

НАШИ
ДЕТИ

Пальчиковые игры для детей 3–4 лет

Пальчиковые игры для детей 3–4 лет

«Месим тесто»

Как играть: ритмично сжимаем и разжимаем кулачки, изображаем замес теста и приговариваем:

*Месим, месим тесто,
Есть в печи место.
Будут-будут из муки
Пышные калачи!*

На слове «калачи» — резко встряхиваем кистями, как будто стряхиваем муку.

Что тренируем: сжатие-разжатие укрепляет мышцы кисти, которые необходимы для правильного захвата предмета без напряжения.

Ритмичные повторения активизируют центр Брока — тот самый отдел головного мозга, который отвечает за произношение. Резкое встряхивание снимает мышечные зажимы после статического напряжения, а это — релаксация для нервной системы.

Покажите ребенку, что «тесто» бывает разным (мягкое — месим медленно и плавно, крутое — месим быстро и резко).

Предложите ребенку выбрать, какое тесто будет у него. Это развивает воображение.

«Улитка в домике»

Как играть: сжать две руки в один большой кулак — это домик улитки. Указательный и средний пальцы одной руки высовываются из кулака — это рожки.

Текст звучит так:

*Улитка, улитка, высунь рога —
Дам тебе пирога,
Кусок масла, лепешку,
Высунь рожки немножко.*

«Рожки» медленно появляются, крутятся в разные стороны и снова прячутся. Потом руки меняются.

Что тренируем: слуховое восприятие, чувство ритма, изолированное движение двух пальцев, пока остальные остаются сжатыми. Для трехлетки это серьезная задача.

«В лесу»

Как играть: поочередно загибаем пальцы, начиная с большого. Во время игры меняйте голосовые модуляции: за зайку говорите пискляво, за волка — грозно.

Этот пальчик — зайка серый, (загибаем большой)

Этот пальчик — белка смелая, (указательный)

Этот пальчик — ежик колкий, (средний)

Этот пальчик — серый волк, (безымянный)

А мизинчик — маленький мышонок, очень-очень тихий ребенок!
(трясем мизинцем)

Сразу движения могут не получиться, но ничего страшного в этом нет, это абсолютно нормальный и естественный этап развития.

Вот пошаговая стратегия, как превратить «не получается» в «получается».

1. Сделайте игру молчаливой, то есть уберите текст.
2. Если ребенок ставит не те пальцы — не поправляйте сразу. Возьмите его ручку в свою и мягко поставьте нужные пальчики сами (пассивная гимнастика). Через 3–4 таких «пассивных» повтора пальцы ребенка «запомнят» положение и начнут делать его сами. Пассивная гимнастика учит быстрее, чем активная!
3. Когда получается, бурно хлопайте.

Что тренируем: поочередное загибание пальчиков развивает изолированные движения каждого пальца, тренирует ловкость. Развивается активный словарь, интонационная выразительность речи.

Ребенок учится связывать движение с настроением. Попросите малыша придумать свое животное, которое будет с вами играть. Это развивает воображение и креативность.

«Мы делили апельсин»

Как играть: классический вариант — поочередно загибаем пальцы, начиная с мизинца. А можно попробовать вариант сложнее — поочередно разгибать пальцы (разгибать пальцы сложнее, чем загибать).

Начните со сжатого кулака и разгибайте пальцы согласно тексту:

Мы делили апельсин, (левая рука в кулаке — это «апельсин»)

Много нас, а он один. (правой рукой «пересчитываем» пальцы левой)

Эта долька для ежа, (разгибаем мизинец)

Эта долька для чижа, (разгибаем безымянный)

Эта долька для утят, (разгибаем средний)

Эта долька для котят, (разгибаем указательный)

Эта долька для бобра, (разгибаем большой палец)

А для волка кожура! (встряхиваем кисть, изображая кожуру)

Он сердит на нас — беда! (хмуримся, сжимаем кулак)

Разбегайтесь кто куда! (растопыриваем пальцы и прячем за спину)

Что тренируем: сжатие и разжимание кисти благоприятно влияет на общий тонус. Движения каждым пальцем тренируют изолированные движения и развивают способность выполнять серию последовательных действий.

Ритмичный текст закрепляет произношение, развивает словарь и грамматический строй речи. Смысловая пауза (кульминация) развивает просодику (интонацию, громкость, экспрессию).

Эмоциональный сюжет удерживает внимание, делая тренировку незаметной и веселой.