

Использование пальчиковой гимнастики в работе с детьми с ОВЗ.

Подготовила Каргина Л.С.
Педагог-психолог СП «Детский сад»

Пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться. Помимо этого, пальчиковые игры расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

У детей при ряде речевых нарушений отмечается выраженная в разной степени общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев рук, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией. В связи с этим в системе по обучению и воспитанию детей с ОВЗ предусматриваются коррекционно-развивающие мероприятия в данном направлении.

Учёные доказали, что с анатомической точки зрения, около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция кисти руки, расположенная очень близко от речевой зоны. Поэтому развитие речи ребёнка неразрывно связано с развитием мелкой моторики.

В быту человеку ежеминутно требуется совершать какие-нибудь действия мелкой моторики: застёгивание пуговиц, манипулирование мелкими предметами, письмо, рисование и т. д., поэтому от её развития напрямую зависит качество жизни.

Известный педагог В. А. Сухомлинский сказал: «Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев». «Рука - это инструмент всех инструментов», - заключал ещё Аристотель. «Рука - это своего рода внешний мозг», - писал Кант.

Эти выводы не случайны. Моторика относится к высшим психическим функциям. Среди других двигательных функций движения пальцев рук имеют особое значение, так как оказывают огромное влияние на развитие высшей нервной деятельности ребёнка.

Доказано, что и мысль, и глаз ребёнка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Результаты исследования показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук. **Тонкая моторика – основа развития, своего рода «локомотив» всех психических процессов (внимание, память, мышление, восприятие, речь).**

Тренировка пальцев через определенные зоны в коре головного мозга стимулирует подвижность органов артикуляции, делая речь ребёнка более четкой и правильной. Систематические занятия, требующие тонких движений пальцев, повышают работоспособность головного мозга, давая мощный толчок ребёнку к познавательной и творческой активности.

Так, на основе проведенных опытов и обследования большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев

соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстает. То задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть нормальной и даже выше нормы.

Пальчиковые игры – это своего рода целенаправленная рефлексорная гимнастика для мозга, стимулирующая развитие его отдельных зон. Они развивают не только ловкость и точность рук, но и стимулируют творческие способности, фантазию и речь. Пальчиковые игры влияют на пальцевую пластику, руки становятся послушными, что помогает ребенку в выполнении мелких движений, необходимых в рисовании, а в будущем и при письме.

Однако следует помнить, что развитие мозга идет поэтапно. Сначала созревают его нижние отделы, отвечающие за базовые функции: зрение, слух, движение, эмоции, пространственную координацию. И лишь когда они созреют, начинается активное развитие коры больших полушарий, где находятся зоны, ответственные за тонкие интеллектуальные функции: речь, абстрактное и творческое мышление, произвольную регуляцию.

Если же мы начинаем преждевременно активизировать верхние отделы мозга, они действительно начинают бурно развиваться, но при этом подавляют нормальное развитие нижних зон мозга. Получается своеобразный замок на песке: он может быть сколь угодно высок и затейливо украшен, но, не имея фундамента, будет крайне зыбким и неустойчивым – мозгу просто не хватит энергии для обслуживания сразу нескольких бурно развивающихся зон. В итоге, ранняя и неумелая стимуляция может привести к серьезным нарушениям, как психологическим, так и логопедическим.

Если кроха наотрез отказывается от любых пальчиковых упражнений, обратитесь к невропатологу или, еще лучше, к нейропсихологу: это может свидетельствовать о незаметных неопытному человеку, но достаточно серьезных неврологических проблемах.

Целью занятий по развитию ловкости и точности пальцев рук является развитие взаимосвязи между полушариями головного мозга и синхронизация их работы. В правом полушарии мозга возникают образы предметов и явлений, а в левом они вербализуются, т.е. находят словесное выражение. А происходит этот процесс благодаря "мостик" между правым и левым полушариями. Чем крепче этот мостик, считают ученые, тем быстрее и чаще по нему идут нервные импульсы, активнее мыслительные процессы, точнее внимание, выше способности.

«Пальчиковые игры» как бы отображают реальность окружающего мира — предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе «пальчиковых игр» дети, повторяя движения педагога, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Дозируем нагрузку.

