**ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА РЕБЕНОК ЗАНИМАЕТСЯ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКОЙ?**

Выполнение упражнений и ритмических 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.

Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка.

Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.

Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.

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.

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 по 2-3 минуты кистей рук и пальцев:

- поглаживать и растирать ладошки вверх – вниз;

- разминать и растирать каждый палец вдоль, затем – поперёк;

- растирать пальчики спиралевидными движениями.

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.

Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем – другой рукой, после этого – двумя одновременно.

Некоторые упражнения даны в нескольких вариантах. Первый – самый лёгкий.

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 дифференцированных 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.