

Пальчиковая гимнастика. Зачем она нужна вашему ребенку?

Движения пальцев и кистей рук ребенка имеют особое развивающее воздействие. Как вы помните, у новорожденного кисти всегда сжаты в кулачки, и если взрослый вкладывает свои указательные пальцы в ладони ребенка, тот их плотно сжимает. Малыша можно даже немного приподнять. Однако эти манипуляции ребенок совершает на рефлекторном уровне, его действия еще не достигли высокого мозгового контроля, который позволяет впоследствии сознательно выполнять движения.

Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было известно еще во II веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждали, что игры с участием рук и пальцев (типа нашей «Сороки-белобоки» и других) приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии.

Японский врач Намикоси Токудзиро создал оздоравливающую методику воздействия на руки. Он утверждал, что пальцы наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. На кистях рук расположено множество акупунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы, рефлекторно с ними связанные.

По насыщенности акупунктурными зонами кисть не уступает уху и стопе. Восточные медики установили, что 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 Китае распространены упражнения ладоней с каменными и металлическими шарами. Популярность занятий объясняется их оздоравливающим и тонизирующим организм эффектом. Регулярные

упражнения с шарами улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение, улучшают деятельность сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, развивают координацию движения, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус.

В Японии широко используются упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша.

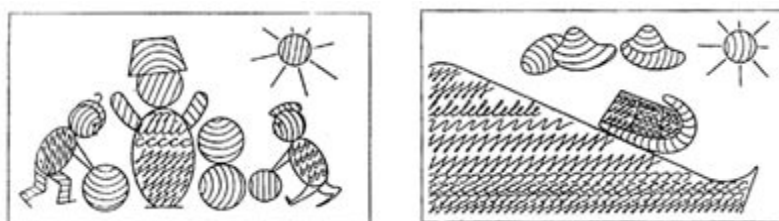
Талантом нашей народной педагогики созданы игры «Ладушки», «Сорока-белобока», «Коза рогатая» и другие. Их значение до сих пор недостаточно осмыслено взрослыми. Многие родители видят в них развлекательное, а не развивающее, оздоравливающее воздействия. Исследования отечественных физиологов также подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В.М. Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. 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. Исследования М.М. Кольцовой доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Развитие тонких движений пальцев рук предшествует появлению артикуляции слогов. Благодаря развитию пальцев в мозге формируется проекция «схемы человеческого тела», а речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев.

Особенно важна подготовка детской руки к письму в школе. В школе ваш ребенок будет учиться писать. Возможно, дошкольник учится этому уже сейчас. Очень важно, чтобы рука ребенка была хорошо к этому подготовлена, иначе, обучаясь письму, он очень сильно сжимает ручку, а от

этого слишком быстро устают пальцы (а иногда даже возникают и серьезные физиологические нарушения).

Для данной подготовки необходимы упражнения, развивающие мелкие мышцы пальцев и кисти руки. Такими упражнениями является штриховка, которая не только укрепляет эти мышцы, но и в процессе работы развивается речь, логическое мышление, активизируются творческие способности.

Правила штриховки легко запомнить: штриховать только в заданном направлении, не выходить за контуры рисунков (см. образцы предметов для штриховки). Работа со штриховкой очень увлекает детей, доставляет им удовольствие, они не чувствуют усталости.



Также можно предложить ребенку регулярно заниматься с крупой и орехами: сортировать, катать между большим и указательным пальцами:

1) Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Неприменно каждый пальчик

Быть послушным научу.

2) Научился два ореха

Между пальцами держать.

Это в школе мне поможет

Буквы ровные писать.

Шить, вязать, красиво вышивать ваш ребенок научится гораздо позже. Но элементарную ловкость при работе с иглой, нитками и спицами можно развивать уже сейчас. Такие упражнения укрепят мышцы рук, помогут будущему первокласснику сосредоточиться во время школьных уроков.

Дайте ребенку возможность проявлять в игре выдумку, инициативу, активность и самостоятельность, и тогда у него появится уверенность в себе,

которая поможет в дальнейшем многого добиться в жизни. Самое главное – во время игры отмечайте все достижения малыша и не акцентируйте недостатки, хвалите успехи и не ругайте за ошибки.

Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?

1. Выполнение упражнений и ритмичных движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах 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. Ребята учатся концентрировать своё внимание и правильно его распределять,
4. Если ребёнок будет правильно выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль над выполняемыми движениями.
5. Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений.
6. У детей развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет "рассказывать руками" целые истории,
7. В результате освоении всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма