**Консультация для воспитателей.**

**Развитие мелкой моторики рук у детей дошкольного возраста.**

**Введение**.

Одной из важнейших проблем детской возрастной и педагогической психологии является проблема развития мелкой моторики.
И.М. Сеченов и И.П. Павлов придавали очень большое значение мышечным ощущениям, возникающим при артикуляции. Сеченов писал: " Мне даже кажется, что я иногда не думаю прямо словами, а всегда мышечными ощущениями". Павлов также говорил, что, речь, - это, прежде всего мышечные ощущения которые идут от речевых органов в кору головного мозга.
Обращаясь к анатомическим отношениям, исследователи обратили внимание на то, что около трети всей площади двигательной проекции занимает проекция кисти руки, расположенная очень близко от речевой моторной зоны. Это навело на мысль о том, что тренировка тонких движений пальцев рук окажет большое влияние на развитие активной речи ребёнка.
Сотрудники Института физиологии детей и подростков Санкт-Петербургской академии психологических наук (М.М. Кольцова, Е.И. Исенина, Л.В. Антакова-Фомина) подтвердили связь интеллектуального развития с пальцевой моторикой. М.М. Кольцова пришла к заключению, что формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от руки, а точнее от пальцев рук.
Родителей и педагогов всегда волновали вопросы: как обеспечить полноценное развитие ребенка? как подготовить его к школе? Один из "практических" ответов на оба эти вопроса - развитие у детей мелкой моторики и улучшение координации движений.
Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно хорошо развиты память, мышление, внимание, связная речь. Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности ребенка к школьному обучению. Тонкая моторика - основа развития, своего рода "локомотив" всех психических процессов.
Поэтому развитые, усовершенствованные движения пальцев рук способствует более быстрому и полноценному формированию у ребенка речи, тогда как неразвитая ручная моторика, наоборот, тормозит такое развитие.
Интерес психологов к пальчиковым играм существует давно. Однако только в последние годы возникло направление использования пальчиковых игр для развития мелкой моторики рук ребёнка. Это современное самостоятельное направление практической психологии приобрело огромную популярность. Но в современной литературе слабо освещены практические аспекты использования пальчиковых игр в деятельности психологов и педагогов детских дошкольных учреждений как средства развития моторики ребёнка.

* + .

 **Психологические аспекты изучения развития мелккой моторики.**

 **Понятие мелкой моторики в психологических исследованиях.**
Мелкая моторика — совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног. В применении к моторным навыкам руки и пальцев часто используется термин ловкость.
В.А. Сухомлинский писал, что истоки способностей и дарования детей – на кончиках их пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда (ручкой, карандашом…), тем сложнее движения необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума; чем больше мастерства в детской руке, тем ребёнок умнее.
Установлено, что при включении приёмов развития мелкой моторики кисти в содержание и технологию преподавания письма, чтения, математики и, особенно, таких предметов как труд и физическая культура, закономерно отмечается значительное улучшение успеваемости детей и развитие школьно-значимых психических процессов (памяти, внимания, мышления). Особенно значительны положительные сдвиги у детей, изначально наиболее отстающих по развитию школьно-значимых функций.
Необходимость развития активных движений пальцев рук получила научное обоснование. Учёные, занимающиеся изучением деятельности детского мозга, психики детей отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков МНН установили, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.
По мнению известного исследователя детской речи М.М. Кольцовой – «Движения пальцев рук исторически, в ходе развития оказались тесно связанными с речевой функцией». Первой формой общения первобытных людей были жесты, особенно велика здесь была роль руки. Именно руки дали возможность развивать путём жестов тот первичный язык, с помощью которого проходило общение первобытных людей. Развитие функции руки и речи шло параллельно. Примерно таков же ход развития речи ребёнка. Сначала развиваются тонкие движения пальцев рук, затем появляется артикуляция слогов. Всё последующее совершенствование речевых реакций стоит в прямой зависимости от степени тренировки движений пальцев рук.
Есть основания рассматривать кисть руки, как орган речи – такой же, как артикуляционный аппарат. С этой точки зрения проекция руки, есть ещё одна речевая зона мозга.
Все мыслительные процессы сознания, как осознаные так и неосознаные, отражаются на мелких движений пальцев, положении рук и жестикуляции. Степень развития речи детей находится в прямой зависимости от уровня сформированности мелкой моторики рук. Развивать тонкую моторику необходимо в любом возрасте – как деткам, так и взрослым! Ещё во II веке до Н.Э. китайские мудрецы утверждали что действия рук сказываются на развитие мозга человека. Древние даоситы говорили, что массаж пальцев укрепляет тело и гармонизирует дух, а также оказывают благоприятное влияние на деятельность мозга. От простейших занятий с пальчиками существует огромная польза для общего развития человека.
Педагоги и психологи, занимающиеся проблемами развития дошкольников и младших школьников единодушно сходятся во мнении о том, что мелкая моторика очень важна, поскольку через нее развиваются такие высшие свойства сознания, как внимание, мышление, координация, воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие мелкой моторики важно еще и по причине, что в жизни, когда вырастет, ребенку понадобятся точные координированные движения, чтобы писать, одеваться, а также выполнять различные бытовые и прочие действия.
Еще в середине прошлого века было установлено, что уровень развития речи детей прямо зависит от сформированности движений мелкой моторики рук. Если развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие, хотя общая моторика при этом может быть выше нормы. Многочисленными исследованиями педагогов доказано, что движения пальцев рук стимулируют развитие центральной нервной системы и ускоряют развитие речи ребенка. Таким образом, развивая мелкую моторику у ребенка, и тем самым стимулируя соответствующие отделы мозга, а точнее его центры, отвечающих за движения пальцев рук и речь, которые расположены очень близко друг к другу, педагог активизирует и соседние отделы, отвечающие за речь.
В монографии А.Р. Лурии «Высшие корковые функции человека и их нарушения при локальных поражениях мозга», посвященной проблемам нейропсихологии, рассматривается функции различных зон головного мозга в их связи с речью и моторикой человека, в частности упоминается об их тесной взаимосвязи: «Так, в заднем отделе периферического поля слуховой коры обособляется специальный участок для анализа и синтеза рецептивных элементов устной речи — фонем (так называемый «центр Вернике»), в периферических полях зрительной коры — участок, позволяющий реализовать анализ и синтез зрительных элементов рецептивной речи; в расположенных по соседству с кожно-кинестетической зоной участках нижних отделов теменной области, непосредственно примыкающих к чувствительным «центрам» руки, губ, языка, гортани, осуществляется анализ и синтез кожно-кине-сгетических рецепций, лежащих в основе артикуляции; в определенном отделе периферии двигательной зоны коры (нижние отделы лремоторной зоны) протекают нейродинамические процессы, связанные с преобразованием членораздельных звуков устной речи в сложные последовательные синтезы (так называемый «центр Брока»); в другом отделе премоторной зоны, примыкающем к двигательным «центрам» руки (в заднем отделе средней лобной извилины), локализуется программирование и осуществление сложных систем последовательных движений и двигательных навыков».
Если у ребенка хорошо сформирована мелкая моторика руки, то и речь развивается правильно, а интенсивное развитие речи в раннем возрасте, по мнению Д Б. Эльконина, надо рассматривать не как функцию, а как особый предмет, которым ребенок овладевает так же, как он овладевает другими орудиями (ложкой, карандашом и пр.). Это своеобразная «веточка» в развитии самостоятельной предметной деятельности.
Исследования Г. Л. Розенгард-Пупко6 показали, что речь имеет чрезвычайно существенное значение для развития восприятия. В предметной деятельности происходит развитие восприятия Никакое развитие предметных действий невозможно без ориентации на отдельные признаки Л. С. Выготский говорил о раннем возрасте как о возрасте интенсивного развития восприятия.
Таким образом, мы можем построить следующую цепочку развития: мелкая моторика – речь – восприятие признаков, запоминание их, то есть происходит формирование еще и мышления, и памяти ребенка. Подтверждение данного тезиса мы можем найти в работах ученых-психологов. Например, по словам Л. С. Выготского, все психические функции в этом возрасте развиваются «вокруг восприятия, через восприятие и с помощью восприятия». То есть это и мышление, и память, и внимание. Следовательно, нашу цепочку можно дополнить: мелкая моторика – речь – восприятие – высшие психические функции (мышление, память, внимание).
О чудесных свойствах мелкой моторики знали еще наши мудрые предки. Из поколения в поколение передаются забавные народные потешки: «Ладушки-ладушки», «Сорока – белобока» и другие пальчиковые игры. Педагог Василий Сухомлинский писал: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев». А известный немецкий ученый Эммануил Кант называл руки видимой частью полушарий головного мозга.
Ручные навыки успешно использовала в работе с детьми итальянский гуманист и педагог, автор ставшей всемирно известной методики Мария Монтессори. По ее мнению, в раннем дошкольном возрасте большое значение имеет сенсорное развитие9. Познание окружающего мира малышом начинается с «живого созерцания», с сенсорных процессов — ощущения, восприятия, представления. Развитие их у ребёнка создаёт необходимые предпосылки для возникновения более сложных познавательных процессов (памяти, воображения, мышления). Формирование многих способностей (например, музыкальных, изобразительных) также связано с развитием ощущений, восприятий. А сенсорное развитие напрямую связано с мелкой моторикой руки, потому что осязание – одно из пяти чувств человека, при помощи которого дети в раннем возрасте получают огромное количество информации об окружающем мире. Правильно формирование мелкомоторных функций тем более важно еще и потому, что в раннем и дошкольном детстве сенсорные процессы развиваются особенно активно.
Мария Монтессори говорила, что каждое движение ребёнка — это ещё одна складочка в коре больших полушарий10. Упражнения в повседневной жизни очень важны для маленьких детей. Тренировка пальцев рук является мощным тонизирующим фактором для коры головного мозга.
Правильное развитие мелкой моторики определяет также формирование у ребенка сенсомоторной координации - согласованного действия рук и глаз. С помощью зрения ребенок изучает окружающую действительность, контролирует свои движения, благодаря чему они становятся более совершенными и точными. Глаз как бы «обучает» руку, а с помощью ручных движений в предметах, которыми манипулирует ребенок, открывается больше новой информации. Зрение и движения рук становятся основным источником познания ребенком окружающей действительности. Изучая всевозможные предметы, трогая и ощупывая их руками, ребенок приходит к пониманию причинных связей. Чем старше становится ребенок, тем активнее он использует руки и пальцы, чтобы повторить увиденное или осуществить задуманное. Он строит дома, башни и мосты, рисует животных и людей, буквы и числа, и в конечном итоге учится писать. При выполнении всех этих действий газа помогают рукам.
По мнению Монтессори с помощью упражнений, развивающих мелкую моторику, ребенок учится следить за собой и своими вещами, учится правильно застегивать пуговицы, пришивать их, шнуровать ботинки. То есть мелкая моторика рук связана еще и с формирование самостоятельности ребенка, а следовательно развитие мелкомоторных функций, координации движений, концентрации внимания, умение довести выбранную работу до конца, получить удовольствие от сделанного очень важно для и для формирования личности человека в целом.
Последние десятилетия характеризуются усилением внимания к изучению механизма психомоторного развития мелкой моторики детей.
М.Ю.Кистяковская отмечала, что одним из основных условий и показателей физического и нервно-психического развития ребенка является своевременное и разностороннее развитие его движений. Движения совершенствуют функции центральной нервной системы. При движениях интенсивнее протекают все физиологические процессы, что ведет к улучшению работы соответствующих органов. Особенно велико влияние двигательной активности на физическое и нервно-психическое развитие детей. Несвоевременное развитие движения оказывает пагубное влияние на ребенка и создает трудности для его полноценного развития в более старшем возрасте..
В сборнике научных статей под редакцией Б.А.Ашмарина, дается описание изучения мелкой моторики, которая рассматривается как двигательные качества, делаются выводы о том, что связи морфологических признаков физического развития с психическими процессами осуществляются, в основном, через психомоторику.
Многочисленные исследования, проведенные Е.Флейшманом, позволили ему выявить следующие направления изучения мелкой моторики:

