

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ РОДИТЕЛЯМ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧИ ДЕТЕЙ

Пальчиковый массаж для детей: зачем нужен и какие упражнения делать. Массаж рук ребёнку для развития речи можно начинать с рождения. Способность ясно излагать свои мысли тесно связана с мелкой моторикой пальцев рук. Массаж пальчиков способствует улучшению взаимодействия полушарий мозга, активизирует участки, которые отвечают за речь (как пассивную, так и активную). В дальнейшем он помогает улучшить память, внимание, усидчивость, а иногда и раскрывает таланты детей.

Что дает массаж? С помощью пальчикового массажа, игр и упражнений, проводимых дома, можно:

- усилить развитие речи – дети начинают говорить раньше, четче, постепенно увеличивают словарный запас;
- подготовить руки к письму;
- улучшить усидчивость, самоконтроль, внимательность;
- развивать фантазию, проявлять творческие способности;
- контролировать свое тело, не бояться его и пользоваться им в большей мере;
- почувствовать «немое», бессловесное общение, улучшить взаимопонимание;
- развивать навыки использования обеих рук, если ребенок левша.

Рекомендации:

1. Упражнения по развитию мелкой моторики проводятся в комплексе, начиная с первых месяцев жизни ребёнка.
2. В комплекс упражнений старайтесь включать задания на сжатие, расслабление и растяжение кистей малыша.
3. Сначала все движения взрослый выполняет руками малыша, а по мере освоения ребёнок начинает делать их самостоятельно.
4. Внимательно следите за тем, чтобы упражнения выполнялись ребёнком правильно. Если малыш затрудняется с выполнением какого-либо задания, сразу помогите ему: зафиксировать нужное положение пальцев и т. п.
5. Чередуйте новые и старые игры и упражнения. После освоения ребёнком простых двигательных навыков переходите к освоению более сложных.

6. Выполняйте определённые движения одновременно с прослушиванием (а затем и с проговариванием ребёнком) стихотворения.

7. Поощряйте творческую активность ребёнка, пусть он сам придумывает какие-нибудь упражнения.

8. Проводите занятия эмоционально, активно, хвалите малыша за успехи, но не забывайте при этом следить за его настроением и физическим состоянием.

Какие упражнения делать? В зависимости от возраста ребенка массажные движения постепенно заменяют пальчиковой гимнастикой. В процессе ее выполнения происходит самопроизвольный массаж подушечек.

Упражнения для ИГРОВОГО МАССАЖА

ПАЛЬЧИКИ

(1) Наш массаж сейчас начнём,

Каждый пальчик разотрём:

Этот - всех красивей,

Этот - всех ленивей,

Этот пальчик - всех длинней,

Этот пальчик – всех умней,

Вместе – это пять друзей.

(2) Пальцы растянуть хочу,

Каждый пальчик покручу,

Этот - всех красивей,

Этот - всех ленивей

Этот пальчик - всех длинней,

Этот пальчик – всех умней,

Вместе – это пять друзей.

(3) Каждый пальчик мы возьмём

И сожмём, сожмём, сожмём.

Этот - всех красивей

Этот пальчик - всех длинней,

Этот пальчик – всех умней,

Вместе – это пять друзей.

(4) Каждый пальчик мы возьмём,

На подушечку нажмём

Этот - всех красивей

Этот пальчик - всех длинней,
Этот пальчик – всех умней,
Вместе – это пять друзей.

Последовательность выполнения действий при массаже:

- 1 – растирать каждый палец, начиная с мизинца, от основания пальца к кончику
- 2 – погладить сразу все пальчики
- 3 - взяв палец за кончик и приподняв, осторожно вращать
- 4 - сжимаем поочередно пальчики в своём кулачке
- 5 – нажимаем кончиком указательного пальца на кончик пальца малыша у ногтя

КАПУСТКА

(1) Мы капустку чистим, чистим, мы капустку чистим, чистим

Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

(2) Мы капустку рубим, рубим, мы капустку рубим, рубим,

Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

(3) Мы капустку давим, давим, мы капустку давим, давим

Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

(4) Мы капустку солим, солим, мы капустку солим, солим,

Мы всех просим не зевать и немножко помогать.

