

Пальчик-мальчик, где ты был?



Наверное, нет в наше время родителей, которые не знали бы о пользе пальчиковых игр. Ведь развитие мелкой моторики рук отлично развивает и речь, и интеллект ребенка, вырабатывают у него внимательность, способность сосредотачиваться и расслабляться.

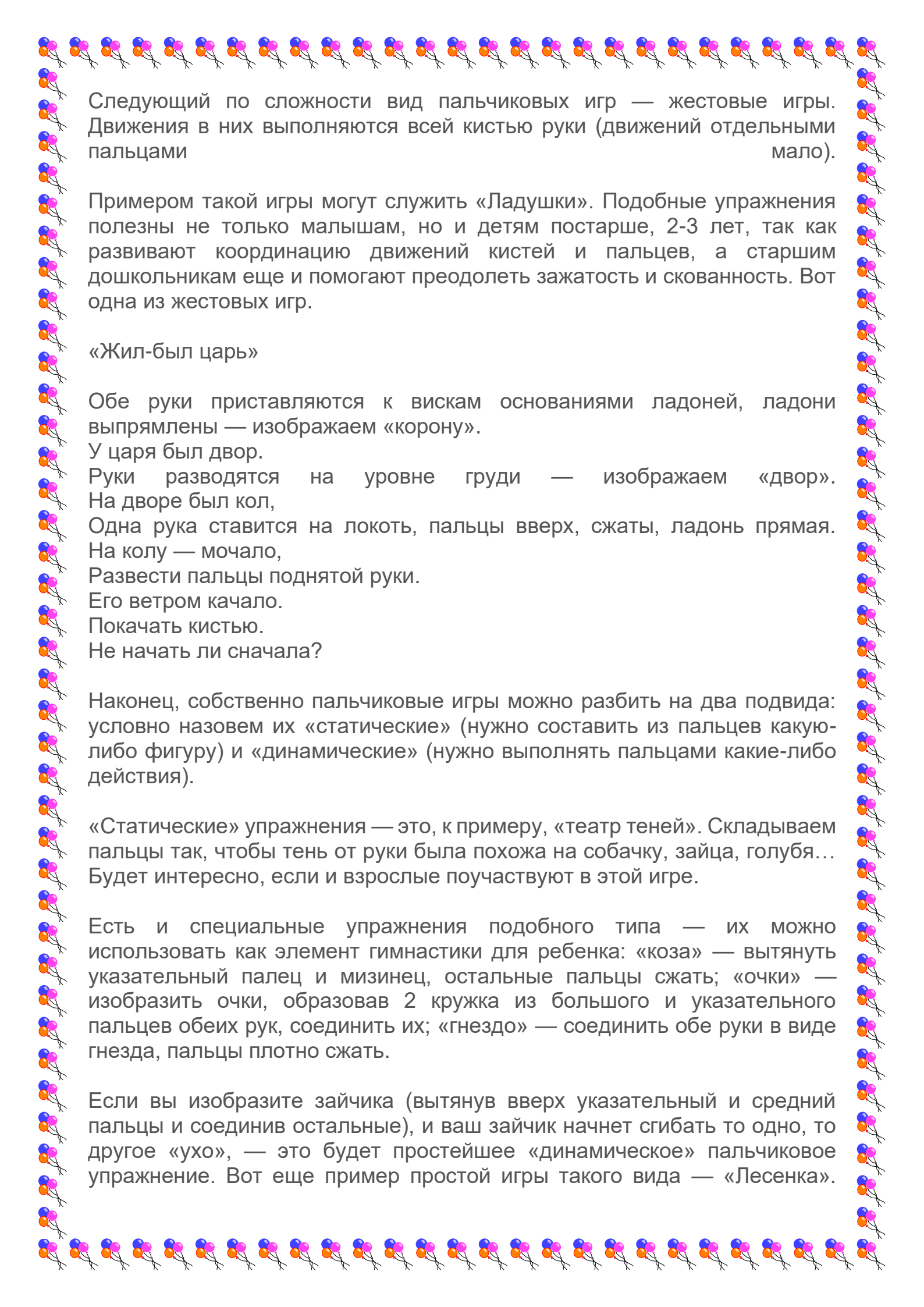
Однако представления о том, что такое эти пальчиковые игры, и как, собственно, в них играть, бывают совершенно разные. Кто-то вспомнит самую обычную «сороку-белобоку», а кто-то скажет о необходимости специальных занятий, и желательно — по составленным профессионалами пособиям. И все, в общем-то, будут правы. Потому что пальчиковых игр очень много и заниматься ими можно по-разному.

Самый простой вид этих игр, который подходит для детей любого возраста, даже (и особенно!) грудничкам — это массаж: поглаживание ладонки и пальчиков.

Полезно не только гладить, но и растирать пальчики, загибать их и разгибать, потряхивать.