* Тонкая координация движений – это точные движения больших мышечных групп (движения руками, ногами)
* Координация – отражает движение рук, ног, или одновременное движение ногами и руками.
* Ловкость рук – координированные и быстрые движения, действия рук с относительно большими объектами.

.

Таким образом, мелкая моторика — совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног.
Необходимость развития активных движений пальцев рук получила научное обоснование. Учёные, занимающиеся изучением деятельности детского мозга, психики детей отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Оодним из основных условий и показателей физического и нервно-психического развития ребенка является своевременное и разностороннее развитие его движений. Движения совершенствуют функции центральной нервной системы. При движениях интенсивнее протекают все физиологические процессы, что ведет к улучшению работы соответствующих органов. Особенно велико влияние двигательной активности на физическое и нервно-психическое развитие детей. Несвоевременное развитие движения оказывает пагубное влияние на ребенка и создает трудности для его полноценного развития в более старшем возрасте.

**Особенности развития мелкой моторики детей дошкольного возраста.**
Развитие мелкой моторики в дошкольном возрасте связано с анатомическим и функциональным дозреванием нервных волокон, их меиленизацией и налаживанием работы координационных уровней.
Плодотворное изучение моторики возможно лишь при целостном понимании психической и двигательной деятельности, признание ее интегративного характера. Развитие можно рассматривать в рамках моторного, сенсорного и когнитивно-мыслительного компонентов. Одним из условий и показателем хорошего моторного и психического развития ребенка является своевременное и разностороннее развития его движений. Движения совершенствуют функции центральной нервной системы. При движениях интенсивнее протекают все физиологические процессы.
Нервные импульсы, возникающие при выполнении различных движений, стимулируют развитие мозга, в том числе и моторные зоны коры больших полушарий. Чем раньше и полноценнее развиваются движения, тем быстрее, основываясь на работе «низших центров» (в т.ч. и моторных), начинается формирование функциональных систем высших психических функций. Если в раннем возрасте движения развиваются недостаточно, с задержкой, то и высшие психические функции будут развиваться с опозданием.
На более поздних этапах онтогенеза формирование движений продолжается, но идет опосредованно, под влиянием второй сигнальной системы («высших центров»): в мозге развиваются и совершенствуются уровни управления произвольными движениями.
Двигательная функция - ведущая с рождения. Анатомически незрелые нервные волокна меняют свою структуру, развиваются и созревают благодаря нервным импульсам, которые проходят по ним во время движения. Следовательно, движения обеспечивают ребенку анатомическую зрелость нервной системы, что в свою очередь является необходимым условием полноценного развития.
Таким образом, сущность развития моторики в онтогенезе заключается не только в биологически обусловленном дозревании морфологических структур, но и в накоплении на их основе и с их помощью индивидуального двигательного опыта человека. В течение всей жизни индивид продолжает пополнять этот психомоторный опыт, приобретать новые навыки, умения и координационные комбинации.
Основные особенности и закономерности двигательного развития ребенка дошкольного возраста позволяет понять теория отечественного физиолога Н.А.Бернштейна. Автор теории показывает, что в основе любого двигательного акта лежат сложные, иерархически организованные системы сенсорных коррекций, которые формируются у человека по мере овладения разнообразными двигательными действиями и обеспечивают фундамент для развития физических качеств человека..
Дети 3-7 лет отличаются подвижностью и двигательным богатством, которые проявляются в выразительной, изобразительной и обиходной моторике.
В силу недоразвития корковых механизмов дети в этом возрасте испытывают трудности при выполнении точных движений. К 7 годам, в связи с окончательным анатомическим созреванием двигательных механизмов, у детей совершенствуется координация движений, и более быстро вырабатываются и закрепляются динамические стереотипы движений. В 3-4 года ребенок не только уже давно безукоризненно ходит, но и бегает, прыгает. Это значит, что механизмы координирования всевозможных видов локомоций и поддержания равновесия выработаны к этому времени давно и прочно.
Дети от 3 до 7 лет обычно поворотливы, подвижны, грациозны. Вся их двигательная деятельность свободна, непринужденна, начинается и оканчивается в меру их психофизиологических потребностей.
С другой стороны грациозность и локомоторная подвижность у детей соединяются в тоже время с очень низким уровнем общетелесной (не говоря уже о ручной) ловкости. Это «грациозная неуклюжесть» столь характерная для них, объясняется тем, что ловкость, представляющая собой своего рода двигательную маневренность, находчивость, способность к быстрому комбинированию адекватных двигательных формул, нуждается в высоком функциональном развитии кортикальных уровней, и насыщением их психомоторным опытом. Движения приобретают силу и точность.
В дошкольном возрасте продолжается интенсивный процесс развития двигательных функций ребенка. Наиболее важный прирост по многим показателям моторного развития (мышечной выносливости, пространственной ориентации движений, зрительно - двигательной координации) отмечается именно в возрасте 6-7 лет.
В дошкольном возрасте происходит накопление опыта движений, развитие двигательного контроля.
Развитие движений ребенка дошкольного возраста протекает в тесном контакте с его психическим развитием. В этот период наблюдается психомоторный прогресс. Начинают вступать в строй высшие корковые уровни организации движений, что обеспечивает прогрессивное развитие точных силовых движений, а также создает необходимые условия для освоения все большего числа двигательных навыков и предметных ручных манипуляций. Все это имеет неоспоримое значение и для общего психического развития ребенка. Ведь движения, двигательные акты, являясь внешним проявлением всякой психической деятельности, оказывают взаимно обратное влияние на развитие мозговых структур. В наибольшей степени это относится к движениям пальцев рук. Установлено, что уровень сформированности тонких движений пальцев рук тесно связан с уровнем речевого развития ребенка; если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие оказывается нормальным; при отставании развития тонких движений пальцев задержанным оказывается и речевое развитие.
Развитие моторики играет важную роль в овладении письмом. Последнее является сложнейшим психомоторным навыком, успешное становление которого опирается на согласованное взаимодействие всех уровней организации движений, как правило, уже достигших необходимого развития к началу младшего школьного возраста.
В дошкольном возрасте при формировании движений и двигательных навыков очень велика роль подражания, роль словесного объяснения. Б.Б.Косов отмечал, что главным фактором психомоторного развития является произвольность движений. А.Р.Лурия выдвинул положение о том, что развитие произвольных движений у ребенка начинается с возникновения у него способности выполнять речевую инструкцию взрослого. Начиная с 3-4 лет, словесная инструкция взрослого может остановить начавшееся действие или переключить ребенка с одного действия на другое.
В рамках сенсорного компонента психомоторики наблюдаются следующие изменения.