Последовательность выполнения действий при массаже:

- 1 - лёгкие скользящие движения всех пальцев, как бы рвать траву
- 2 – попеременное постукивание рёбрами обеих ладоней
- 3 - нажимаем осторожно ладонью с небольшим вращением
- 4 - легко постукиваем кончиками расслабленных пальцев

ЁЖИК

(1) Катится колючий ёжик,

Нет ни головы, ни ножек,

Мне по пальчикам (по ножке вниз/по спинке вверх) бежит

И пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегает туда-сюда,

Мне щекотно, да, да, да!

Уходи, колючий ёж,

В тёмный лес, где ты живёшь!

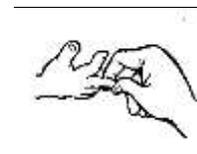
Выполнения действий при массаже:

1 - катать специальный резиновый «ёжик» для массажа или осторожно постукивать ноготками.

Массаж ладоней и пальцев рук

Массаж пальчиков очень полезен маленькому ребёнку.

Пальцы рук тесно связаны с мозгом и внутренними органами: мизинец — с сердцем, безымянный — с печенью, средний — с кишечником и позвоночником, указательный — с желудком, большой — с головным мозгом.



1. Возьмите ладошку малыша и тщательно помассируйте каждый пальчик, начав с мизинца. Массажные движения выполняйте от ногтевой фаланги к ладони, уделяя внимание каждому суставчику.



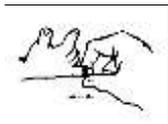
2. Помассируйте подушечки пальцев малыша, производя лёгкие нажатия на них.



3. Помассируйте ладони малыша круговыми движениями указательного пальца.



4. Возьмите ладонь ребёнка в свою руку и лёгким надавливанием большого пальца делайте круговые движения в центре ладони.



5. Помассируйте пальцы кольцевым спиральным массажёром. Наденьте массажёр на пальчик малыша и движениями вверх-вниз помассируйте пальчики в той же последовательности (начиная с мизинца).

6. Возьмите две массажные щётки и проведите ими по ладоням ребёнка. Его руки при этом лежат на коленях ладонями вверх.

Упражнения на развитие мелкой моторики рук для детей

1. «Рыбак»

Налейте в миску воды и бросьте туда несколько мелких предметов: кусочки пробки, веточки, крупные бусины и т. п. Предложите малышу с помощью маленького сита, привязанного к палке, выловить по очереди все эти предметы и положить их на тарелку, стоящую на подносе справа от миски. «Удочку» малыш должен держать одной рукой.

2. «Дорожка»

Сделайте на столе дорожку шириной 3—5 см, ограниченную с двух сторон полосками бумаги. Предложите малышу посыпать её манкой или пшеном. Крупу нужно брать тремя пальчиками и стараться не просыпать за края дорожки.

3. «Волшебная ложечка»

Поставьте на поднос две чашки: слева — чашку с крупой, а справа — пустую. Двигая рукой ребёнка, покажите ему, как надо брать крупу ложкой. Осторожно поднесите ложку к пустой чашке и опрокиньте над ней. Задача: пересыпать всю крупу из левой чашки в правую.

4. «Сладкий чай»

Ваш малыш уже может самостоятельно положить себе в чай сахар. Теперь научите его размешивать сахар в кружке.

5. «Салют»

Ребёнок берёт небольшие листочки цветной бумаги и старается разорвать их как можно мельче. Оторванные кусочки он складывает на блюдце. Затем надо взять все кусочки в ладони и подбросить их вверх.

6. «Сделай комочек»

Дайте ребёнку лист бумаги. Его задача: скомкать листок так, чтобы получился плотный комочек.

7. «Подзорная труба»

Ребёнок берёт лист бумаги формата А4 и сворачивает его двумя руками в трубочку, после чего подносит трубочку к глазу и рассматривает в неё окружающие предметы.

8. «Собери палочки»

Рассыпьте перед ребёнком счётные палочки. Малыш должен собрать их все по одной обратно в коробочку.

Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным мячиком

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.

2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.

3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).

4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз).

5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).

6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его.

7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в «замок», локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).

8. Переключайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

