**Консультация для родителей**

**«Развиваем пальчики - улучшаем речь, пальчиковые игры с элементами психогимнастики»**

Ребёнок не говорит. Ребёнок говорит плохо, как каша во рту. Ребёнок говорит мало слов. В каждой семье по разному относятся к этому явлению. Одних тревожит уже то, что малыш к году говорит лишь два-три слова. Другие спокойны, несмотря на то, что ребёнок в 3 года не может составить простую фразу, владеет лишь малым количеством слов. Такие родители считают, что со временем ребёнок «разговорится» сам, догонит сверстников, и очень ошибаются. Чаще всего задержка развития речи тяжело сказывается на общем развитии ребёнка, не позволяя ему полноценно общаться и играть со сверстниками. Задержка речевого развития затрудняет познание окружающего мира, отягощает эмоционально-психическое состояние малыша. Однако если вовремя помочь ребёнку, регулярно использовать все способы стимуляции, развития и активизации речи, эти проблемы можно успешно решить.

Известный педагог В. А. Сухомлинский сказал: "Ум ребенка находится на кончиках его пальцев, "Рука – это инструмент всех инструментов", заключал еще Аристотель. "Рука – это своего рода внешний мозг", - писал Кант.

Эти выводы не случайны.

Игры с пальчиками развивают мозг ребёнка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию. Учёные, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Чтобы научить малыша говорить, необходимо не только тренировать его артикуляционный аппарат, но и развивать мелкую моторику рук, которая ведет к улучшению взаимосвязи между полушариями головного мозга и синхронизации их работы. Дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируем и соединение зоны, отвечающие за речь.

В развитии ребенка существуют периоды, когда он наиболее обучаем. Для развития речи этот период – возраст от полутора лет до трех лет. Именно тогда ребенок овладевает основными средствами языка, на котором осуществляется общение, у него закладываются основы речевого поведения, формируется особое чувство языка. Закономерно, что лишь к трем годам жизни движения пальцев ребенка становятся похожи на движения пальцев рук взрослого человека.

Как играть в пальчиковые игры.

Перед началом упражнений дети разогревают ладони лёгкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.

Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала правой рукой, затем левой, а потом двумя руками вместе.

Выполняя упражнения вместе с детьми, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.

При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки.

Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.

Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись детьми легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили радость.

Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости отдельным детям оказывается помощь.

Очень чётко придерживаемся следующего правила: не ставить перед детьми несколько сложных задач сразу (к примеру: показывать движения и произносить текст). Так как объём внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.

Никогда не принуждайте! Попытайтесь разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их (например, изменив задание) или поменяйте игру.

Группы пальчиковых игр.

Пальчиковые игры разнообразны по содержанию и делятся на группы:

Игры – манипуляции.

«Ладушки-ладушки… », «Сорока -белобока… » - указательным пальцем осуществляют круговые движения.

«Пальчик  - мальчик, где ты был?. », « Мы делили апельсин… », «Этот пальчик хочет спать… », «Этот пальчик – дедушка… », «Раз, два, три, четыре, кто живёт в моей квартире?. », «Пальчики пошли гулять… » - ребёнок поочерёдно загибает каждый пальчик. Эти упражнения он может выполнять самостоятельно или с помощью взрослого. Они развивают воображение: в каждом пальчике ребёнок видит тот или иной образ.

Сюжетные пальчиковые упражнения.

«Пальчики здороваются» - подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (правой, левой руки, двух одновременно)

«Распускается цветок» - из сжатого кулака поочерёдно «появляются» пальцы.

«Грабли» - ладони на себя, пальцы переплетаются между собой.

«Ёлка» - ладони от себя, пальцы в «замок» (ладони под углом друг к другу). Пальцы выставляют вперёд, локти к корпусу не прижимаются.

Пальчиковые кинезиологические упражнения («гимнастика мозга») .

«Колечко» - поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с каждым пальцем последовательно указательный, средний и т. д.

«Кулак – ребро – ладонь» - последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе) .

«Ухо – нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой – за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

«Симметричные рисунки» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т. д. Главное, чтобы ребёнок смотрел во время «рисования» на свою руку) .

«Горизонтальная восьмёрка» - нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза – сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками.

Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук.

В данных упражнениях используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание (от периферии к центру) .

«Помоем руки под горячей струёй воды» - движение, как при мытье рук.

«Надеваем перчатки» - большим и указательным пальцами правой и левой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.

«Засолка капусты» - движения ребром ладони правой руки о ладонь левой руки: постукивание, пиление. Движения обеих кистей: имитация посыпания солью, сжимание пальцев в кулак.

«Согреем руки» - движения, как при растирании рук.

«Молоточек» - фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки «забивать» гвозди.

«Гуси щиплют травку» - пальцы правой руки пощипывают кисть левой.

Для более  эффективного самомассажа   кисти рук используются грецкий орех, каштан, шестигранный карандаш, массажный мячик.

Театр в руке.

Позволяет повысить общий тонус, развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.

«Бабочка» - сжать пальцы в кулак и поочерёдно выпрямлять мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соединить в кольцо. Выпрямленными пальцами делать быстрые движения («трепетание пальцев») .

«Сказка» - детям предлагается разыграть сказку, в которой каждый палец – какой-либо персонаж.