Период дошкольного детства является периодом интенсивного сенсорного развития ребенка. Сенсорное развитие дошкольников включает две взаимосвязанные стороны – усвоение представлений о разнообразных свойствах и отношений предметов и явлений и овладение новыми действиями восприятия, позволяющими более полно и расчлененно воспринимать окружающий мир. Уже в раннем детстве у ребенка накапливается определенный запас представлений о разнообразных свойствах предметов. Отдельные представления начинают играть роль образцов, с которыми ребенок сравнивает свойства новых предметов в процессе их восприятия. В дошкольном возрасте происходит переход от применения таких предметных образцов, к использованию общепринятых сенсорных эталонов. Усвоение сенсорных эталонов происходит в результате действия восприятия, направленных на обследование свойств и отношений, которые должны приобрести значение образцов.
К 6 годам постепенно начинает развиваться апперцепция – влияние на восприятие собственного опыта, в связи с чем, восприятие становится осмысленным, целенаправленным, анализирующим. В нем выделяются произвольные действия – наблюдение, рассматривание, поиск. Появление устойчивых образных представлений приводит к дифференцированию перцептивных и эмоциональных процессов. Эмоции ребенка становятся связанными главным образом с его представлениями, вследствие чего восприятие утрачивает свой первоначально аффективный характер. В дошкольном возрасте повышается точность и быстрота осуществления персептивного действия при решении персептивных задач, происходит свертывание и уменьшение количества и амплитуды движений рецепторных аппаратов. Это оказывается возможным за счет интериоризации отдельных операций, образования внешних ориентировочных действий, за счет переноса средств осуществления в план представлений, формирования внутренних эталонов.

Таким образом, развитие мелкой моторики в дошкольном возрасте осуществляется по нескольким направлениям. Моторное развитие связано с анатомическим и функциональным дозреванием нервных волокон, их меиленизацией и налаживанием работы координационных уровней. Чем раньше и полноценнее развиваются движения, тем быстрее, основываясь на работе «низших центров» (в т.ч. и моторных), начинается формирование функциональных систем высших психических функций. Дети от 3 до 7 лет обычно поворотливы, подвижны, грациозны. С другой стороны грациозность и локомоторная подвижность у детей соединяются в тоже время с очень низким уровнем общетелесной ловкости. Это связано с тем что, ловкость нуждается в функциональном развитии кортикальных уровней и насыщением их психомоторным опытом. В этот период начинают вступать в строй высшие корковые уровни организации движений, что обеспечивает прогрессивное развитие точных силовых движений, а также создает необходимые условия для освоения все большего число двигательных навыков, и предметных ручных манипуляций. Моторное развитие ребенка связано с развитием способности к словесной регуляции движений. Начиная с 3-4 лет словесная инструкция взрослого может остановить начавшееся действие или переключить ребенка с одного действия на другое. В дошкольном возрасте ребенок овладевает новыми действиями восприятия, позволяющими более полно и расчленено воспринимать окружающий мир. Восприятие становится осмысленным, целенаправленным, анализирующим. Что приводит к появлению устойчивых образных представлений приводит к дифференцированию чувственных образов. Повышается точность и быстрота осуществления перцептивного действия при решении персептивных задач, происходит свертывание и уменьшение количества и амплитуды движений рецепторных аппаратов. Это происходит за счет переноса некоторых действий в план представлений.

 **Пальчиковые игры как средство развития мелкой моторики детей дошкольного возраста.**
В дошкольном возрасте игра является тем видом деятельности, в котором формируется личность, обогащается ее внутреннее содержание. В многочисленных психологических и педагогических исследованиях убедительно доказано, что в русле игры происходит разностороннее развитие ребенка.
Игра является универсальной формой детской активности. Всякая игра связана с работой фантазии, так как объект игр, в значительной своей части соткан воображением. Однако игра требует хоть капли реальности, как исходной основы для работы фантазии. Игра удовлетворяет потребность ребенка в движениях, предусматривает умственную активность, которая всегда связана с работой воображения, так как ребенок не копирует действительность, он комбинирует разные впечатления жизни с личным опытом. С одной стороны, игры создают бодрое, радостное настроение, делают жизнь детей полной, с другой стороны, в игре происходит познавательное развитие ребенка, так как, играя, ребенок познает окружающий мир. Игра дает свободу. «По приказу» играть нельзя, только добровольно. Дети сами выбирают игру, сами организуют ее. Но в то же время, для игры характерна регламентированность, так как ни в какой другой деятельности нет таких строгих правил, такой обусловленности поведения, как здесь.
Игра социальна по своему происхождению и по содержанию и не может полноценно развиваться без общения с взрослым и без разнообразных впечатлений об окружающем мире.
Обозначенные особенности игры характерны и для пальчиковых игр, которые относятся к видам игр, берущих свое начало в исторически сложившихся традициях этноса.
Пальчиковые игры удовлетворяют потребность в активных движениях, так как предоставляется возможность для стимуляции двигательной активности, совершенствования качества движений. Пальчиковые игры связаны с работой фантазии и предусматривают умственную активность, связанную с работой воображения и памяти.
Пальчиковые игры очень эмоциональны с одной стороны, а с другой стороны – создают условия для познания окружающего мира.
Г.В.Плеханов обратил внимание на то, что игра социальна по своему содержанию, поскольку дети отражают в игре то, что видят вокруг. Пальчиковые игры также отражают реальность окружающего – предметы, животные, люди, их деятельность, явления природы. Игра социальна по способам ее осуществления. Игровая деятельность, как доказано А.В.Запорожцем, В.В..Давыдовым, Н.Я.Михайленко, не изобретается ребенком, а задается ему взрослым, который учит ребенка играть, знакомит со сложившимися способами игровых действий. Пальчиковые игры тоже социальны по способам осуществления, так как в ходе игры дети повторяют движения взрослых.
Для любой игры характерно наличие воображаемой ситуации. Пальчиковые игры – это инсценировка каких либо рифмованных историй, сказок с помощью пальцев, рук.
Многие пальчиковые игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д. Упражнения сопровождаются чтением стихов, например:
Черепаха.
Руки сжаты в кулаки, большие пальцы - внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно.
Вот моя черепаха, она живет в панцире.
Она очень любит свой дом.
Когда она хочет есть,
то высовывает голову.
Когда она хочет спать,
то прячет ее обратно.
Игры, в том числе и пальчиковые, очень эмоциональны, увлекательны. Они способствуют развитию речи, творческой деятельности.
Согласно международной классификации игры, совмещающие движения пальцев с короткими ритмическими стихотворениями, подразделяются на два типа: 1) fingerplay - собственно пальчиковые игры, сидячие, 2) action rhyme - игры, в которые помимо деятельности тонкой моторики включены движения всего тела: прыжки, бег на месте, движения рук, ног, головы.
Поговорки, потешки, которыми сопровождаются пальчиковые игры, делают их максимально эффектными, а также просто забавными и интересными.

