

**Консультация для родителей на тему:
«Развитие речи: от года до трех»**

От года до трех. «... И многое может сказать!»

Период от года до трех лет характеризуется быстрым увеличением словарного запаса у детей. К трем годам количество произносимых ими слов возрастает до 250 -300. Это объясняется тем, что деятельность ребенка становится сложнее и разнообразнее. Он знакомится с различными свойствами предметов, устанавливает простейшие связи между ними, обобщает по сходным признакам. Однако способность понимать обобщенное значение слов развита еще недостаточно.

На третьем году жизни у детей появляется более точное произношение слов, и уже не только те, кто постоянно общается с ребенком, но все окружающие начинают понимать его речь. Но все же дети нередко пропускают в слове отдельные слоги («клой» - открой, «сото» - высоко), а при стечении согласных один звук («камейка» - скамейка, «тул» - стул), иногда вставляют лишние звуки в слово («таньканчик» - стаканчик) и т. п.

Усвоение грамматики

Но главное в развитие речи в этот период заключается не в количественном росте словаря, а в том, что слова, которые ребенок использует в своих предложениях (зачастую из 3-4 слов), приобретают соответствующую грамматическую форму: «девочка села», «девочка сидит», «лопатку баба дела (сделала)».

С этого времени начинается один из важнейших этапов овладения родным языком – овладение его грамматической структурой. Усвоение грамматики происходит интенсивно, и основные грамматические закономерности ребенок усваивает примерно к трем годам. Так, к этому времени в своей речи он употребляет все падежные формы (без предлогов и с предлогами – «на волка похож», «под землю спрятался» и т.д.), формы глаголов, сложные предложения с союзами («Во сне видела, что волк укусил мне руку», «Форточка открыта, чтобы проветрилось»).

Все это не означает, однако, что в дальнейшем ни самому ребенку, ни окружающим его взрослым не предстоит потрудиться, совершенствуя владение языком. Ведь многие тонкости, трудности исключения из правил ребенку еще предстоит усвоить. Кроме того, в общении с взрослыми и сверстниками ребенок усваивает разговорную форму речи. А поскольку в разговорной речи практически

отсутствуют причастия и деепричастия («прыгающий», «прыгая» и т.п.), нет их пока и в речи ребенка.

Что же способствует развитию речи? Детям третьего года жизни можно и нужно давать специальные речевые задания. Более простые из них – это задания повторить слово или произнести какой-нибудь отдельный звук, когда взрослый учит произносить слово правильно. Более сложные – когда ребенка просят, например: «Подойди к бабушке и скажи ей: «Бабушка, дай мне, пожалуйста, мою шапочку».

Почему такие задания полезны для развития речи? Во-первых, потому, что взрослый дает ребенку образец речи, и не просто образец правильного построения фразы, а пример использования речи в конкретной ситуации. Можно даже сказать, что подобные задания не только способствуют формированию грамматической, лексической правильности речи, но и воспитывают культуру речевого общения, «речевого поведения».

Во-вторых, эти задания полезны потому, что ребенок учится сознательно строить свою речь, пусть в очень элементарной форме, осознавать то, как говорят другие, как говорит он сам.

Речевые задания с уже определенной формой высказывания уместны в общении с детьми до двух лет. Более старшим детям можно давать задания в более общей форме: «Подойди к бабушке и попроси ее достать твою шапочку», «Попроси у бабушки свою шапочку».

Речевые задания могут даваться и для того, чтобы ребенок обратился к взрослому, и для того, чтобы он обратился к другому ребенку, к нескольким детям. Тем самым активизируется речевое общение между детьми.

Речевые задания хорошо помогают обучать детей задавать вопросы: «Где?», «Какой?», «Куда?» т.д., употребляя сложные предложения. Например, ребенку предлагается спросить у взрослого (или у другого ребенка): «Спроси у папы, куда он положил новую игрушку». Ребенок может задать вопрос различными способами: «Куда ты положил новую игрушку» или «Мама спрашивает, куда ты положил новую игрушку» или «Мама спрашивает, где новая игрушка» и т.д.

Важная роль таких речевых заданий и устных рассказов в развитии речи малышей вовсе не означает, что рассматривание с детьми предметов, игрушек, картинок и чтение книжек с иллюстрациями имеют второстепенное значение. Наглядность, непосредственное ознакомление детей с предметами и явлениями

окружающего мира, с происходящими вокруг событиями остаются прочной основой обогащения знаний и представлений детей.

Накопление словарного запаса.

Уже детям второго года жизни можно показывать не только предметные картинки (т.е. изображения отдельных людей, животных, предметов), но и картинки сюжетные, на которых изображено какое-нибудь событие (дети поливают цветы на клумбе). На третьем году возможности детей в рассматривании картинок увеличивается, однако дети не предоставляют сами себе – руководить рассматриванием должен взрослый. Он объясняет смысл изображенного, раскрывает последовательность действий, задает детям вопросы и т.д.

