***РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.***

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

3. Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.

4. Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.   
 5. Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений. У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.  
 6. В результате освоения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.   
  
 ***📌 С КАКОГО ВОЗРАСТА МОЖНО НАЧИНАТЬ ВЫПОЛНЯТЬ ЭТИ УПРАЖНЕНИЯ?***  
  
 Некоторые специалисты советуют заниматься пальчиковой гимнастикой с 6-7 месяцев. Но и в более позднем возрасте занятия будут очень полезны и эффективны.   
 Начинать можно с ежедневного массажа по 2-3 минуты кистей рук и пальцев:   
1) поглаживать и растирать ладошки вверх — вниз;   
2) разминать и растирать каждый палец вдоль, затем — поперёк;   
3) растирать пальчики спиралевидными движениями.   
 1. Сначала все упражнения выполняются медленно. Следите, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите малышу или научите его помогать себе второй рукой.   
 2. Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем — другой рукой, после этого — двумя одновременно.   
 3. Некоторые упражнения даны в нескольких вариантах. Первый — самый лёгкий.   
 4. Каждому упражнению соответствует свой рисунок для создания зрительного образа. Сначала покажите ребёнку цветной рисунок и объясните, как должно выполняться упражнение. Постепенно надобность в объяснениях отпадает: Вы показываете картинку, называете упражнение, а малыш вспоминает, какое положение кистей рук или пальцев он должен воспроизвести. 

***📌 ВСЕ УПРАЖНЕНИЯ МОЖНО РАЗДЕЛИТЬ НА ТРИ ГРУППЫ.***   
  
 *✨I группа. Упражнения для кистей рук:*   
— развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;   
— учат напрягать и расслаблять мышцы;   
— развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;   
— учат переключаться с одного движения на другое.   
 *Например. «Флажки»*   
***Вариант 1.*** Исходное положение. Расположить ладони перед собой. Одновременно опускать и поднимать ладони, сопровождая движения стихами. Если ребёнок легко выполняет это упражнение, можно предложить опускать и поднимать ладони, не сгибая пальцы.   
 **Я в руках флажки держу   
 И ребятам всем машу!**  
***Вариант 2.*** Поочерёдно менять положение рук на счёт: «раз-два». «Раз»: левая рука – выпрямлена, поднята вверх, правая рука – опущена вниз. «Два»: левая рука – опущена вниз, правая рук – поднята вверх.   
 ✨II группа. Упражнения для пальцев условно статические:   
— совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.   
 **«Улитка»**  
 Исходное положение. Указательный, средний и безымянный пальцы прижаты к ладони. Большой палец и мизинец то выпрямляются, то прячутся. Выполнять упражнение сначала каждой рукой по очереди, потом двумя руками одновременно. Можно изобразить как улитка ползёт по столу.   
  
 **Улитка, улитка! Высуни рога!   
 Дам тебе я хлеба или молока!**

**«Пчела»**   
 Выпрямить указательный палец, остальные пальцы прижать к ладони большим пальцем. Вращать указательным пальцем.   
 **Жу-жу-жу, жу-жу-жу,   
 Над цветами я кружу!**   
 *✨III группа. Упражнения для пальцев динамические:*   
— развивают точную координацию движений;   
— учат сгибать и разгибать пальцы рук;   
— учат противопоставлять большой палец остальным.  **«Семья»**   
Сжать пальчики в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.   
Этот пальчик – дедушка,   
Этот пальчик – бабушка,   
Этот пальчик – папочка,   
Этот пальчик – мамочка.   
Этот пальчик – это Я.   
Вот и вся моя семья.   
*(На слова последней строчки ритмично сжимать и разжимать пальцы.)*  
  
**👆 ПОМНИТЕ!**

Любые упражнения будут эффективны только при регулярных занятиях. Занимайтесь ежедневно около 5 минут.   
 Высокий уровень развития мелкой моторики свидетельствует о функциональной зрелости коры головного мозга и о психологической готовности ребёнка к школе. Замечено, что игры и упражнения на развитие мелкой моторики оказывают стимулирующее влияние на развитие речи. Они являются мощным средством поддержания тонуса и работоспособности коры головного мозга, средством взаимодействия её с нижележащими структурами.   
 В процессе игр и упражнений на развитие мелкой моторики у детей улучшаются внимание, память, слуховое и зрительное восприятие, воспитывается усидчивость, формируется игровая и учебно-практическая деятельность.

*Учитель – логопед*

*Ксения Александровна.*