

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА С ДЕТЬМИ 4–5 ЛЕТ

Прошунина Светлана Александровна, воспитатель СП детский сад «Журавленок» ГБОУ СОШ «Образовательный центр» им. Е. М. Зеленова п.г.т. Новосемейкино

Все знают, насколько важна мелкая моторика для развития речи. Выполнение пальчиковой гимнастики для детей 4–5 лет – это еще и возможность подготовить ручки к письму. Не за горами школа, и будет лучше, если ребенок пойдет в нее подготовленным. Что такое пальчиковая гимнастика, объясняет само название.

Это гимнастика, которая выполняется пальцами рук. Они попеременно и одновременно сгибаются, трут друг дружку, выполняют другие действия под мелодичные стихи-потешки. Иногда такие занятия проводят воспитатели в детском саду. В первых классах школы разминка пальчиков является обязательной. Она помогает снять усталость после письма.

Возраст 4–5 лет – оптимальный для начала домашних занятий пальчиковой гимнастикой. Но если есть желание, можно делать ее и гораздо раньше. Психологическое созревание и двигательная активность тесно взаимосвязаны в детском возрасте. Говоря простым языком, чтобы ребенок умственно развивался, ему необходимо двигаться. За совершенствование речевых навыков отвечает мелкая моторика. Манипуляции с мелкими предметами, целенаправленные движения пальчиками стимулируют работу центра.

Пальчиковая гимнастика:

- тренирует мелкую моторику;
- развивает пространственное мышление, ум ребенка;
- повышает силу и ловкость пальчиков, готовит их к письму;
- способствует правильной речи; улучшает память и внимание.

Лучшее время для обучения ребенка – сразу после завтрака или после дневного сна и полдника. В этот период у малыша много сил, он максимально готов концентрироваться на заданиях. Тем не менее, это не исключает возможность проведения пальчиковой гимнастики в любое время и в любом месте. Например, в дороге, очереди, на прогулке. К счастью, подобные занятия не требуют использования дополнительных атрибутов. Все, что нужно – запомнить потешки и движения, увлечь ребенка в игру.

Полезные рекомендации:

1. Перед занятием пальчики нужно размять.
2. Ручки должны быть теплыми. Читать потешки следует максимально выразительно, задействуя мимику.
3. Ребенок должен знать примерное содержание стихотворения.
4. Если стишок новый, нужно заранее с ним ознакомить малыша.
5. Можно делать гимнастику под аудиозапись с детскими стишками. Каждое упражнение выполняется с повтором, но не больше 3 раз подряд.
6. Одно занятие длится 10–15 минут.
7. Постепенно набор игр меняется, а сами движения усложняются.
8. Любимые стихи рекомендуется оставить и читать их первыми.
9. Особенно важно, чтобы в гимнастике участвовали два последних пальца – мизинец и безымянный.

Для занятия пальчиковой гимнастикой можно использовать любые короткие стишки. Движения придумываются на ходу. Родитель читает выбранное произведение и быстренько воображает, как изобразить козочку, собачку, дождик или солнышко. Взрослый показывает движения, а ребенок повторяет. При систематических занятиях, малыш сможет делать гимнастику без подсказки. Некоторым деткам интересно фантазировать и делать свои «постановки». Такое стремление нужно обязательно поддерживать.

ОБЛАКА

Два кулачка перед собой, подушечки указательных пальцев соединены: **Облака как паруса**

Кулачки сжимаются и разжимаются: **Мчит их ветер, гонит**

Движение левой ручки вперед, пальчики раскрыты: **Если много облаков**

Указательный пальчик стучит по ладошке второй руки: **Значит, будет дождик**

Правая ручка движется вперед, пальчики раскрыты: **Ну а если облака**
Пальцы покачиваются вправо-влево: **Как перо жар-птицы**
Обе ручки над головой с разведенными пальчиками: **Будет солнышко с утра**
Махи руками по сторонам: **Запоют все птицы**
Кулачки соприкасаются: **А столкнутся лоб об лоб**
Нарисовать ручками круг: **В тучу превратятся**
Ладонки стучат по столу: **И тогда грохочет гром**

ОСЕНЬ ПРИШЛА

Пальчики поочередно сгибаются, начиная с большого: **Раз два, три, четыре, пять,**

Сжимаются и разжимаются кулачки: **Будем листья собирать**

Одна ручка загибает большой пальчик другой руки: **Листья калины**

Указательный пальчик: **Листья рябины**

Средний: **Листья липы**

Безымянный: **Листья ясеня**

Мизинчик: **Листья клена соберем**

Пальцы стучат по столу: **Любимой маме отнесем**

Занятия пальчиковой гимнастикой с детьми 4–5 лет положительно сказывается на развитии мышления, повышают концентрацию и внимательность. Игры не отнимают много времени, достаточно заниматься по 10 минут в день. При этом какой заряд позитива они дарят ребенку и взрослому!