Предметная картинка кажется очень простой: нарисованная кукла, зайка, собака, флажок, мячик... Казалось бы, не очень много можно извлечь из такой картинки для того, чтобы развивать речь ребенка. Он вспомнит, как называется то, что изображено на картинке, назовет. Это, конечно, важно. И, если изображен новый, незнакомый малышу предмет, он познакомится с ним и усвоит новое слово. Это тоже важно. Но на картинке нельзя изобразить предмет вообще: собаку вообще, мячик вообще. Мячики бывают синие, красные, зеленые. Собаки тоже разные: с большими висящими ушами, с ушами торчащими, настороженными, собаки лохматые и гладкой шерстью. На все детали изображения можно обращать внимание ребенка и задавать соответствующие вопросы. Собака на картинке или сидит, или лежит, или бежит, или лает. Поэтому, показывая ребенку такую картинку, можно спрашивать и о названии того, что изображено, и задавать вопрос «что делает?»

До середины третьего года у детей нередки пропуски предлогов, и ответы на вопросы «где сидит?», «где лежит?» способствуют закреплению использования предлогов в речи, и не только помогают преодолеть пропуски предлогов, но также учат их правильному употреблению.

Начало формирования связной речи.

Предметные картинки, на которых изображены именно предметы, а не живые существа, годятся не только для того, чтобы обогащать речь детей новыми словами, которые обозначают предметы, их свойства и качества.

Взрослый показывает малышу картинку (синий мячик) и спрашивает: «что это?» едва ли малыш ответит: «Синий мячик». Скорее он скажет: «Это мячик» или просто «Мячик». Следующий вопрос взрослого: «Какой?», «Какого цвета?» Ответ: «Синий». Если мы ограничиваем свою задачу тем, что учим малыша различать и

называть разные цвета, можно сказать: «Да, это синий мячик». Но можно сказать и по-другому: «Да, это мячик. Синий мячик». Вроде бы небольшое различие, но оно существенно. Ведь здесь мы даем ребенку образец построения связного высказывания. В самом деле, здесь последовательно высказываются два суждения: «Это мячик» и «Мячик синий». И второе не простое следует за первым – оно тесно с ним связано, вытекает из него. В первом предмет выделяется из многих других: это мячик, а не что-нибудь иное. Во втором этот выделенный, названный предмет характеризуется по одному из его свойств, в данном случае – по цвету.

Это очень простой, элементарный случай связного высказывания, зачаток связной речи, но она и развивается у ребенка постепенно, от простых форм к сложным. Сейчас, на третьем году жизни, это лишь начало, лишь основы формирования связной речи. Более основательно работа над связной речью проводится, начиная со следующего, четвертого года жизни малыша, когда намного обогатится его словарь, и он усвоит главные правила грамматики родного языка, а также его «звуковые» правила.

**Консультация для родителей на тему:
«Играем с пальчиками и развиваем речь»**

В настоящее время рядом исследователей (М.И.Кольцова, Е.И.Исенина, А.В.Антакова-Фомина и др.) доказано, что развитие мелкой моторики пальцев рук положительно сказывается на становлении детской речи. Если развиты движения пальцев рук и соответствуют возрастной норме, то и речь будет в норме. А сотрудники института физиологии детей и подростков АПН РФ установили, что развитие тонких движений пальцев рук положительно влияет на функционирование речевых зон коры головного мозга. Тесную связь пальцевой моторики с работой речевых зон подтверждает и тот факт, что переучивание левшей в дошкольном возрасте нередко является одной из причин возникновения у них заикания.

Еще известный физиолог В.М.Бехтерев доказал положительное влияние манипуляций рук на функции высшей нервной деятельности, на развитие речи, а значит и интеллекта.

Такие авторы, как Е.М.Мастюкова, М.И.Ипполитова и Л.А.Данилова дают рекомендации по формированию двигательных навыков и дифференцированных движений пальцев рук у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Доказано, что ежедневный массаж кисти, пальцевые упражнения и занятия с ребенком по овладению навыками речи ускоряют его развитие на 3-4 недели. Таким образом, для достижения желаемого результата возникает необходимость сделать работу по развитию пальцевой моторики регулярной.

Пальчиковые игры и упражнения – развлекательное и оздоровляющее занятие. Поэтому игровую тренировку необходимо начинать с раннего возраста.

Чем можно позаниматься с малышами, чтобы развить ручную умелость?

- Запускать пальцами мелкие волчки.
- Разминать пальцами пластилин, глину.
- Катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусинки, шарики.
- Сжимать и разжимать кулачки, при этом можно играть, как будто кулачок – бутончик цветка (утром он проснулся и открылся, а вечером заснул – закрылся, спрятался).
- Делать мягкие кулачки, которые можно легко разжать и в которые взрослый может просунуть свои пальцы, и крепкие, которые не разожмешь.
- Двумя пальцами руки (указательным и средним) «ходить» по столу, сначала медленно, как будто кто-то крадется, а потом быстро, как будто бежит. Упражнение проводится сначала правой, а потом левой рукой.
- Показать отдельно только один палец – указательный, затем два (указательный

и средний), далее три, четыре, пять.