Игры с пальчиками выглядят столь невинно, что родители даже не задумываются о том, что сами по себе эти манипуляции являются колоссальной нагрузкой для мозга ребенка. Убедиться в этом вам поможет несложный эксперимент. Сожмите в кулак левую руку (или, если вы левша, правую) так, чтобы большой палец оказался зажат четырьмя остальными пальцами. Теперь попытайтесь вытянуть безымянный палец, не разгибая при этом остальные.

Какие у вас ощущения? Скорее всего, не слишком приятные. Если выполнять это упражнение долго, может даже закружиться или разболеться голова. А ведь то же

самое испытывает и малыш во время выполнения «простеньких», с вашей точки зрения, упражнений. Поэтому любые игры, способствующие развитию мелкой моторики, нужно проводить крайне осторожно.

Любую игру надо заканчивать раньше, чем ребенок начнет проявлять первые признаки недовольства: вертеться, выдергивать ручку, хныкать.

Пальчиковые игры помогут вашему малышу:

- Развить внимание и терпение.
- Стимулировать фантазию, проявление творческих способностей.
- Научиться управлять своим телом, чувствовать себя уверенно в системе "телесных координат", что предотвратит возможность возникновения неврозов.
- Ощутить радость взаимопонимания без слов.

Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д.

I. ВЫПОЛНЕНИЕ ФИГУРОК ИЗ ПАЛЬЦЕВ

Домик

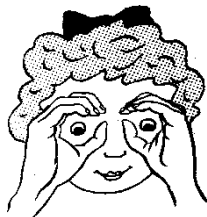
Дом стоит с трубой и
крышей,
На балкон гулять я
вышел.



Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).

Очки

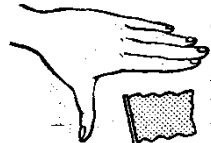
И внучонка
Большой
колечко.



Бабушка очки надела
разглядела.

*палец правой и левой руки вместе с остальными образуют
Колечки поднести к глазам*

Флажок



Я в руке - флажок держу
И ребятам им машу.

*Четыре пальца (указательный, средний, безымянный и мизинец) вместе
большой опущен вниз. Тыльная сторона ладони к себе.*

Лодка

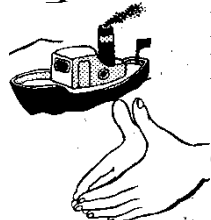


Лодочка плывет по речке,
Оставляя на воде колечки.

Обе ладони
(как ковшик)

поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням

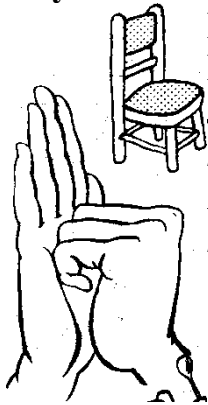
Пароход



Пароход плывет по речке,
И пытит он, словно печка

*Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а
большие пальцы подняты вверх.*

Стул



Ножки, спинка и сиденье —
Вот вам стул на удивленье.

Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе).

Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук попеременно на счет раз.

Грабли

Листья падают в саду,

Я их граблями смету.

Ладони на себя, пальчики переплетены между собой выпрямлены и тоже направлены на себя

Цепочка

Пальчики перебираем



указательный пальцы левой руки в кольцо.

пропускаются колечки из пальчиков правой

указательный, большой средний и т. д. Это

И цепочку получаем.

Большой и

Через него попеременно

руки: большой -

упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.

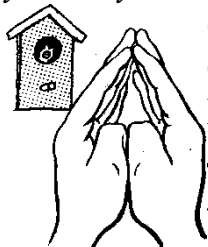


Скворечник

Скворец в скворечнике живет

И песню звонкую поет.

Ладони вертикально поставлены друг к другу, мизинцы прижаты (как лодочка), а большие пальцы загнуты вовнутрь.



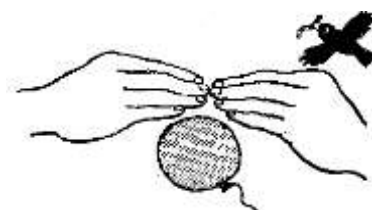
Шарик

Надуваем быстро шарик.

