ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА РЕБЁНОК ЗАНИМАЕТСЯ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКОЙ?   
  
1. Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами приводит к возбуждению в речевых центров головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.   
  
2. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка.   
  
3. Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.   
  
4. Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.   
  
5. Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений. У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.   
  
6. В результате освоения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.   
  
С КАКОГО ВОЗРАСТА МОЖНО НАЧИНАТЬ ВЫПОЛНЯТЬ ЭТИ УПРАЖНЕНИЯ?   
  
Некоторые специалисты советуют заниматься пальчиковой гимнастикой с 6-7 месяцев. Но и в более позднем возрасте занятия будут очень полезны и эффективны.   
  
Начинать можно с ежедневного массажа кистей рук и пальцев по 2-3 минуты:   
1) поглаживать и растирать ладошки вверх — вниз;   
2) разминать и растирать каждый палец вдоль, затем — поперёк;   
3) растирать пальчики спиралевидными движениями.   
  
1. Сначала все упражнения выполняются медленно. Следите, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите малышу или научите его помогать себе второй рукой.   
  
2. Упражнения отрабатываются сначала одной рукой, если не предусмотрено участие обеих рук. Затем — другой рукой. После этого — двумя одновременно.   
  
3. Некоторые упражнения даны в нескольких вариантах. Первый — самый лёгкий.   
  
4. Каждому упражнению соответствует свой рисунок для создания зрительного образа. Сначала покажите ребёнку цветной рисунок и объясните, как должно выполняться упражнение. Постепенно надобность в объяснениях отпадает: вы показываете картинку, называете упражнение, а малыш вспоминает, какое положение кистей рук или пальцев он должен воспроизвести.   
  
ВСЕ УПРАЖНЕНИЯ МОЖНО РАЗДЕЛИТЬ НА ТРИ ГРУППЫ.   
  
I группа. Упражнения для кистей рук:   
— развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких, чётких движений;   
— учат напрягать и расслаблять мышцы;   
— развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;   
— учат переключаться с одного движения на другое.   
  
Например. «Флажки»   
Вариант 1. Исходное положение. Расположить ладони перед собой. Одновременно опускать и поднимать ладони, сопровождая движения стихами. Если ребёнок легко выполняет это упражнение, можно предложить опускать и поднимать ладони, не сгибая пальцы.   
  
Я в руках флажки держу   
И ребятам всем машу!   
  
Вариант 2. Поочерёдно менять положение рук на счёт: «раз-два». «Раз»: левая рука — выпрямлена, поднята вверх, правая рука — опущена вниз. «Два»: левая рука — опущена вниз, правая рук — поднята вверх.   
  
II группа. Упражнения для пальцев условно статические:   
— совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.   
  
«Улитка»   
Исходное положение. Указательный, средний и безымянный пальцы прижаты к ладони. Большой палец и мизинец то выпрямляются, то прячутся. Выполнять упражнение сначала каждой рукой по очереди, потом двумя руками одновременно. Можно изобразить как улитка ползёт по столу.   
  
Улитка, улитка! Высуни рога!   
Дам тебе я хлеба или молока!   
  
«Пчела»   
Выпрямить указательный палец, остальные пальцы прижать к ладони большим пальцем. Вращать указательным пальцем.   
  
Жу-жу-жу, жу-жу-жу,   
Над цветами я кружу!   
  
III группа. Упражнения для пальцев динамические:   
— развивают точную координацию движений;   
— учат сгибать и разгибать пальцы рук;   
— учат противопоставлять большой палец остальным.   
  
«Семья»   
Сжать пальчики в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.   
  
Этот пальчик — дедушка,   
Этот пальчик — бабушка,   
Этот пальчик — папочка,   
Этот пальчик — мамочка.   
Этот пальчик — это Я.   
Вот и вся моя семья.   
  
На слова последней строчки ритмично сжимать и разжимать пальцы.   
  
ПОМНИТЕ!   
Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Занимайтесь ежедневно около 5 минут.   
  
Высокий уровень развития мелкой моторики свидетельствует о функциональной зрелости коры головного мозга и о психологической готовности ребёнка к школе. Замечено, что игры и упражнения на развитие мелкой моторики оказывают стимулирующее влияние на развитие речи. Они являются мощным средством поддержания тонуса и работоспособности коры головного мозга, средством взаимодействия её с нижележащими структурами.   
  
В процессе игр и упражнений на развитие мелкой моторики у детей улучшаются внимание, память, слуховое и зрительное восприятие, воспитывается усидчивость, формируется игровая и учебно-практическая деятельность.