

# РОЗВИТОК ДРІБНОЇ МОТОРИКИ ПАЛЬЦІВ РУК

Дитина пізнає світ передусім за допомогою органів чуття: розглядає його та прислухається до розмаїття звуків, досліджує на дотик, на смак, на запах. Взаємодія з оточенням неможлива без рухової діяльності дитини. Чим більше дитина рухається, тим активніша її пізнавальна діяльність, тим повніший та інтенсивніший її розвиток.

Науково доведено, що від розвитку дрібної моторики прямо пропорційно залежать розвиток інтелекту, мовлення, уваги, уяви, пам'яті, зорових аналізаторів. Навички дрібної моторики допомагають дитині обстежувати, аналізувати, порівнювати, класифікувати навколишні предмети й відповідно краще розуміти світ, у якому вона живе.

У дитинстві, коли активно формуються мовленнєві зони, надзвичайно важливий вплив на їхній подальший розвиток мають імпульси, що надходять від пальців рук до кори головного мозку та стимулюють мовленнєву й розумову діяльність. Ще більше, прості рухи кистей допомагають зняти загальне напруження, що сприяє покращенню вимови звуків, побудові логічно правильних, семантично зв'язних висловлювань.

Саме тому тренування пальців рук, розвиток дрібної моторики — необхідний стимул інтенсивного розвитку мовлення дитини, і воно набуває особливого корекційного значення в роботі з дітьми. Різноманітні вправи та завдання для пальчиків не тільки сприяють розвитку мовлення та інтелектуальних здібностей дитини, а й допомагають організувати діяльність дитини впродовж дня, відволікти, розвеселити, забезпечити психологічний комфорт.

## **Масаж кисті руки шишкою**

Шишка швидко пробігає

Ручки наші розминає. *(Затиснути шишку між долонями, перекочувати її вперед-назад. Повтор. 7-10 разів.)*

Вправна шишечка моя —

Здоровішим буду я. *(Покласти шишку на долоню, промовляти слова.)*

Метелики прилетіли

І на щічки нам сіли. *(Шишкою по чергово торкатися до правої та лівої щічки, повтор. 7-10 р.)*

Крильцями полоскотали — Діти враз веселі стали. *(Пальчиками помасажувати щічки.)*

## **Масаж кисті руки горіхом**

Веселенький біг струмочок (*Колові рухи горіхом по долоні правої руки.*)

Повернув на горбочок, (*Покласти руку на тверду поверхню, перекочувати вгору від зап'ястя до середнього пальчика.*)

Стрімко вниз він покотився (*Перекочувати вниз від середнього пальця до зап'ястя.*)

І в долонці опинився. (*Так само помасажувати ліву ручку. Повторювати 5 разів.*)

## **Комплекс вправ пальчикової гімнастики з каштанами**

1. «Позбираємо каштани» (*Беремо каштани трьома пальчиками: великим, вказівним, середнім.*)

2. «Катаємо колобка» (*Колові рухи по долонях.*)

3. «Тук-тук» (*Постукуємо каштанчиком по кожному пальчику з внутрішнього боку.*)

4. «Притисни» (*Притискаємо каштани в кулачок пальчиками.*)

5. «Вісімка» (*Прокручуємо два каштани в одній долоні.*)

## **Масаж кисті руки шишкою**

1. Дощові краплинки

Торкнулися руки,  
Їх зовсім не бояться  
Всі наші малюки.

(*Поглажування: на рахунок один — рух шишкою по зовнішній поверхні лівої руки від пальців до ліктя; два — по внутрішній поверхні; три — по зовнішній поверхні; чотири — по внутрішній поверхні.*)

2. Дощик крапає частіше,

По руці він б'є сильніше.  
Хай водичка ллється, ллється —  
З неї сила додається.

(*Постукування у такій самій послідовності. Поглажування. Загалом 12 рухів.*)

Щоб сприяти розвитку пальців рук і тим самим розвивати мовлення вашої дитини, можна запропонувати малюкам наступні завдання:

- Розминати пальцями пластилін, глину.
- Катати по черзі кожним пальчиком камінці, намистинки, шарики.
- Нанизувати намистинки на тоненьку стрічку, робити намисто.
- Стискати та розтискати кулачки.
- Робити м'які кулачки, які можна легко розжати і в які дорослий може просунути свої пальці; та міцні, які не розтиснеш.
- Двома пальцями руки (вказівним та середнім) "ходити" по столу, спочатку повільно, а потім швидко, наче вони біжать. Вправа проводиться спочатку правою, а потім лівою рукою.
- Показувати окремо тільки по одному пальчику.
- Барабанити, постукувати всіма пальцями обох рук по столу.
- Махати в повітрі тільки пальцями, не рухаючи долонею.
- Плескати в долоні тихо і голосно, в різному темпі.
- Нанизувати великі гудзики на нитку.
- Зав'язувати вузлики на мотузці. Застібати гудзики, гачечки, замочки, закручувати кришки, заводити механічні іграшки.
- Закручувати шурупи, гайки.
- Ігри з конструктором, мозаїкою, кубиками.
- Складання матрьошок.
- Малювання у повітрі
- Ігри з піском, водою.
- Малювати, розфарбовувати, штрихувати.
- Різати ножицями.