Есть множество потешек, которыми можно сопровождать эти действия, например: «Этот пальчик — дедушка, этот пальчик — бабушка, этот пальчик — папочка, этот пальчик — мамочка, ну а этот пальчик — я! Вот и вся моя семья». Или: «Этот братец в лес ходил, этот братец щи варил, этот братец кашу ел, этот братец песни пел!».

Нетрудно и самим родителям придумать какие-нибудь «прибаутки», чтобы гимнастика проходила веселее.



Следующий по сложности вид пальчиковых игр — жестовые игры. Движения в них выполняются всей кистью руки (движений отдельными пальцами мало).

Примером такой игры могут служить «Ладушки». Подобные упражнения полезны не только малышам, но и детям постарше, 2-3 лет, так как развивают координацию движений кистей и пальцев, а старшим дошкольникам еще и помогают преодолеть зажатость и скованность. Вот одна из жестовых игр.

«Жил-был царь»

Обе руки приставляются к вискам основаниями ладоней, ладони выпрямлены — изображаем «корону».

У царя был двор.

Руки разводятся на уровне груди — изображаем «двор».

На дворе был кол,

Одна рука ставится на локоть, пальцы вверх, сжаты, ладонь прямая.

На колу — мочало,

Развести пальцы поднятой руки.

Его ветром качало.

Покачать кистью.

Не начать ли сначала?

Наконец, собственно пальчиковые игры можно разбить на два подвида: условно назовем их «статические» (нужно составить из пальцев какую-либо фигуру) и «динамические» (нужно выполнять пальцами какие-либо действия).

«Статические» упражнения — это, к примеру, «театр теней». Складываем пальцы так, чтобы тень от руки была похожа на собачку, зайца, голубя... Будет интересно, если и взрослые поучаствуют в этой игре.

Есть и специальные упражнения подобного типа — их можно использовать как элемент гимнастики для ребенка: «коза» — вытянуть указательный палец и мизинец, остальные пальцы сжать; «очки» — изобразить очки, образовав 2 кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их; «гнездо» — соединить обе руки в виде гнезда, пальцы плотно сжать.

Если вы изобразите зайчика (вытянув вверх указательный и средний пальцы и соединив остальные), и ваш зайчик начнет сгибать то одно, то другое «ухо», — это будет простейшее «динамическое» пальчиковое упражнение. Вот еще пример простой игры такого вида — «Лесенка».



«Я иду наверх»

Левую ладонь поставьте перед собой вертикально, пальцы раздвиньте; указательным пальцем правой руки по очереди прикасайтесь к пальцам левой руки, начиная с мизинца, как бы поднимаясь по ступеням лесенки.

«Я спускаюсь вниз»

Указательный палец «спускается» по пальцам левой руки вниз от большого к указательному. Можно сочинить целую сказку:

«Маленький гномик отправился в лес. Топ-топ

Указательный и средний пальцы топают по столу, изображая ножки.

А навстречу ему два ежика. Шлеп-шлеп.

Руки шлепают по столу ладошками вниз.

Вдруг один ежик услышал гномика, испугался, свернулся в клубочек.

Сжимаем кулачок правой руки.

Потом колючки расправил, перестал бояться.

Пальчики-колючки спокойно ложатся на стол ладонью вниз.

Другой ежик испугался, сжался в комочек.

Другая рука сжимается в кулак. Дальше асимметричные движения рук.

Левая в кулаке — правая растопыривает пальцы, и наоборот.

Этот ежик боится, а тот колючки расправляет, теперь первый в клубочек сжимается, а второй храбрым становится. Посмотрел на них гномик и быстро-быстро побежал из лесу».