Таким образом, пальчиковые игры относятся к видам игр, берущих свое начало в исторически сложившихся традициях этноса. Пальчиковые игры – это игры, совмещающие движения пальцев, рук, с короткими ритмическими стихотворениями, и инсценирующие какие-либо рифмованные истории и сказки.

 **Возможности использования пальчиковых игр в развитии мелкой моторики детей дошкольного возраста.**
Ученые, которые изучали деятельность детского мозга и психику детей, отмечали большое стимулирующее значение функции руки. Изучение уровня развития тонких дифференцированных движений пальцев и кисти рук обычно приводит педагога к неутешительному выводу о том, что у большинства из них движения недостаточно целенаправленны и точны, плохо подчиняются задачам деятельности. Пальчиковые игры являются важной частью работы по развитию моторики. Пальчиковые игры являются великолепным средством развития мелкой пластики движений у ребенка.
Пальчиковые игры, помимо тренировки кистей рук обеспечивают социализацию ребенка, так как он общается с взрослыми и детьми, если занятие проводится в группе.
В ходе пальчиковых игр, дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности, развивается скорость движения, отчетливость.
М.М.Кольцова пришла к заключению, что формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических функций от рук, а точнее от пальцев, так как при этом индуктивно происходит возбуждение в центрах речи. Речевые центры развиваются также благодаря тому, что игра сопровождается рифмованным проговариванием, или пропеванием.
Пальчиковые игры подготавливают руку ребенка к письму, что является важным психомоторным навыком.
Многие пальчиковые игры предполагают участие обеих рук, что дает возможность развивать одновременность движений. Так как пальчиковые игры требуют соотнесения слова с движениями, то это дает возможность для развития словесной регуляции движения.
Пальчиковые игры предполагают определенную комбинацию жестов, движений. Для того чтобы воспроизвести пальчиковую игру, ребенку необходимо уметь дифференцировать движения, выделять их. Пальчиковая игра подводит ребенка к тому, что он начинает более полно и расчлененно воспринимать игру, в результате чего восприятие становится целенаправленным, анализирующим.

Таким образом, пальчиковые игры являются великолепным средством развития мелкой пластики движений у ребенка и активизируют моторику рук, которая оказывает благоприятное влияние на развитие речи. Использование пальчиковых игр в работе с детьми способствует развитию у них ловкости, умения управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности, скорости движения, способности к словесной регуляции движения. Пальчиковая игра подводит ребенка к полному дифференцированному восприятию, так как перед ним ставится задача вычленения отдельных действий, из которых она состоит.

 **Специфика использования пальчиковых игр в развитии мелкой моторики детей дошкольного возраста.**
Для разностороннего, гармоничного развития двигательных функций кисти руки необходима тренировка трех типов составляющих: сжатия, растяжения, расслабления – следуя медицинской терминологии – сочетание попеременного сокращения и расслабления флексоров – мышц-сгибателей и экстензоров - мышц-разгибателей.
Для получения максимального эффекта пальчиковые игры должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.
Пальчиковые игры необходимо проводить регулярно. Не рекомендуется проводить их в холодной комнате, сразу после сна и сразу после еды. Продолжительность пальчикового игротренинга в старшей группе составляет 10-15 минут.
Можно выделить следующие цели введения пальчиковых игр.

* + познакомить детей с частями рук;
	+ учить прислушиваться к ощущениям своего тела и чувствовать разницу между напряжением и расслаблением мышц рук;
	+ развивать двигательную память;
	+ обучать приёмам самомассажа;
	+ освоить движения для развития «крупных» и «мелких» движений рук.

Пальчиковые игры необходимо начинать с разминки и поглаживания кистей рук и пальцев в течение 2-3 минут.
Перед игрой с ребёнком необходимо обсудить её содержание, сразу при этом отрабатывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволит подготовить малыша к правильному выполнению игры, но и создаст необходимый эмоциональный настрой. Вначале игры необходимо выполнять вместе с ребенком.
Особое внимание необходимо уделять созданию игрового образа, что является важным элементом пальчиковых игр. В процессе проведения пальчиковых игр важна демонстрация собственной увлеченности игрой.
Занятия с использованием пальчиковых игр должны строится по принципу постепенной замены игр новыми. После проведения пальчиковых игр, рекомендуется проводить игры, направленные на расслабление рук.
При проведении пальчиковых игр сжимать пальцы нужно энергично, напевать или проговаривать – ритмично. Двигать руками и пальцами нужно в такт словам. Это обеспечит максимальный эффект занятий и, как результат, чёткую координацию между речевым и двигательным центрами, что очень полезно для развития речи.

Таким образом, использование пальчиковых игр предполагает тренировку трех типов составляющих: сжатия, растяжения, расслабления. . Вначале игры необходимо выполнять вместе с ребенком. В процессе проведения пальчиковых игр важна демонстрация собственной увлеченности игрой. Занятия с использованием пальчиковых игр должны строится по принципу постепенной замены игр новыми.

Итак, пальчиковые игры – это игры, совмещающие движения пальцев, рук, с короткими ритмическими стихотворениями, и инсценирующие какие- либо рифмованные истории и сказки. Они способствуют развитию мелкой пластики движений у ребенка и активизируют моторику рук, развивают ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности, скорость движения, способность к словесной регуляции, подводят ребенка к полному дифференцированному восприятию.

**Заключение**

Таким образом, мелкая моторика — совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног.
Необходимость развития активных движений пальцев рук получила научное обоснование. Учёные, занимающиеся изучением деятельности детского мозга, психики детей отмечают большое стимулирующее значение функции руки.
Родителей и педагогов всегда волновали вопросы: как обеспечить полноценное развитие ребенка? как подготовить его к школе? Один из "практических" ответов на оба эти вопроса - развитие у детей мелкой моторики и улучшение координации движений.
Интерес психологов к пальчиковым играм существует давно. Однако только в последние годы возникло направление использования пальчиковых игр для развития мелкой моторики рук ребёнка. Пальчиковые игры – это игры, совмещающие движения пальцев, рук, с короткими ритмическими стихотворениями, и инсценирующие какие-либо рифмованные истории и сказки.
Анализ работ зарубежных и отечественных психологов (Л.С.Выготского, И.Г.Гирьяновой, Б.Г.Ананьева, Н.А.Бернштейна, В.П.Озерова, и др.) позволили нам рассмотреть психомоторику как сложную функциональную систему, развитие которой можно проследить по следующим направлениям: моторное, сенсорное, словесная регуляция движений. Интерес психологов к пальчиковым играм существует давно. Однако только в последние годы возникло направление использования пальчиковых игр для эффективного психомоторного развития ребенка Пальчиковые игры – это игры, совмещающие движения пальцев, рук, с короткими ритмическими стихотворениями, и инсценирующие какие-либо рифмованные истории и сказки.

