

Пальчикова терапія





Пальчикова гімнастика - це абсолютно нова форма роботи з розвитку дрібної моторики пальців рук у дитини. Кожна людина може пригадати веселі ігри з пальчиками зі свого дитинства , які передаються нам з покоління в покоління , наприклад , «Ладоньки» , «Сорока - білобока » і т.д.

Пальчикова гімнастика може бути пасивною і активною. Пасивна гімнастика застосовується в роботі з дітьми дитячого віку , а також з більш старшими малюками , у яких відзначається низький рівень розвитку рухів пальців рук. У процесі пасивної гімнастики дорослий і дитина виконують всі рухи спільно . Активна пальчикова гімнастика передбачає самостійне вчинення дитиною рухів на основі наслідування дій дорослого .

У чому користь пальчикової гімнастики для дитини ?

По-перше , пальчикова гімнастика дозволяє розвинути чуттєву сферу, що сприятливо позначається на ознайомленні дітей з такими властивостями навколишніх об'єктів , як величина , форма , фактура .

По-друге , розвиток вільних , узгоджених , точних , диференційованих і скоординованих рухів пальців рук дозволяє ефективно опанувати рисункові , ліпними , аплікаційними вміннями , листом і самообслуговуванням (застібання гудзиків і т.д.).

По-третє , високий рівень розвитку дрібної моторики пальців рук має колосальний вплив на розвиток мови дітей , оволодіння способами комунікації , вдосконалення їх інтелектуальних і творчих здібностей.



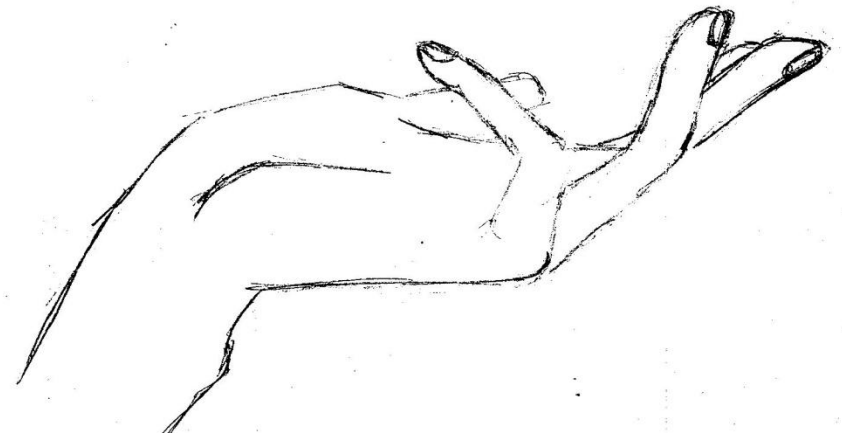
Правила , яких необхідно дотримуватися в процесі виконання пальчикової гімнастики:

- 1 . навантаження на ліву і праву руки дитини повинна бути рівномірною ;
- 2 . кожне ігрове завдання і вправа повинна закінчуватися розслабляючими рухами ;
- 3 . пальчикова гімнастика надає комплексну дію , тому повинна бути використана щодня.

Приклади дитячого пальчикового масажу

- розташуйте долоню малюка у себе на долоні, після чого погладьте кожен його пальчик; великим і вказівним пальцями своєї руки зробите кругові погладжування кожного пальчика дитини; зігніть і розігніть пальчики малюка (всі пальці разом чи кожний пальчик окремо);
- точково натисніть вказівним пальцем своєї руки на верхню фалангу (подушечку) кожного пальця малюка;
- нанесіть послідовні легкі удари по кінчиках напівзігнутих пальців малюка.

Проводячи гімнастику і пальчиковий масаж , ви також можете використовувати набір для Су Джок терапії , в який входять дуже ефективні масажери - кулька - їжачок і колечка - пружинки , що дозволяють опрацювати кожен пальчик дитини , тим самим впливаючи на мовні зони .





Приклади пальчикових вправ для дітей з предметами і матеріалами:

- збирання і розбирання пірамідки і матр'юшки ;
- складання візерунків з мозаїки; складання візерунків з рахункових паличок і сірників ; нанизування намистин на тесемку ;
- нанизування різнокольорових прищіпок ;
- застібання і розстібання замків , гудзиків , липучок і кнопок , зав'язування шнурків ;
- обмацування і загарбання предметів різної величини , форми і фактури: гімнастичної палиці і нитки , вати і паперу , кулі і куба , хутра і шовку;
- натиснення всіма пальцями одночасно або по черзі на повітряну кулю , гумові іграшки , пульверизатор ;
- просування вказівним пальцем дрібних предметів по столу з подальшим скиданням їх у коробочку;
- малювання пальчиками по вологому піску , манки ;
- розминання , відщипування , розкочування , прищипування , розмазування тіста і пластиліну.

