряхивают руки.

Пальчиковая игра «Огород»

Мы пришли в огород,	Сжимают и разжимают кулачки.
Что тут только не растет:	Хлопают в ладони и разводят руки в стороны.
Тыква, репка и чеснок, Лук, капуста, кабачок, Помидор и огурец.	Поочередно сгибают пальцы сначала на правой, затем на левой руке, начиная с большого.
Вот хозяин – молодец!	Руки сжаты в кулаки, большие пальцы поднять вверх.

Пальчиковая игра «Хозяйка однажды с базара пришла»

Хозяйка однажды с базара пришла, Хозяйка с базара домой принесла	«Шагают» пальчиками по столу.
Картошку, капусту, Морковку, горох, Петрушку и свеклу,	Загибают по одному пальчику на строчку на обеих руках.
Ох!	Хлопок.
Вот овощи спор завели на столе – Кто лучше, вкусней и нужней на земле?	Попеременные удары кулачками и ладонями.
Картошка? Капуста? Морковка? Горох? Петрушка иль свекла?	Загибают пальчики на обеих руках.
Ох!	Хлопок.
Хозяйка тем временем ножик взяла И ножиком этим крошить начала	Стучат ребром каждой ладони по столу.
Картошку, капусту, Морковку, горох, Петрушку и свеклу,	Загибают пальчики.
Накрытые крышкой, в душном горшке Кипели, кипели в крутом кипятке	Ладони складывают крест-накрест на столе.
Картошка, Капуста, Морковка, Горох, Петрушка и свекла.	Загибают пальчики.
Ох!	Хлопок.
И суп овощной оказался неплох!	Показывают, как едят суп.

Лексическая тема «Грибы»

Пальчиковая игра «За грибами»

Мы идем дорожками, Мы идем тропинками,	Указательные и средние пальцы обеих рук «шагают» по столу.
Мы идем с лукошками, Мы идем с корзинками.	Скрещивают пальцы обеих рук (дно корзинки). Большие пальцы соединяют кончиками в виде дуги (ручка корзинки)
Прямо за опушкою Вдруг нашли волнушки мы. И пенек с опенками Под рябиной тонкою. Крепкий подберезовик Вырос под березою, Красный подосиновик Вырос под осиною.	Загибают по очереди пальцы на обеих руках на каждое название гриба, начиная с больших.

Пальчиковая игра «Грибы»

Топ-топ – пять шагов, В туесочке пять грибов.	Дети «шагают» пальчиками по столу. Переплетают пальцы обеих рук – туесочек, большие пальцы – ручка. Показывают пять пальцев правой руки.
Мухомор красный – Гриб опасный. А второй – лисичка, Рыжая косичка. Третий гриб – волнушка, Розовое ушко. А четвертый гриб – сморчок, Бородатый старичок. Пятый гриб – белый, Ешь его смело!	На каждое двустигшие дети разгибают по одному пальчику, начиная с мизинца, на одной или обеих руках.

Литература

1. А.В. Никитина. 33 лексические темы. Пальчиковые игры, упражнения на координацию слова движением, загадки для детей (6-7 лет)– СПб.: КАРО, 2008.
2. Е.А. Савельева. Пальчиковые и жестовые игры в стихах для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.