Самомассаж рук.
«Поблагодарим ручки». Поглаживание всей ладонью правой руки левой, и наоборот.
«Назовем пальчики». Исходное положение: указательный и средний пальцы одной руки вытянуты и прижаты друг к другу. Поочередное поглаживание указательным и средним пальцами правой руки пальцев левой (2-3 раза каждый пальчик), потом - наоборот; по ходу выполнения движения дети знакомятся с названиями пальцев: большой, указательный, средний и т.д.
Игра «Волк и лиса».
Серый волк бежит по лесу (большие пальцы разводим в сторону, указательные пальцы сгибаются внутрь ладоней и образуют лоб, а остальные в виде «лодочки» верхнюю и нижнюю челюсти),
А за ним бежит лиса (выполняем то же самое, но внутрь ладони сгибаем еще мизинцы, чтобы мордочка у лисы была острее).
Поднялись у них трубою два пушистеньких хвоста (поднимаем руки вверх, пальцы растопырены).
Игра «Дом».
На опушке дом стоит (сложить ладони «домиком» над головой),
На дверях замок висит (сомкнуть ладони в замок),
За дверями стоит стол (накрыть правой ладонью кулачок левой руки).
Вокруг дома частокол (руки перед собой, пальцы растопырить).
«Тук – тук – тук!» - дверь открой (постучать кулачком пол ладони).
«Заходите, я не злой!» (руки в стороны, ладони вверх).
Игра «Цапки».
Воспитатель держит руку ладонью вниз, дети приставляют к его ладони указательные пальцы: «На горе стояли зайцы и кричали: «Прячьте пальцы!» – тот, кто не успел убрать пальцы, выбывает из игры.
Игра «Лодочка»
Две ладошки прижму, и по морю поплыву
Две ладошки, друзья, - это лодочка моя. (Ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками).
Паруса подниму, синим морем поплыву (Выпрямленные ладони поднять вверх).
А по бурным волнам плывут рыбки тут и там (имитировать движения рыбок)
Расслабление рук: «Деревья на ветру».
Взрослый говорит слова и показывает движения (выполняется 2-3 раза):
«Выросли маленькие деревья в лесу, тесно им среди других деревьев, солнышка не хватает, и вот тянут они свои веточки всё выше и выше. Веточки у них были сначала тоненькие, потом становились всё крепче и толще. Вдруг подул ветер, лёгкий, едва ощутимый, потом всё сильнее и сильнее. Веточки поддались ему и стали раскачиваться. Ветер становился все тише–тише и прекратился. А уставшие веточки поникли, опустились, чтобы немного отдохнуть.

Занятие 2.
Самомассаж рук.
«Погреем ручки» (трение рук друг о друга то ладонями, то тыльной стороной).
«Назовем пальчики». Исходное положение: указательный и средний пальцы одной руки вытянуты и прижаты друг к другу. Поочередное поглаживание указательным и средним пальцами правой руки пальцев левой (2-3 раза каждый пальчик), потом - наоборот; по ходу выполнения движения дети знакомятся с названиями пальцев: большой, указательный, средний и т.д.
Игра «Речка».
Лодочка плывет по речке (обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням, как ковшик),
Оставляя на воде колечки (большой и указательный пальцы левой руки образуют кольцо, через него проходит кольцо, образуемое большим и указательным пальцем правой руки).
Пароход плывет по речке (обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты, а большие пальцы подняты вверх),
И пыхтит он, словно печка (руки сжаты в кулачки и прижаты друг к другу)
Игра «Дом».
На опушке дом стоит (сложить ладони «домиком» над головой),
На дверях замок висит (сомкнуть ладони в замок),
За дверями стоит стол (накрыть правой ладонью кулачок левой руки).
Вокруг дома частокол (руки перед собой, пальцы растопырить).
«Тук – тук – тук!» - дверь открой (постучать кулачком по ладони).
«Заходите, я не злой!» (руки в стороны, ладони вверх).
Игра «Лодочка»
Две ладошки прижму, и по морю поплыву
Две ладошки, друзья, - это лодочка моя. (Ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками).
Паруса подниму, синим морем поплыву (Выпрямленные ладони поднять вверх).
А по бурным волнам плывут рыбки тут и там (имитировать движения рыбок)
Игра «Волк и лиса».
Серый волк бежит по лесу (большие пальцы разводим в сторону, указательные пальцы сгибаются внутрь ладоней и образуют лоб, а остальные в виде «лодочки» верхнюю и нижнюю челюсти),
А за ним бежит лиса (выполняем то же самое, но внутрь ладони сгибаем еще мизинцы, чтобы мордочка у лисы была острее).
Поднялись у них трубою два пушистеньких хвоста (поднимаем руки вверх, пальцы растопырены).
Расслабление рук «Мы на озере».
Полощем руки в воде (одновременные движения обеих рук из стороны в сторону, кисти расслаблены),
Похлопаем ладошками по воде (хлопки напряженными ладошками по полу),
Стряхиваем воду (расслабленно трясти кистями рук).
Методические рекомендации: взрослый, показывая упражнение, обращает внимание детей на ощущения напряжения (жесткие и твердые) и расслабления (мягкие и легкие) в руках.

Занятие 3
Самомассаж рук.
«Оденем колечки» (сделать из указательного и большого пальцев правой руки маленькое «колечко» и поочерёдно «одевать» его на пальцы левой руки, потом наоборот).
«Погреем ручки» (трение рук друг о друга то ладонями, то тыльной стороной).
Игра «Речка».
Лодочка плывет по речке (обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням, как ковшик),
Оставляя на воде колечки (большой и указательный пальцы левой руки образуют кольцо, через него проходит кольцо, образуемое большим и указательным пальцем правой руки).
Пароход плывет по речке (обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты, а большие пальцы подняты вверх),
И пыхтит он, словно печка (руки сжаты в кулачки и прижаты друг к другу)
Игра «Цапки».
Воспитатель ставит руку ладонью вниз, дети приставляют к его ладони указательные пальцы: «На горе стояли зайцы и кричали: «Прячьте пальцы!» – тот, кто не успел убрать пальцы, выбывает из игры.
Игра «Дом».
На опушке дом стоит (сложить ладони «домиком» над головой),
На дверях замок висит (сомкнуть ладони в замок),
За дверями стоит стол (накрыть правой ладонью кулачок левой руки).
Вокруг дома частокол (руки перед собой, пальцы растопырить).
«Тук – тук – тук!» - дверь открой (постучать кулачком по ладони).
«Заходите, я не злой!» (руки в стороны, ладони вверх).

Игра «Черепаха»
Вот моя черепаха, она живет в панцире (руки сжаты в кулаки, прижаты друг к другу, большие пальцы внутри).
Она очень любит свой дом.
Когда она хочет есть, то высовывает голову (показать большие пальцы).
Когда она хочет спать, то прячет ее обратно (спрятать большие пальцы обратно.
Расслабление рук «На лугу»
Вышли уточки на луг «кря, кря, кря» (дети хлопают ладонями по ногам),
Пролетел мохнатый жук «ж-ж-ж» (машут руками),
Гуси шею выгибают «га-га-га» (вытягивают руки вперед),
Клювом крылья расправляют (машут руками),
Зашептал в воде камыш «ш-ш-ш» (трение ладоней друг о друга),
И опять настала тишь «ш-ш-ш» (плавно опускают руки вниз).