«Осьминожки» - правая рука, осторожно и по очереди передвигая свои щупальцы-пальцы, путешествует по морскому дну. Навстречу движется осьминог – левая рука. Увидели друг друга, замерли, а потом стали обследовать морское дно вместе.

Известно, что между речевой и общей двигательной системой человека существует тесная связь. Итак, подводя итоги, можно констатировать следующее.

Пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться. Помимо этого, пальчиковые игры расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

Игры с пальчиками – это не только стимул для развития речи и мелкой моторики, но и один из вариантов радостного общения с близкими людьми. Когда мама для пальчиковой игры берёт малыша на руки, сажает на колени, обнимая, придерживает, когда она трогает его ладошку, поглаживает или щекочет, похлопывает или раскачивает, ребёнок получает массу необходимых для его эмоционального и интеллектуального развития впечатлений.

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологи­ческой помощи, доказывать уже никому не надо.

В настоящее время в дошкольных учреждениях широко используются пальчиковые игры с элементами психогимнастики.

Прежде всего такие игры показаны детям с чрезмер­ной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, вспыльчивым, замкнутым, с неврозами, нарушениями характера, легкими задержками психического развития и дру­гими нервно-психическими расстройствами, находящими­ся на границе здоровья и болезни.

Не менее важно использовать психогимнастику в психо­профилактической работе с практически здоровыми деть­ми с целью психофизической разрядки.

Психогимнастика прежде всего направлена на обучение элементам техники вырази­тельных движений, на использование выразительных дви­жений в воспитании эмоций и высших чувств и на приобре­тение навыков в саморасслаблении.

Дети изучают различные эмоции и учатся управлять ими. Это помогает преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Нарушения выразительности моторики заслуживают при­стального внимания потому, что неумение правильно выра­зить свои чувства, скованность, неловкость или неадекват­ность мимико-жестовой речи затрудняют общение детей со сверстниками.

Не менее важен словесный язык чувств, который обозна­чает явления эмоциональной жизни. Называние эмоций в психогимнастике ведет к эмоциональному осознанию ребен­ком себя. Ребенок, говорящий на хорошем, богатом языке, лучше мыслит, у него появляется больше оттенков для сло­весного обозначения чувств, он тоньше понимает себя, свои переживания, эмоции у него становятся более дифференци­рованными. Психологи считают, что резервы повышения дей­ственности нравственных представлений ребенка лежат в эмоциональной насыщенности содержания оценочных суж­дений взрослых, в использовании ими оценок личностных свойств, оценок-состояний, оценок-предвосхищений и дру­гих форм эмоциональных отношений, соответствующих уров­ню нравственного развития дошкольника.

Все занятия, упражнения психогимнастики проводятся только на воображаемом материале, поэтому использование реальных атрибутов крайне нецелесообразно, так как отвлекает внимание детей, превращает психогимнастику в игру, которая лишь должна лежать в ее основе.

         Когда , касаясь головы ребенка, дарите ему воображаемую шапочку определенного цвета, песенкой колокольчика предлагаете «позвенеть», попробовать – не спадает ли «шапочка», «натянуть» ее поглубже, изобразить «хор» колокольчиков, - включенное воображение ребенка создаст образ, окрасит его необходимыми движениями, это как раз то, что нам нужно.

отдохнуть, но и настроиться на дальнейшую работу.

Также психогимнастику рекомендуется проводить утром, когда дети только пришли в детский сад.  Упражнения помогут настроить  детей на позитивный лад, доброжелательное отношение друг к другу.

Занятия состоят из трех блоков.

Первый  блок включает в себя знакомство с основными эмоциями. К ним относятся: грусть, радость, удивление, страх, гнев.

Второй блок – различие основных эмоций: радость и горе; радость  и гнев; радость, горе, страх; удивление, страх, гнев.

Третий блок – анализ эмоций.

Занятия первого блока состоят:

1.Путешествие.

2.Рассматривание пиктограмм.

3.Выполнение заданий.

4.Упражнение «Зеркало»

5.Рисование лиц.

6.Обсуждение.

7.Релаксационное упражнение такое, как  например «Волшебный сон».

Занятия второго блока включают в себя:

1.Упражнение «Наши чувства» (дети перечисляют их и рассматривают изображения мимики.

2.Знакомство со сказочными героями.

3.Литературные загадки ( определить эмоции)

Например:

- На скамейке у ворот Клара горько слезы льет.

- Наша Таня громко плачет,

Уронила в речку мячик.

-Рады зайчики и белочки,

-Рады мальчики и девочки,

Обнимают и целуют косолапого;

Ну, спасибо тебе, дедушка, за солнышко.

Вопросы: Какое чувство испытывает данный герой?

5.Рисование эмоций или изобразить мимикой» маску радости» ( гнева, удивления, страха, грусти)

Третий – анализ эмоций:

1.Упражнение « Разные эмоции»  (дети выбирают разные эмоции на изображениях).

Игра с анализом.

3.Упражнение или игра « инсценировка».

Возможные фразы : « У меня болит зуб», « Я съел шоколадку « « Мне купили велосипед»

« Я поссорился с другом « и т.д.

Анализ ситуаций на сюжетных картинках.

5.Игры: « Волны», « Пожалуйста», «Подари улыбку».

Психогимнастика  помогает осознать потребность в познании окружающего мира и себя в нем.