

## Пальчикова гімнастика на логопедичних заняттях

Останнім часом педагогам дедалі частіше доводиться зустрічатися з таким явищем, як відставання в розвитку моторної функції дрібних м'язів пальців рук у дошкільників. Особливе значення має розвиток дрібної моторики руки для дітей з вадами мовлення.

Про вплив мануальних (ручних дій) на розвиток мозку було відомо ще в II столітті до н.е. в Китаї. Ігри за участю рук і пальців сприяють гармонійному розвитку тіла і розуму, підтримують у належному стані мозкові системи.

Вже кілька десятків років у своїй роботі з дітьми-логопатами використовую «каталочки» - невеличкі ребристі палички (незаточені олівці). Регулярні вправи з ними, на мою думку, поліпшують пам'ять, розумові здібності дитини, усувають її емоційне напруження, поліпшують діяльність серцево-судинної і травної систем, розвивають координацію рухів, силу і спритність рук, підтримують життєвий тонус. Прості рухи рук допомагають прибрати напруження не лише із самих рук, але й з губ, знімають розумову втому. Вони здатні поліпшити вимову багатьох звуків, а отже, розвивати мову дитини. Використовуючи «каталочки» на різних етапах заняття, як пальчикову гімнастику чи фізкультхвилинку, ми закріплюємо:



- назви кольорів;
- назви пальчиків (прокотити між вказівними, середніми...);
- просторові уявлення (прокотити ввєрх, вниз, вправо, вліво);
- слова – антоніми (швидко – повільно, вперед – назад).

Всі ми в дитинстві робили “Сороку-Ворону”, “Ладусі”, всі боялися “Рогату козу”, але повторювали її та лякали батьків. Та можна не зупинятися на вже

відомих вправах, а підібрати рухи до будь якого віршика, або підключити фантазію і вигадати своє маленьке оповідання чи казочку. У своїй роботі я використовую різні пальчикові вправи. Ось деякі з них.

### Ліхтарики

*Початкове положення:* Розташувати долоні перед собою, випрямити їх та розсунути пальці. Стискати та розтискати пальці на двох руках одночасно, супроводжуючи рухи відповідними фразами.

Вже стемніло надворі, засвітилися ліхтарі.

Хай ліхтарики горять, підуть дітлахи гулять.

*Ліхтарики засвітилися! Ліхтарики погасли!*

*(випрямити пальці)*

*(стиснути пальці)*



### Кулька

*Вихідна позиція.* Пальці обох рук зібрані пучкою і стикаються кінчиками.

“Надуваємо кульку”: придати пальцям таке положення, яке буває, коли руки

тримають м'ячик або кульку.

“Кулька лопнула”: пальці повертаються у вихідну позицію.

Пружну кульку я надую, мотузочок зав'язу.

Ну а потім її здую, всім цей фокус покажу.



## Дерева

*Вихідна позиція.* Розташувати кисті рук перед собою, долонями до себе. Пальці розведені в сторони та напружені. Після виконання вправи струсити кисті рук.

Вітер залетів у гай.

Ти дерева не гойдай, (Качати  
руками з боку у бік)

Дуже гілки не клони,

Щоб не тріснули вони! (Качати руками  
униз – уверх, не згибаючи пальців)



## Квітка

*Вихідна позиція.*

Долоні підняті угору, пальці створюють “пуп’янок”, основи кистей притиснуті одна до другої.

Квітка “розпускається”: розводимо одночасно пальці рук у боки, а потім зводимо пальці разом. Вранці сонечко зійшло, розпустилась квітка. А увечері закриє пелюсточки швидко.



## Замок

*Вихідна позиція.* Долоні притиснуті одна до одної. Пальці переплести. Далі рухами імітувати слова віршика:

Замок на двері тут висить. (*Швидко з'єднувати пальці в замок та роз'єднувати*).

Хто б зміг його нам відчинить?

- Потягнули! (Пальці зчеплені, потягнули пальці, не розчіплюючи їх).

- Покрутили! (*Посовати зчепленими пальцями від себе до себе*).

- Постукали! (*Пальці залишаються у замку, постукати основами долоней одна об одну*).

- Й відчинили! (*Розчепити пальці*).



## Зайчик

*Варіант 1. Вихідна позиція.* Вказівний та середній пальці витягнути уверх, мізинець та безіменний притиснути до долоні великим пальцем. Утримувати пальці в такому положенні на рахунок до 5-10. Вправу виконувати спочатку кожною рукою по черзі, потім – обома руками одночасно.

На зеленому лужку,

Плигав зайчик в колушку.

*Варіант 2. Вихідна позиція* (дивися варіант 1). Згинати та розгинати вказівний та середній пальці (униз-уверх) на рахунок “раз-два”.

*Варіант 3. Вихідна позиція.* Ліва рука – “зайчик”. Права рука – випрямлена долоня накриває зверху “зайчика” – це



“сосна”. Потім змінюємо положення рук. Права рука – “зайчик”, ліва рука – “сосна”. Змінювати положення рук 3-4 рази.

Та запахло вже дощем,  
Заховався під кущем.  
Зайцю барабан дали,  
Він застукав: “Раз-два-три”!

### Дружні пальчики

*Варіант 1. Вихідна позиція.* Пальці однієї руки випрямити, притиснути один до одного та утримувати напружені пальці до рахунку 10. Виконувати спочатку кожною рукою по черзі, а потім обома руками одночасно. Після вправи – стряхнути кисті рук.

Пальчики живуть в сім’ї, це помічники мої.

*Варіант 2.* Цю вправу можна попередити невеличким оповіданням про те, яку назву має кожний палець: великий, вказівний, середній, безіменний та мізинець.

*Вихідна позиція.* Усі п’ять пальців витягнуті та розведені в боки – пальчики “посварилися”. Потім усі пальці притиснуті один до одного – “помирилися”. Чергувати ці дві позиції, супроводжуючи словами:

*Посварились, посварились ,  
Та одразу помирились!*



Враховуючи оздоровчий вплив на організм таких пальчикових вправ, вважаю, що необхідно організовувати подібні види діяльності систематично, тоді можна досягти певних результатів у розвитку моторики кисті рук, і відповідно у розвитку мовленнєвої діяльності.