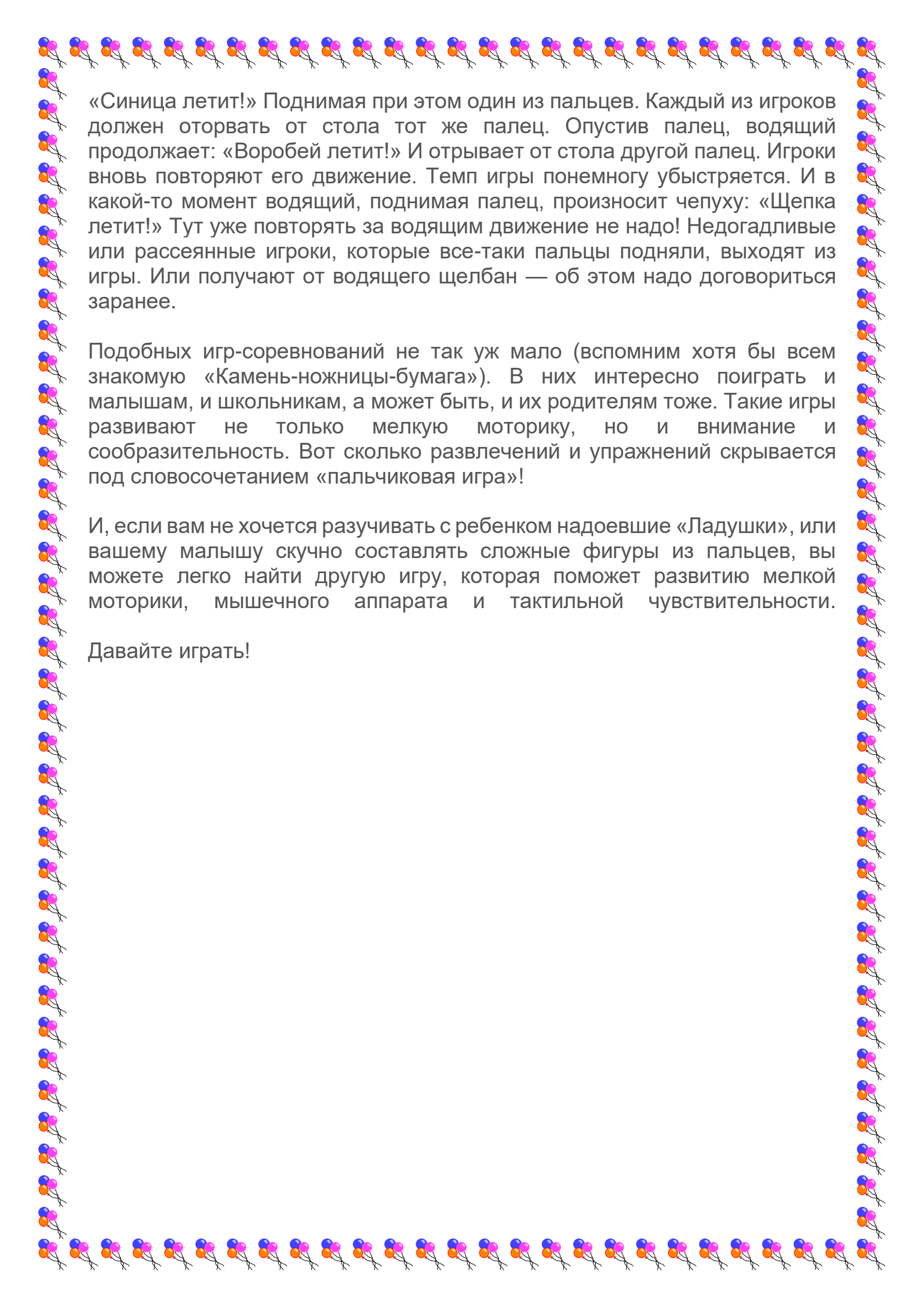
Указательный и средний палец изображают бегущие ножки.

Подобные упражнения полезны не только малышам, но и старшим дошкольникам для подготовки руки к письму. Задания в этом случае должны быть посложнее: например, «прошагать» по дорожке указательным и безымянным пальчиками, потом указательным и мизинцем, большим и указательным и т.д. «Динамические» пальчиковые игры отлично подходят в качестве развлечения детской компании.

Устроим шутивное соревнование «многоножек»! Перед началом игры дети должны положить руки на край стола. По сигналу взрослого «многоножки» начинают двигаться к противоположному краю стола, причем в движении принимают участие все пять пальцев.

Аналогично можно проводить гонки «слоников»: средний палец правой или левой руки — это «хобот», остальные пальцы — «ноги слона». Слону запрещается подпрыгивать и касаться хоботом земли, при ходьбе он должен опираться на все 4 ноги.

Для детей постарше стоит подобрать игру посерьезнее. Например, «Летает — не летает». Игроки рассаживаются вокруг стола, положив руки ладонями на стол. Выбирается тот, кто будет водить. Водящий говорит:



«Синица летит!» Поднимая при этом один из пальцев. Каждый из игроков должен оторвать от стола тот же палец. Опустив палец, водящий продолжает: «Воробей летит!» И отрывает от стола другой палец. Игроки вновь повторяют его движение. Темп игры понемногу убыстряется. И в какой-то момент водящий, поднимая палец, произносит чепуху: «Щепка летит!» Тут уже повторять за водящим движение не надо! Недогадливые или рассеянные игроки, которые все-таки пальцы подняли, выходят из игры. Или получают от водящего щелбан — об этом надо договориться заранее.

Подобных игр-соревнований не так уж мало (вспомним хотя бы всем знакомую «Камень-ножницы-бумага»). В них интересно поиграть и малышам, и школьникам, а может быть, и их родителям тоже. Такие игры развивают не только мелкую моторику, но и внимание и сообразительность. Вот сколько развлечений и упражнений скрывается под словосочетанием «пальчиковая игра»!

И, если вам не хочется разучивать с ребенком надоевшие «Ладушки», или вашему малышу скучно составлять сложные фигуры из пальцев, вы можете легко найти другую игру, которая поможет развитию мелкой моторики, мышечного аппарата и тактильной чувствительности.

Давайте играть!