Занятие 4
Самомассаж рук.
«Оденем колечки» (сделать из указательного и большого пальцев правой руки маленькое «колечко» и поочерёдно «надевать» его на пальцы левой руки, потом наоборот).
«Молоток». Руки сжать в кулаки; кулаком левой руки постукиваем по кулаку правой руки и наоборот.
Игра «Лодочка».
Две ладошки прижму, и по морю поплыву
Две ладошки, друзья, - это лодочка моя. (Ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками).
Паруса подниму, синим морем поплыву (Выпрямленные ладони поднять вверх).
А по бурным волнам плывут рыбки тут и там (имитировать движения рыбок).
Игра «Дом».
На опушке дом стоит (сложить ладони «домиком» над головой),
На дверях замок висит (сомкнуть ладони в замок),
За дверями стоит стол (накрыть правой ладонью кулачок левой руки).
Вокруг дома частокол (руки перед собой, пальцы растопырить).
«Тук – тук – тук!» - дверь открой (постучать кулачком по ладони).
«Заходите, я не злой!» (руки в стороны, ладони вверх).
Игра «Черепаха»
Вот моя черепаха, она живет в панцире (руки сжаты в кулаки, прижаты друг к другу, большие пальцы внутри).
Она очень любит свой дом.
Когда она хочет есть, то высовывает голову (показать большие пальцы).
Когда она хочет спать, то прячет ее обратно (спрятать большие пальцы обратно.
Игра «Повстречались».
Повстречались два котенка: «Мяу-мяу».
Два щенка: «Ав-ав»!
Два жеребенка: «Иго-го».
Два тигренка: «Р-р-р»!
Два быка: «Му-у».
Смотри, какие у них рога.
На каждую фразу соединять одноименные пальцы правой и левой рукой по одному, начиная с мизинца. На последнюю фразу показать рога, одновременно выпрямив указательные пальцы и мизинцы.
Расслабление рук «Пианино».
Имитация игры на пианино всеми пальцами.

Занятие N 5.
Самомассаж рук.
«Молоток». Руки сжать в кулаки; кулаком левой руки постукиваем по кулаку правой руки и наоборот.
«Помоем руки под горячей водой» Движения рук, как при мытье рук.
Игра «Черепаха»
Вот моя черепаха, она живет в панцире (руки сжаты в кулаки, прижаты друг к другу, большие пальцы внутри).
Она очень любит свой дом.
Когда она хочет есть, то высовывает голову (показать большие пальцы).
Когда она хочет спать, то прячет ее обратно (спрятать большие пальцы обратно.
Игра «Птичка».
Птичка крылышками машет
И летит в свое гнезде (Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы – головка, остальные сомкнутые пальцы – крылья, помахать ими).
Птенчикам своим расскажет
Где она взяла зерно (Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и пошевелить ими)
Игра «Повстречались».
Повстречались два котенка: «Мяу-мяу».
Два щенка: «Ав-ав»!
Два жеребенка: «Иго-го».
Два тигренка: «Р-р-р»!
Два быка: «Му-у».
Смотри, какие у них рога.
Игр «Семья могучая».
В одном лесу дремучем (покачать руками над головой, пальцы растопырены)
Жила семья могучая (сложит ладони в замок).
У них был дом огромный (соединить пальцы, изобразив крышу)
И крыша с трубой темной (поднять указательный палец – «труба»).
Из трубы - в колечки дым («колечки» из пальцев).
«Плим, плим, плим…» (пощелкивание пальцами).
Расслабление рук: «Деревья на ветру».
Взрослый говорит слова и показывает движения (выполняется 2-3 раза):
«Выросли маленькие деревья в лесу, тесно им среди других деревьев, солнышка не хватает, и вот тянут они свои веточки всё выше и выше. Веточки у них были сначала тоненькие, потом становились всё крепче и толще. Вдруг подул ветер, лёгкий, едва ощутимый, потом всё сильнее и сильнее. Веточки поддались ему и стали раскачиваться. Ветер становился все тише и тише и прекратился. А уставшие веточки поникли, опустились, чтобы немного отдохнуть”.

Занятие N 6.
Самомассаж рук.
«Помоем руки под горячей водой» Движения рук, как при мытье рук.
«Засолка капусты». Движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движение обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.
Игра «Повстречались».
Повстречались два котенка: «Мяу-мяу».
Два щенка: «Ав-ав»!
Два жеребенка: «Иго-го».
Два тигренка: «Р-р-р»!
Два быка: «Му-у».
Смотри, какие у них рога.
Игр «Семья могучая».
В одном лесу дремучем (покачать руками над головой, пальцы растопырены)
Жила семья могучая (сложит ладони в замок).
У них был дом огромный (соединить пальцы, изобразив крышу)
И крыша с трубой темной (поднять указательный палец – «труба»).
Из трубы - в колечки дым («колечки» из пальцев).
«Плим, плим, плим…» (пощелкивание пальцами).
Игра «Птичка».
Птичка крылышками машет
И летит в свое гнезде (Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы – головка, остальные сомкнутые пальцы – крылья, помахать ими)
Птенчикам своим расскажет
Где она взяла зерно (Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и пошевелить ими)
Игра «Филин».
У дерева ствол, на стволе много веток,
А листья на ветках зеленого цвета (Прижать руки тыльной стороной друг к другу; пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами).
Сидит Филин на суку
И кричит бу-бу-бу-бу (Руки в кулачок, прижаты друг к другу. Большие пальцы – вверх (ушки), указательные пальцы вместе: они выставлены (нос).
Расслабление рук «Мы на озере».
Полощем руки в воде (одновременные движения обеих рук из стороны в сторону, кисти расслаблены),
Похлопаем ладошками по воде (хлопки напряженными ладошками по полу),
Стряхиваем воду (расслабленно трясти кистями рук).
Методические рекомендации: взрослый, показывая упражнение, обращает внимание детей на ощущения напряжения (жесткие и твердые) и расслабления (мягкие и легкие) в руках

Занятие N 7.
Самомассаж рук.
«Засолка капусты». Движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движение обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.
«Надеваем перчатки». Большим и указательным пальцами правой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.
Игра «Птичка».
Птичка крылышками машет
И летит в свое гнездо (Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы – головка, остальные сомкнутые пальцы – крылья, помахать ими)
Птенчикам своим расскажет
Где она взяла зерно (Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и пошевелить ими)

Игра «Семья могучая».
В одном лесу дремучем (покачать руками над головой, пальцы растопырены)
Жила семья могучая (сложить ладони в замок).
У них был дом огромный (соединить пальцы, изобразив крышу)
И крыша с трубой темной (поднять указательный палец – «труба»).
Из трубы - в колечки дым («колечки» из пальцев).
«Плим, плим, плим…» (пощелкивание пальцами).
Игра «Краб»
Краб ползет по дну,
Выставив свою клешню (Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы к себе. Передвигаем на пальчиках ладони сначала в одну сторону, затем в другую).
Игра «Филин».
У дерева ствол, на стволе много веток,
А листья на ветках зеленого цвета (Прижать руки тыльной стороной друг к другу; пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами).
Сидит Филин на суку
И кричит бу-бу-бу-бу (Руки в кулачок, прижаты друг к другу. Большие пальцы – вверх (ушки), указательные пальцы вместе: они выставлены (нос).
Расслабление рук «Пианино».
Имитация игры на пианино всеми пальцами.
Занятие N 8.
Самомассаж рук.
«Надеваем перчатки». Большим и указательным пальцами правой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.
«Гуси щиплют травку». Пальцы правой руки пощипывают кисть левой и наоборот.
Игра «Краб»
Краб ползет по дну,
Выставив свою клешню (Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы к себе. Передвигаем на пальчиках ладони сначала в одну сторону, затем в другую).
Игра «Киселек».
Бабушка кисель варила (правая рука помешивает «Кисель»)
На горушечке (Кончики пальцев правой и левой руки соединяются, руки расходятся углом),
В черепушечке (Округленные ладони, смыкаясь, образуют горшок – черепушечку)
Для Андрюшечки (Ладонь правой руки ложится на грудь).
Летел, летел соколок (Ладони скрещиваются, большие пальцы рук зацепляются друг за друга).
Вот он крыльями забил, бабушкин кисель разлил (Руки несколько раз сильно ударяют по бокам, затем вытягиваются вперед и вниз, пальцы растопыриваются.
Вот и нету киселька (Руки разводятся в стороны)
В черепушечке (Руки снова показывают горшок-черепушечку)
У старушечки на горушечке. (Руки вновь под углом)
Игра «Филин».
У дерева ствол, на стволе много веток,
А листья на ветках зеленого цвета (Прижать руки тыльной стороной друг к другу; пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами).
Сидит Филин на суку
И кричит бу-бу-бу-бу (Руки в кулачок, прижаты друг к другу. Большие пальцы – вверх (ушки), указательные пальцы вместе: они выставлены (нос).
Расслабление рук «На лугу»
Вышли уточки на луг «кря, кря, кря» (дети хлопают ладонями по ногам),
Пролетел мохнатый жук «ж-ж-ж» (машут руками),
Гуси шею выгибают «га-га-га» (вытягивают руки вперед),
Клювом крылья расправляют (машут руками),
Зашептал в воде камыш «ш-ш-ш» (трение ладоней друг о друга),
И опять настала тишь «ш-ш-ш» (плавно опускают руки вниз).

