

## **Что такое пальчиковая гимнастика (пальчиковые игры) и чем она полезна для развития дошкольника?**

Известный педагог Сухомлинский сказал: «Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев».

Пальчиковая гимнастика - это инсценировка стихов или каких-либо историй при помощи пальцев. Пальчиковые игры - это упражнения пальчиковой гимнастики.

### **Какое действие оказывает пальчиковая гимнастика:**

- Тренировка движений пальчиков и кистей рук является мощным средством развития мышления дошкольника. Повышается работоспособность коры головного мозга, т.е. при любом двигательном тренинге упражняются не только руки, но и мозг;
- Мелкая пальцевая моторика связана с развитием речи. При движении пальчиков и кистей рук возбуждение от двигательного центра перекидывается на речевые центры головного мозга и приводит к резкому усилению согласованной деятельности речевых зон;
- Пальчиковая гимнастика развивает умение дошкольника подражать взрослым, учит вслушиваться в речь, ее понимать, повышает речевую активность, а также создает благоприятную эмоциональную атмосферу;
- На занятиях по пальчиковой гимнастике дошкольник учится концентрировать внимание и правильно его распределять, усилить контроль над своими движениями. В пальчиковых играх нужно запоминать многое: и положение пальцев, последовательность движений и стихи;
- Когда дошкольник начнет говорить и сможет стихами сопровождать упражнения из пальчиковой гимнастики - его речь будет более четкой, ритмичной, яркой;
- Пальчиковые игры развивают фантазию и воображение. Руками можно «рассказывать» целые истории. Сначала пример покажет кто-то из взрослых, а далее дошкольник сможет сочинять свои «пальчиковые истории». После всех этих упражнений кисти и пальцы рук станут сильными, подвижными, гибкими, что в дальнейшем окажет положительное влияние в освоении навыка письма.

## Упражнения для пальчиковой гимнастики

### КОРЗИНКА

*В лес корзинку я беру  
И грибы в нее кладу.*

Ладони на себя, пальчики переплетаются, и локотки разводятся в стороны. Ладони как бы разъезжаются, и между пальцами образуются зазоры. Большие пальчики образуют ручку.



### КОЛОКОЛЬЧИК

*Колокольчик все звенит,  
Язычком он шевелит.*

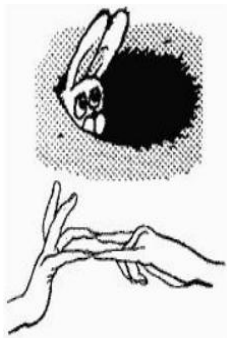
Тыльные стороны рук обращены вверх, пальцы обеих рук скрещены, средний палец правой руки опущен вниз, и дошкольник им свободно вращает.



### ЗАЙЧИК В НОРКЕ

*Как у елки на пригорке  
Спрятался зайчишка в норке.*

Левая ладонь почти горизонтальная, правая тоже. Указательный и мизинец правой руки упираются в указательный и мизинец левой. Средний и безымянный пальцы правой руки подняты и разведены в стороны (ушки). Большой палец прижат.



### ЦЕПОЧКА

*Пальчики перебираем  
И цепочку получаем.*

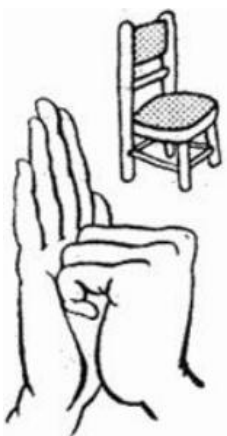
Большой и указательный пальцы левой руки в кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой - средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.



### СТУЛ

*Ножки, спинка и сиденье –  
Вот вам стул на удивленье.*

Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе). Если дошкольник легко выполняет это упражнение, можно усложнить пальчиковую игру: менять положение рук попеременно на счет раз.



### КРАБ

*Краб ползет по дну,  
Выставив свою клешню.*

Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы к себе. Передвигаем на пальчиках ладони сначала в одну сторону, затем в другую.