Важливою частиною роботи з розвитку дрібної моторики є пальчикова гімнастика. Ці ігри дуже емоційні, їх можна проводити повертаючись з дитячого садка, сидячи в черзі до лікаря, у транспорті та, звичайно, вдома. Вони дуже захоплюючі і сприяють розвитку мовлення та творчої діяльності. "Пальчикові ігри" начебто відтворюють реальність навколишнього світу – предмети, тварин, людей, їх діяльність, явища природи. В ході "пальчикових ігор" діти, повторюючи рухи дорослих активізують моторику рук та мовлення. "Пальчикові ігри – це інсценування яких-небудь рифмованих розповідей, казок з допомогою пальчиків. Багато ігор потребують участі обох рук, що дає можливість дітям орієнтуватися в поняттях "праворуч", "ліворуч", "вгору", "вниз" і т.п. На початку та вкінці гри необхідно включати вправи на розслаблення, щоб зняти зайве напруження у м'язах. Це може бути погладження від кінців пальців до долоні, легке потрушування, помахування руками.

### **Моя сім'я**

Оцей пальчик – мій дідусь,  
Оцей пальчик – моя бабуся,

Оцей пальчик – мій татусь,  
А оцей - моя матуся,  
Ну, а цей звичайно – я,  
Ось уся моя сім'я  
(Почергове згинання пальчиків починаючи з великого)

### **Хованки**

Пальці в хованки всі грались  
Ось так, ось так,  
В кулачки всі заховались,  
Ось так, ось так.  
(Ритмічно згинати та розгинати пальці, покрутити кулачком)

### **Соління капусти**

Ми капусту шаткували, *(ребром долоні стукати почергово права-ліва рука по столу)*  
Свіжу моркву натирали, *(імітація тертя моркви)*  
Ми капусту посолили, *(імітація соління пальчиками по колу)*  
З неї соку надушили. *(«пожмакати» капусту)*  
Гарно все перемішали *(колові рухи руками)*  
Ам і в рот поклали *(імітація жування та поглажування животика)*

### **Замок**

На дверях замок висить, *(Пальці зціплені в замок - показати)*  
Ми його відкриємо вмить.  
Постукали, покрутили *(Пальці зціплені, долонями постукаючи, покрутити)*  
І легесенько відкрили. *(Пальці розціплюються, долоні в сторони)*



#### **1. Масаж шишкою:**

Шишка швидко пробігає

Ручки наші розминає. *(Затиснути шишку між долонями, перекочувати її вперед-назад. Повтор. 7-10 разів.)*

Вправна шишечка моя —

Здоровішим буду я. *(Покласти шишку на долоню, промовляти слова.)*

Метелики прилетіли

І на щічки нам сіли. *(Шишкою почергово торкатися до правої та лівої щічки, повтор. 7-10 р.)*

Крильцями полоскотали — Діти враз веселі стали. *(Пальчиками помасажувати щічки.)*



## 2. Комплекс вправ з каштаном:

1. «Позбираємо каштани» ( *Беремо каштани трьома пальчиками: великим, вказівним, середнім.*)
2. «Катаємо колобка» ( *Колові рухи по долонях.*)
3. «Тук-тук» ( *Постукуємо каштанчиком по кожному пальчику з внутрішнього боку.*)
4. «Притисни» ( *Притискаємо каштани в кулачок пальчиками.*)
5. «Вісімка» ( *Прокручуємо два каштани в одній долоні.*)

## Соління капусти

 <p>Ми капусту шаткували, (<i>ребром долоні стукати почергово права-ліва рука по столу</i>)</p>	 <p>Свіжу моркву натирали, (<i>імітація тертя моркви</i>)</p>	 <p>Ми капусту посолили, (<i>імітація соління пальчиками по колу</i>)</p>
 <p>З неї соку надушили. (<i>«пожмакати» капусту</i>)</p>	 <p>Гарно все перемішали (<i>колові рухи руками</i>)</p>	 <p>Ам і в рот поклали (<i>імітація жування та поглажування животика</i>)</p>