Занятие N 9
Самомассаж рук.
«Оденем колечки» (сделать из указательного и большого пальцев правой руки маленькое «колечко» и поочерёдно «надевать» его на пальцы левой руки, потом наоборот).
«Надеваем перчатки». Большим и указательным пальцами правой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.
Игра «Краб»
Краб ползет по дну,
Выставив свою клешню (Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы к себе. Передвигаем на пальчиках ладони сначала в одну сторону, затем в другую).
Игра «Киселек».
Бабушка кисель варила (правая рука помешивает «Кисель»)
На горушечке (Кончики пальцев правой и левой руки соединяются, руки расходятся углом),
В черепушечке (Округленные ладони, смыкаясь, образуют горшок – черепушечку)
Для Андрюшечки (Ладонь правой руки ложится на грудь).
Летел, летел соколок (Ладони скрещиваются, большие пальцы рук зацепляются друг за друга).
Вот он крыльями забил, бабушкин кисель разлил (Руки несколько раз сильно ударяют по бокам, затем вытягиваются вперед и вниз, пальцы растопыриваются.
Вот и нету киселька (Руки разводятся в стороны)
В черепушечке (Руки снова показывают горшок-черепушечку)
У старушечки на горушечке. (Руки вновь под углом).
Игра «Кошка».
Кошка под окошком (Средний и безымянный пальцы упираются в большой, указательный и мизинец подняты вверх).
Когтями скребет (Пальцы правой руки скребут ладонь левой и наоборот)
Кошка в сережках (Средний и безымянный пальцы упираются в большой, указательный и мизинец подняты вверх)
Избушку метет (правая ладонь «подметает» выпрямленную левую и наоборот)
Расслабление рук «Шарик»
Надуваем быстро шарик
Он становится большой (Все пальчики рук в «щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара)
Вдруг шар лопнул, воздух вышел –
Стал он тонкий и худой (Опускаем руки вниз, встряхиваем ими)

Занятие N 10.
Самомассаж рук.
«Гуси щиплют травку». Пальцы правой руки пощипывают кисть левой и наоборот.
«Помоем руки под горячей водой» Движения рук, как при мытье рук.
Игра «Волк и лиса».
Серый волк бежит по лесу (большие пальцы разводим в сторону, указательные пальцы сгибаются внутрь ладоней и образуют лоб, а остальные в виде «лодочки» верхнюю и нижнюю челюсти),
А за ним бежит лиса (выполняем то же самое, но внутрь ладони сгибаем еще мизинцы, чтобы мордочка у лисы была острее).
Поднялись у них трубою два пушистеньких хвоста (поднимаем руки вверх, пальцы растопырены).
Игра «Киселек».
Бабушка кисель варила (правая рука помешивает «Кисель»)
На горушечке (Кончики пальцев правой и левой руки соединяются, руки расходятся углом),
В черепушечке (Округленные ладони, смыкаясь, образуют горшок – черепушечку)
Для Андрюшечки (Ладонь правой руки ложится на грудь).
Летел, летел соколок (Ладони скрещиваются, большие пальцы рук зацепляются друг за друга).
Вот он крыльями забил, бабушкин кисель разлил (Руки несколько раз сильно ударяют по бокам, затем вытягиваются вперед и вниз, пальцы растопыриваются.
Вот и нету киселька (Руки разводятся в стороны)
В черепушечке (Руки снова показывают горшок-черепушечку)
У старушечки на горушечке. (Руки вновь под углом)
Игра «Кошка».
Кошка под окошком (Средний и безымянный пальцы упираются в большой, указательный и мизинец подняты вверх).
Когтями скребет (Пальцы правой руки скребут ладонь левой и наоборот)
Кошка в сережках (Средний и безымянный пальцы упираются в большой, указательный и мизинец подняты вверх)
Избушку метет (правая ладонь «подметает» выпрямленную левую и наоборот)
Расслабление рук «Мы на озере».
Полощем руки в воде (одновременные движения обеих рук из стороны в сторону, кисти расслаблены),
Похлопаем ладошками по воде (хлопки напряженными ладошками по полу),
Стряхиваем воду (расслабленно трясти кистями рук).
Методические рекомендации: взрослый, показывая упражнение, обращает внимание детей на ощущения напряжения (жесткие и твердые) и расслабления (мягкие и легкие) в руках

Занятие N 11
Самомассаж рук.
«Поблагодарим ручки». Поглаживание всей ладонью правой руки левой, и наоборот.
«Молоток» Руки сжать в кулаки; кулаком левой руки постукиваем по кулаку правой руки и наоборот.
Игра «Лодочка».
Две ладошки прижму, и по морю поплыву
Две ладошки, друзья, - это лодочка моя. (Ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками).
Паруса подниму, синим морем поплыву (Выпрямленные ладони поднять вверх).
А по бурным волнам плывут рыбки тут и там (имитировать движения рыбок).
Игра «Птичка».
Птичка крылышками машет
И летит в свое гнезде (Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы – головка, остальные сомкнутые пальцы – крылья, помахать ими)
Птенчикам своим расскажет
Где она взяла зерно (Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и пошевелить ими)
Игра «Киселек».
Бабушка кисель варила (правая рука помешивает «Кисель»)
На горушечке (Кончики пальцев правой и левой руки соединяются, руки расходятся углом),
В черепушечке (Округленные ладони, смыкаясь, образуют горшок – черепушечку)
Для Андрюшечки (Ладонь правой руки ложится на грудь).
Летел, летел соколок (Ладони скрещиваются, большие пальцы рук цепляются друг за друга).
Вот он крыльями забил, бабушкин кисель разлил (Руки несколько раз сильно ударяют по бокам, затем вытягиваются вперед и вниз, пальцы растопыриваются.
Вот и нету киселька (Руки разводятся в стороны)
В черепушечке (Руки снова показывают горшок-черепушечку)
У старушечки на горушечке. (Руки вновь под углом)

Игра «Черепаха»
Вот моя черепаха, она живет в панцире (руки сжаты в кулаки, прижаты друг к другу, большие пальцы внутри).
Она очень любит свой дом.
Когда она хочет есть, то высовывает голову (показать большие пальцы).
Когда она хочет спать, то прячет ее обратно (спрятать большие пальцы обратно.
Расслабление рук «На лугу»
Вышли уточки на луг «кря, кря, кря» (дети хлопают ладонями по ногам),
Пролетел мохнатый жук «ж-ж-ж» (машут руками),
Гуси шею выгибают «га-га-га» (вытягивают руки вперед),
Клювом крылья расправляют (машут руками),
Зашептал в воде камыш «ш-ш-ш» (трение ладоней друг о друга),
И опять настала тишь «ш-ш-ш» (плавно опускают руки вниз).