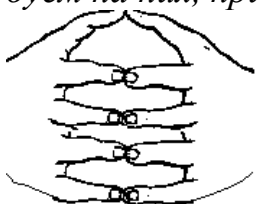
Он становится большой.

Вдруг шар лопнул, воздух вышел -

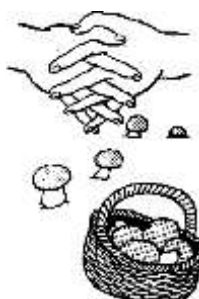
Стал он тонкий и худой.



Все пальчики обеих рук в «щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальчики принимают исходное положение.



Если пальчики



Елка

Елка быстро получается,

сцепляются.

Локотки ты подними,
Пальчики ты разведи.

*Ладони от себя, пальчики пропускаются между собой (ладони под углом друг к другу).
Пальчики выставляются вперед. Локотки к корпусу не прижимаются.*



Корзинка

В лес корзинку я беру
И грибы в нее кладу.

*Ладони на себя, пальчики переплетаются
и локотки разводятся в стороны. Ладони как бы разъезжаются, и
между пальцами образуются зазоры. Большие пальчики
образуют ручку.*

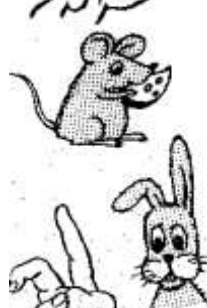
Кошка



А у кошки ушки на макушке,
Чтобы лучше слышать
мышь в ее норушке.

*Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный
и мизинец подняты вверх.*

Мышка



Серенький комочек сидит
И бумажкой все шуршит.

*Средний и безымянный пальцы
упираются в большой. Указательный и мизинец
согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному
пальцам.*

Зайка и ушки



Ушки длинные у зайки,
Из кустов они торчат.
Он и прыгает и скачет,

Веселит своих зайчат.

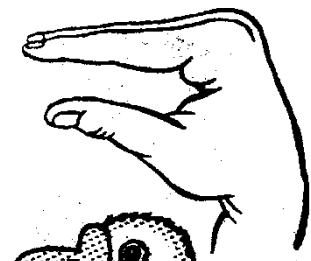
*Пальчики в кулачок. Выставить вверх средний и указательный пальцы. Ими
шевелить в стороны.*

Коза



У козы торчат рога,
Может забодать она.

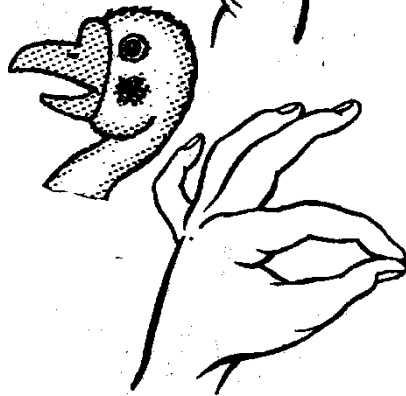
*Внутренняя сторона ладони опущена вниз. Указательный и
мизинец выставлены вперед. Средний и безымянный прижаты к
ладони и обхвачены большим.*



Гусь

Гусь стоит и все гогочет,
Ущипнуть тебя он хочет.

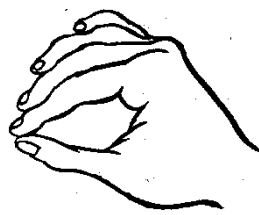
*Предплечье вертикально. Ладонь под прямым углом.
Указательный палец опирается на большой. Все пальцы
прижаты друг к другу.*



Петушок

Петушок стоит весь яркий,
Гребешок он чистит лапкой.

*Ладонь вверх указательный палец опирается на большой.
Остальные пальцы растопырены в стороны и подняты
вверх.*



Курочка

Курочка прыг на крыльцо:
Я снесла тебе яйцо.