Приклади пальчикових ігор для дітей:

Підібрати матюкам дитячі пальчикові ігри дуже просто . Візьміть будь-який дитячий вірш і придумайте до нього легко запам'ятовувані рухи. На перших порах вам самим доведеться підбирати пальчикові рухи. Але дуже скоро малюк із задоволенням буде допомагати вам .

Сірий гусак,
Гордий гусак
Шию своєю
Витягає ось так.



Тук-тук-тук!
Молодець!
Я зробив собі
стілець!



– Ме-ме-ме!, –
Кізка сердито
наставила роги,
Всіх проганяє
діток з дороги.



– Віть-віть-віть!
Віть-віть-віть!, –
Пташечка співає.
Швидко крильцями
махає,
Сонечко стрічає.





Куля



Ведмедик



Ножиці



Равлик



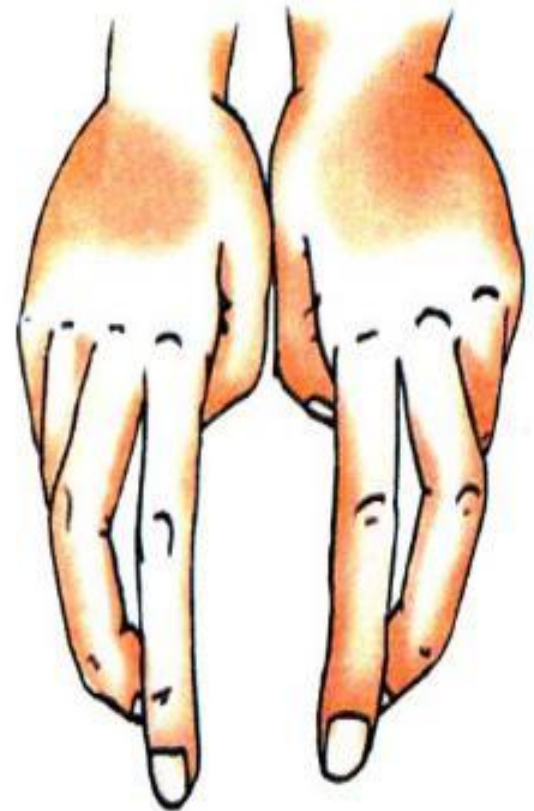
Слоник



КРОКИ

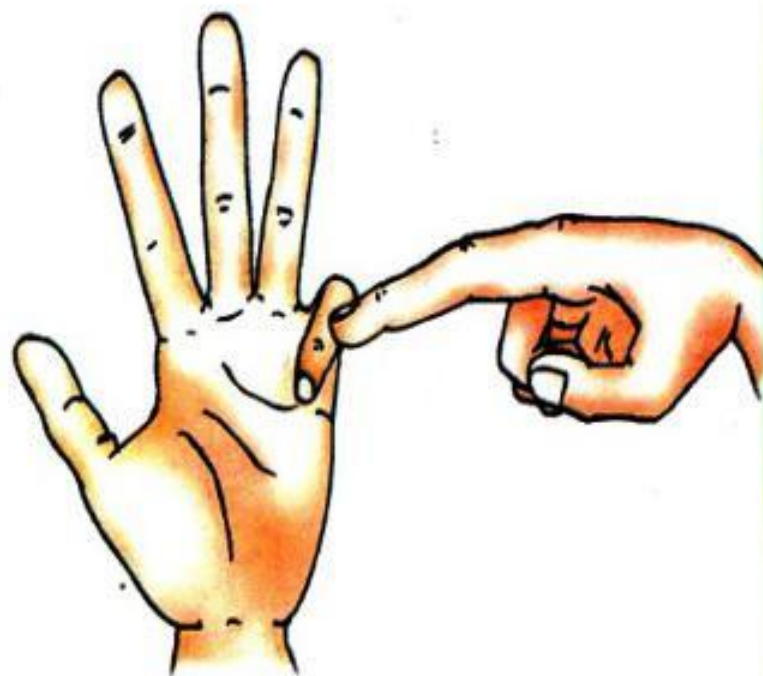
Ми крокуємо рівненько,
Вище ноги піднімай!
Я — наліво, ти — направо,
А тепер відпочивай.

*Кроки другим і третім пальцями
обох рук у різні сторони.*



БАБУСЯ

Хоч бабуся вже стара,
Всім гостинці роздала:
Тарасику — пряничок,
Іванкові — бубличок,
Тетянці — ватрушку,
Марійці — пампушку,
Тільки в Юлі — внученьки —
Без гостинців рученьки.



*Загинати правою рукою по черзі
пальці лівої руки. В кінці розвести ру-
ками.*