Занятие N 12
Самомассаж рук.
«Надеваем перчатки». Большим и указательным пальцами правой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.
«Засолка капусты». Движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движение обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.
Игра «Филин».
У дерева ствол, на стволе много веток,
А листья на ветках зеленого цвета (Прижать руки тыльной стороной друг к другу; пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами).
Сидит Филин на суку
И кричит бу-бу-бу-бу (Руки в кулачок, прижаты друг к другу. Большие пальцы – вверх (ушки), указательные пальцы вместе: они выставлены (нос).
Игр «Семья могучая».
В одном лесу дремучем (покачать руками над головой, пальцы растопырены)
Жила семья могучая (сложить ладони в замок).
У них был дом огромный (соединить пальцы, изобразив крышу)
И крыша с трубой темной (поднять указательный палец – «труба»).
Из трубы - в колечки дым («колечки» из пальцев).
«Плим, плим, плим…» (пощелкивание пальцами).
Игра «Дом».
На опушке дом стоит (сложить ладони «домиком» над головой),
На дверях замок висит (сомкнуть ладони в замок),
За дверями стоит стол (накрыть правой ладонью кулачок левой руки).
Вокруг дома частокол (руки перед собой, пальцы растопырить).
«Тук – тук – тук!» - дверь открой (постучать кулачком по ладони).
«Заходите, я не злой!» (руки в стороны, ладони вверх).
Игра «Речка».
Лодочка плывет по речке (обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням, как ковшик),
Оставляя на воде колечки (большой и указательный пальцы левой руки образуют кольцо, через него проходит кольцо, образуемое большим и указательным пальцем правой руки).
Пароход плывет по речке (обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты, а большие пальцы подняты вверх),
И пыхтит он, словно печка (руки сжаты в кулачки и прижаты друг к другу)
Расслабление рук: «Деревья на ветру».
Взрослый говорит слова и показывает движения (выполняется 2-3 раза):
«Выросли маленькие деревья в лесу, тесно им среди других деревьев, солнышка не хватает, и вот тянут они свои веточки всё выше и выше. Веточки у них были сначала тоненькие, потом становились всё крепче и толще. Вдруг подул ветер, лёгкий, едва ощутимый, потом всё сильнее и сильнее. Веточки поддались ему и стали раскачиваться. Ветер становился все тише и тише и прекратился. А уставшие веточки поникли, опустились, чтобы немного отдохнуть.

**Список методической литературы**

* Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2-х т.: Т. 2 / Б.Г.Ананьев; Под ред. А.Л.Бодалева. – М.: Педагогика, 1980. – 288 с.
* Анохин П.К. Биология и нейрофизиология условных рефлексов / П.К.Анохин. – М.: Медицина, 1968.
* Балашова С.С. Спутник учителя музыки / С.С.Балашова, В.В.Медушевский, Г.С.Тарасов; сост. Т.В.Челышева. – М.: Просвещение, 1993.
* Бернштейн Н.А. Биомеханика и физиология движений: Избранные психологические труды / Н.А.Бернштейн; под ред. В.П.Зиненко. 2-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЕК», 2004. – 688.
* Бернштейн Н.А. О ловкости и её развитии / Н.А.Бернштейн. М.: Институт практической психологии, Воронеж: НПО «МОДЕК», 1991.
* Венецкая О.Е. Музыка – средство активизации движения / О.Е.Венецкая // Начальная школа. – 2000. – N1.
* Галянт И. Пальчиковые игры /И.Галянт, М. Галянт // Дошкольное воспитание. – 2003. - N 1. – С. 50-53.
* Гогунов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. заведений / Е.Н.Гогунов, Б.И.Мартьянов. – М.: Академия, 2000. – 288 с.
* Головей Л.А. Практикум по возрастной психологии: Уч. пособие / Л.А.Головей, Е.Ф.Рыбалко. – 2-е изд., доп. и перераб. – СПб.: Речь, 2002. – 694 с.
* Данилова Н.Н. Физиология высшей нервной деятельности / Н.Н.Данилова, А.Л.Крылова . – Ростов н/Д: Феникс, 2002.
* Детская психология: Учеб. пособие / Я.Л.Коломенский, Е.А.Панько, А.Н.Белоусов и др. – Минск: Университетское, 1988. – 399 с.
* Зеньковский В.В. Психология детства / В.В.Зеньковский. – М.: Академия, 1996. – 347 с.
* Зимина А.И. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста: Учебник для студентов высших учебных заведений / А.И.Зимняя. – М.: ВЛАДОС, 2000.
* Кистяковская М.Ю. Развитие движений детей первого года жизни / М.Ю.Кистяковская. – М.: Педагогика, 1970.
* Клименко В.В. Психологические тесты таланта / В.В.Клименко. – СПб.: Кристалл, 1996.
* Кольцова М.М. Ребенок учится говорить. Пальчиковый игротренинг / М.М.Кольцова, М.С.Рузина. – СПб.: ИД «МИМ», 1998. – 192 с.
* Косов Б.Б. Психомоторное развитие младших школьников /Б.Б.Косов. – СПб.: Кристалл, 1989.
* Кулагина И.Ю. Возрастная психология: Учеб. пособие для студ. высш. спец. учеб. заведений / И.Ю.Кулагина, В.Н.Колюцкий. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 462 с.
* Леонова Е. Поможем себе / Е.Леонова, Е.Тетенькина // Дошкольное воспитание. – 2004. - N 3. С. 51-53.
* Марютина Т.М. Психофизиология: Учебное пособие / Т.М.Марютина, О.Ю.Ермолаев. – М.: УРАО, 1998.
* Методика психомоторной практики / Под ред. Н.Я.Большуновой, сост. Е.И.Карандашева. – Бердск: МОУ-ЦО «Пеликан», 1998. – 26 с.
* Мухина В.С. Возрастная психология: Учебник для студ. вузов. – 7-е изд., стереотип / В.С.Мухина. – М.: Академия, 2002. – 456 с.
* Никандров В.В. Психомоторика: Учеб. пособие / В.В.Никандров. – СПб.: Речь, 2004.
* Обреимова Н.И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков: Учебное пособие для студентов дефектологического факультета высших педагогических учебных заведений / Н.И.Обреимова, А.С.Петрухин. – М.: Академия, 2000. – 376 с.
* Озеров В.П. Психомоторные способности человека / В.П.Озеров. – Дубна: Феникс, 2002. – 320 с.
* Павлов И.П. Полное собрание сочинений / И.П.Павлов. – Л.: Академия наук СССР, 1952.
* Плутаева Е. Развитие мелкой моторики у детей 5-7 лет / Е.Плутаева, П.Лосев // Дошкольное воспитание. – 2005. - N 5. – С. 28-35.
* Похорукова М.П. Коррекция речи учащихся начальных классов через использование пальчиковых игр с музыкальным сопровождением: Методические рекомендации / М.П.Похорукова. – Иркутск, 2003.
* Прищепа С. Мелкая моторика в психофизическом развитии дошкольников / С.Прищепа, Н.Попкова, Т.Коняхина //Дошкольное воспитание. – 2005. - N 1. – С. 60-64.
* Сеченов И.М. Избранные произведения: в 2-х т.: Т 1 / И.М.Немов. – М. 1952.
* Сеченов И.М. Психология поведения / И.М.Сеченов; Под ред. М.Г.Ярошевского. – М.: Институт практической психологии, Воронеж: НПО «МОДЕК», 1995.
* Сиротюк А.Л. Коррекция интеллекта дошкольников / А.Л.Сиротюк. – М.: ТЦ Сфера, 2002.
* Титов В.А. Психофизиология. Конспект лекций / В.А.Титов. – М, 2003.
* Хрестоматия по психологии: Учеб. пособие для студ. пед. инст. / Под ред. А.В.Петровского; сост. В.В.Мироненко. – 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Просвещение, 1987.
* Хрипкова А.Г. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов педагогических институтов / А.Г.Хрипкова, М.В.Антропова, Д.А.Фарбер. – М.: Просвещение, 1990г. – 319 с.
* Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь / В.В.Цвынтарный. – СПб.6Лань, 2002. – 32 с.
* Чусов Ю.Н. Физиология человека: Учебное пособие для педагогических училищ / Ю.Н.Чусов. – М.: Просвещение, 1981г. – 240 с.
* Щелованов Н.М. Некоторые отличительные особенности в развитии высшей нервной деятельности человека / Н.М.Щелованов. – Л.: 1926.
* Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах / Д.Б.Эльконин; Под ред. Д.И.Фельдштейна. – М.: Институт практической психологии, Воронеж: НПО «МОДЕК», 1995.