*Ладонь располагается горизонтально. Большой и указательный
пальцы образуют глаз. Следующие пальцы накладываются друг на
друга в полусогнутом положении.*

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» помогают найти гармонию в тандеме тело - разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии. На основе подобных рассуждений 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 аккапунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы, рефлекторно с ними связанные. По насыщенности аккапунктурными зонами кисть не уступает уху и стопе. Так, например, массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга; указательного - положительно воздействует на состояние желудка, среднего - на кишечник, безымянного - на печень и почки, мизинца - на сердце.

Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?

1. 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, развивает мозг ребенка, стимулирует развитие речи.

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

3. Благодаря пальчиковым играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, он учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.

4. Если ребенок, выполняя упражнения, сопровождает их короткими стихотворными строчками, то его речь становится более четкой, ритмичной, яркой и усиливается контроль за выполнением движений.

5. Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений.

6. У малыша развиваются творческие способности, воображение, фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.

7. Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы всего тела.

8. Пальчиковые игры способствуют улучшению произношения многих звуков.

9. В результате усвоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в свою очередь развивает координацию, подготавливает руку ребенка к письму.

10. Такие игры формируют добрые взаимоотношения между ребенком и взрослым.

Коррекционная направленность пальчиковых игр и упражнений.

- решают комплексную задачу развития движений, психических процессов и личности в целом;
- оказывают общеукрепляющее влияние на организм ребенка и повышают работоспособность мышц, сокращают сроки адаптации к выполнению физических нагрузок;
- способствуют усвоению детьми различного ритма, автоматизируют согласованную деятельность рук у детей;
- улучшают подвижность мышц, способствуют объединенной работе кистей рук, совершенствуя их координацию, тем самым способствуют укреплению общего состояния здоровья детей;
- занятия по коррекции тонких движений пальцев рук позволяют детям успешно овладеть основами координационных механизмов, перенести координационные отношения, которыми они овладели в процессе индивидуальных занятий, во фронтальные формы работы и широко применять их в метании, лазанье, ходьбе.

Как играть в пальчиковые игры?

(несколько методических рекомендаций к проведению пальчиковых игр)

- Начинать пальчиковую гимнастику рекомендуется с разминки пальцев: сгибания и разгибания. Можно использовать для этого упражнения резиновые игрушки с пищалками или дети разогревают ладони лёгкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.

- Упражнение начинается с объяснения его выполнения, показывается поза пальцев и кисти, обсуждаем её содержание, сразу при этом отработывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволяет подготавливать детей к правильному выполнению упражнений, но и создаёт необходимый эмоциональный настрой.

- Постепенно от показа переходят к словесным указаниям (в случае, если ребенок действует неправильно, снова показывается верная поза).

- Если ребенок не может самостоятельно принять позу и выполнить требуемое движение, педагог берет руку ребенка в свою и действует вместе с ним; можно научить ребенка самого поддерживать одну руку другой или помогать свободной рукой действиям работающей.

- Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала правой рукой, затем левой, а потом двумя руками вместе. Гимнастика должна быть

простроена таким образом, чтобы задействовать кисти обеих рук, развивать и укреплять все мышцы.

- Выполняя упражнения вместе с детьми, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.

- При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки (особенно безымянный и мизинчик—они самые ленивые).

- Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.

- Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись детьми легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили радость. Добровольность выполнения игр, ребенок должен играть с удовольствием.

- Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости отдельным детям оказывается помощь.

- В идеале: каждое упражнение имеет своё название, длится несколько минут и повторяется в течение занятия 2 – 3 раза.

- При повторных проведениях игры дети нередко начинают произносить текст частично (особенно начало и окончание фраз). Постепенно текст разучивается наизусть, дети произносят его целиком, соотнося слова с движением.

- Выбрав два или три упражнения, постепенно заменяйте их новыми. Наиболее понравившиеся игры оставляйте в своём репертуаре и возвращайтесь к ним по желанию детей.

- Очень чётко придерживайтесь следующего правила: не ставьте перед детьми несколько сложных задач сразу (к примеру: показывать движения и произносить текст). Так как объём внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.

- Никогда не принуждайте! Попробуйте разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их (например, изменив задание), поменяйте игру.

- Пальцы левой и правой рук следует нагружать равномерно; после каждого упражнения нужно расслаблять пальцы (например, потрясти).

- Обязательно чередуйте три типа движений: сжатие, растяжение, расслабление.