Китайская пословица гласит:
«Расскажи – и я забуду, покажи – и я запомню,
дай попробовать – я пойму!»

Действительно, пальчиковая гимнастика полностью отвечают этим трем принципам:

«Слышу. Вижу. Делаю».

Дети слышат объяснение воспитателя или родителя, видят последовательность выполнения различных действий и затем выполняют задание сами.

Что же такое мелкая моторика, и почему она так важна?

Все дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, расположены очень близко. Развивая мелкую моторику, мы активизируем соседние зоны мозга, отвечающие за развитие речи, а формирование речи способствует развитию мышления.

Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования скоординированных движений кистей и пальцев руки, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество бытовых и учебных действий, а если руки развиты недостаточно, то это часто свидетельствует о некотором отставании в развитии ребенка, в том числе о проблемах в развитии речи. На всех этапах жизни ребенка движения рук играют важнейшую роль. Самый благоприятный период для развития интеллектуальных и творческих возможностей человека – от 3 до 9 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована. Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая на только оказывает благоприятное влияние на развитие речи (так как при этом индуктивно происходит возбуждение в центрах речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму.

Что же происходит, когда дети занимается пальчиковой гимнастикой?

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.

Ученые, изучающие деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Установлено, что уровень развития речи у детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

В раннем возрасте для пальчиковой гимнастики подбирают упражнения в упрощенном варианте, например:

- запускать мелкие волчки;
- разминать пластилин, тесто;
- «пальчики здороваются».

Чуть позднее предлагают игры с вкладышами *«Коза»*, *«Птички»*. Хорошо заниматься конструированием из кубиков, собирать пирамидки, застегивать пуговицы.

Очень хорошую тренировку для пальцев дают народные игры-потешки, например, *«Сорока-белобока»*:
сорока-белобока - кашу варила, деток кормила и т. д.
При этом указательным пальчиком правой руки выполняют круговые движения по ладони левой руки, затем по очереди загибают все пальцы**,** начиная с мизинца.

Уже в этом возрасте рекомендуется проводить с детьми гидромассаж, т. е. упражнения проводятся в воде.

В старшем возрасте полезно знакомить детей с такими понятиями, как ***«кулачок», «ребро», «ладонь».*** Для запоминания названий пальчиков проводят игры**:**

- *«Надень колечко на мизинец»*;
- *«Спрячь указательный (или большой) палец»;*
- *«Согрей безымянный пальчик»;*
- *«Пальчики здороваются»;*
- *«Поиграй на пианино»* и т. д.

Большую пользу приносят упражнения, когда пальцами изображают цветы**,** деревья, птиц, мебель, животных, прокатывают ребристый карандаш между ладоней (*«Неровная дорога»*).

Народная целительница Валентина Травинка в книге *«Исправь судьбу свою»* консультирует**,** что рука – это вышедший наружу головной мозг и «через кончики пальцев проходят таинственные каналы, по которым течет энергия». Она предлагает упражнения, например, с двумя грецкими орехами: взять оба ореха и катать их между ладонями в одну и другую сторону не менее трех минут. Для следующего упражнения нужно четыре грецких ореха, в каждую руку по два; перекатывать их, вращая то в одну, то в другую сторону, перемещая на каждой ладони, массажируя и упражняя пальчики в ловкости**.** Такие упражнения способствуют снятию у детей психического напряжения, расслабляют их, развивают подвижность**,** координированность.

В младшем дошкольном возрасте дети с удовольствием выполняют упражнения с речевым сопровождением. В большом количестве такие упражнения представлены в специальной литературе известных педагогов.

В старшем возрасте дошкольникам по силу пальчиками показывать животных**,** птиц: *«курочка», «кошка», «мышка», «собачка»* и других.

Когда ребенок освоит выполнение фигурок, то упражнения можно усложнять: разыгрывать небольшие сценки, пересказывать короткие рассказы, сказки с сопровождением построения фигурок из кистей и пальцев рук**.** (Предлагаю вам рассказать сказку *«Репка»*, помогая себе пальцами и кистями рук).Нужно приносили радость.

Большую роль в развитии мелкой моторики играют игры с мелкими предметами (мозаика, конструктор**,** геометрические фигуры, счетные палочки, спички и т. п.). Разновидностью пальчиковой гимнастики является гидрогимнастика *(пальчиковая гимнастика в воде)* и гидромассаж *(массаж рук в воде)*. Помимо раздражения кожных рецепторов, вода оказывает механическое давление на мышцы, в результате чего они расслабляются, снимается патологическое напряжение, что очень важно для детей-дизартриков.

Упражнения в воде выполняются в течение 10-15 минут. Обязательны контрастные ванночки для рук (при температуре 18 и 36 градусов: в теплой воде – 7-10 секунд, в прохладной – 3-5 секунд). В теплую воду добавляется морская соль *(на 1 литр воды 1 ч. л. соли)*.

В воде выполняются упражнения: растирание, разминание пальчиков**,** сжатие их в кулачки и др.

Таким образом, выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук**,** которая не только благоприятно влияет на развитие речи**,** но и подготавливает ребенка к рисованию и письму.