

Пальцы помогают говорить

Как часто мы слышим выражение «мелкая моторика». Что же такое мелкая моторика? Физиологи под этим выражением подразумевают движение мелких мышц кистей рук.

Ещё во втором веке до нашей эры в Китае было известно о влиянии действий рук на развитие головного мозга человека. Древние китайцы утверждали, что упражнения с участием рук и пальцев гармонизируют тело и разум, положительно влияют на деятельность мозга.

Японская акупунктура-ещё одно тому подтверждение. На кистях рук расположено множество рефлекторных точек, от которых идут импульсы в центральную нервную систему. Массируя определенные точки, можно воздействовать на внутренние органы, которые с этими точками связаны. Центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, в головном мозге человека расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь.

Но не только восточные мудрецы, но и отечественные физиологи подтверждают связь развития руки с развитием мозга. Так В.М.Бехтерев в своих работах доказал, что простые движения рук помогают снять умственную усталость, улучшают произношение многих звуков, развивают речь ребёнка. А известный педагог В. А.Сухомлинский утверждал, что «ум ребёнка находится на кончиках пальцев».

И наши предки наверняка об этом знали. Ведь хорошо знакомые нам «Сорока-ворона», «Ладушки» и им подобные народные игры, не что иное, как оздоравливающий и тонизирующий массаж на базе акупунктуры. Только задумайтесь: такие простые манипуляции с пальчиками, а сколько пользы! Положительное воздействие на внутренние органы, тонизирующий, иммуностимулирующий эффект - это раз. Стимуляция мыслительных функций и речи - это два. Весёлое общение малыша и мамы, заряд положительных эмоций - это три.

Начинать работу по развитию мелкой моторики нужно с самого раннего возраста. Уже грудному младенцу можно массировать пальчики(пальчиковая гимнастика),воздействуя тем самым на активные точки, связанные с корой головного мозга. В раннем и младшем дошкольном возрасте нужно выполнять простые упражнения, сопровождаемые стихотворным текстом, не забывать о развитии элементарных навыков самообслуживания: застёгивать и расстёгивать пуговицы, завязывать шнурки и т.д. И, конечно, в старшем дошкольном возрасте работа по развитию мелкой моторики и координации

движений руки должна стать важной частью подготовки к школе, в частности, к письму.

Тонкую моторику рук помогут развить :

- игры с пластилином (мять, отщипывать, скатывать, раскатывать, лепить и др.);
- рисование(карандашами, кисточкой, пальцами т.д.);
- игры с бумагой(рвать, мять, складывать, разрезать);
- игры с чётными палочками;
- рисование по клеточкам, графические диктанты;
- игры с пуговицами;
- игры с крупой, бусами;
- игры с конструктором, мозаикой;
- сухой бассейн из круп;
- игры с водой;
- пальчиковый театр;
- пальчиковая гимнастика;
- упражнения с мячом;
- массаж и самомассаж кистей рук и пальцев при помощи массажеров;
- застегивать пуговицы, завязывать и развязывать узлы, шнуровать обувь.

Помните, что развитие мелкой моторики и тактильно-двигательного восприятия у детей позволяет:

1. Развивать речь. Познавая окружающий мир, ребенок развивает мышление, воображение, память, восприятие.
2. Овладеть навыками письма, рисования, ручного труда, что в будущем поможет избежать многих проблем школьного обучения.
3. Лучше адаптироваться в практической жизни.
4. Научиться понимать многие явления окружающего мира.