- Показать отдельно только один палец – большой.
- Барабанить всеми пальцами обеих рук по столу.
- Махать в воздухе только пальцами.
- Кистями рук делать «фонарики».
- Хлопать в ладоши тихо громко, в разном темпе.
- Собрать все пальцы в щепотку (пальчики собрались вместе - разбежались).
- Игра с песком, водой.
- Складывание матрешек.
- Игра с вкладышами.
- Рисование в воздухе.
- Мять руками поролоновые шарики, губки.
- Игра с конструктором, мозаикой, кубиками.

В более старшем возрасте:

- Нанизывать пуговицы, шарики, бусинки на нитку.
- Наматывать тонкую проволоку на катушку.
- Завязывать узлы на толстой веревке, на шнурке.
- Застегивать пуговицы, крючки, молнии, замочки, закручивать крышки, заводить

механические игрушки ключиками.

- Закручивать шурупы, гайки.
- Рисовать, раскрашивать, штриховать.
- Резать ножницами.
- Рисование различными материалами (ручкой, карандашом, мелком, цветными мелками и т.д.)

Учимся рисовать.

Рисование – это отличный способ самовыражения, осознание собственных возможностей, утверждения своего Я. Рисование способствует познанию свойств окружающего мира, развивает мелкую моторику, учит передавать информацию при помощи линии, цвета.

Лепим из глины и теста.

Лепка развивает силу и ловкость пальчиков, мелкую моторику, пространственное восприятие, воображение.

Глина.

Перед началом работы глину надо развести водой так, чтобы она напоминала по консистенции не очень густое тесто для булочек.

Упражнение 1.

Дайте ребенку кусочек глины, который бы помещался у него в руках. Сначала предложите ребенку покатать шарик между ладонками, затем шлепнуть его на гладкую доску и с силой приколотить к доске кулачком. После этого нужно поставить ладонки на ребро и собрать глину в комок – получится что-то вроде колбаски. Замечательно!

А сейчас быстренько, ребром ладони, как ножом, нарежем колбаску на кусочки. Устали? Ну, ничего, сейчас покормим куколок свежей колбаской, и попьем чайку.

Упражнение 2.

Дать ребенку шарик глины и шлепнуть его на доску. Затем предложить ему с силой размазать глину пальчиками по доске, а потом собрать глину в кучу.

Упражнение 3.

Предложите ребенку отщипнуть от глины маленькие кусочки – крошки, чтобы «покормить птичек», а затем собрать все крошки в один комок.

Итак, глину можно катать, шлепать, хлопать по ней ладонкой, размазывать по доске, отщипывать от нее кусочки, оставлять на ней разные следы, рисовать, и, конечно же, из глины можно делать разные поделки и раскрашивать их.

Соленое тесто.

Вам понадобится: 2 стакана муки, 2/3 стакана соли, 1,5 – 2 стакана воды, 1,5 ложки растительного масла. Для цвета можно добавить пищевой краситель или гуашь.

- Научите ребенка катать шарики из теста. Покажите, как сделать мяч, божью коровку и пр.

- Научите ребенка катать колбаски. Из них можно сделать баранку, улитку, пирамидку и пр.
- Научите ребенка раскатывать конусы, из них можно сделать морковку, ракету, и пр.
- Научите ребенка раскатывать шарик и делать в нем вмятину пальцем. Покажите, как сделать тарелочку, чашку, бокал.
- Научите ребенка соединять отдельные детали. Покажите, как сделать снеговика, гусеницу.

Когда ваши поделки будут готовы, их можно запечь в духовке, раскрасить и покрыть лаком. Получится замечательная игрушка или сувенир.

Конструирование.

Кубики – незаменимое пособие для развития восприятия, мелкой моторики, координации, мышления ребенка. Они яркие, легкие, приятные на ощупь. С ними можно делать так много интересных вещей: стучать друг о друга, ставить друг на друга, сооружая дом, гараж, скамейку. В детской игре они легко превращаются в мостик, машинку или собачку. 3-х летний ребенок может соорудить устойчивую башню из девяти кубиков, скопировать с модели поезд, построить мост. Используйте для развития мелкой моторики различные конструкторы «Лего» (настольные и напольные), «домино», «тетрис».

Пирамидки, вкладыши, матрешки.

К 3-м годам ребенок умеет самостоятельно собирать пирамидку, учитывая размер колец и заданную форму.

Вкладывание предметов друг в друга – еще одно очень увлекательное и полезное занятие для малыша на развитие мелкой моторики рук. Вкладывать можно «кастрюльки», мисочки, матрешки. Трехлетний ребенок легко выполняет задания на вкладывание меньшего предмета в больший, ориентируясь при этом на размер. Малыш способен увидеть ошибки при вкладывании и при помощи взрослого может вложить четыре матрешки одна в другую.

Мелкую моторику можно развивать с помощью мозаики, баночек – вкладышей, пальчиковых игр, выкладывания изображений из палочек, всевозможных шнуровок (основная идея попасть нитью в дырку и вытащить ее), пристежек с пуговицами, молниями, перебирания круп, игр с водой, песком и мячиками.

Развитие руки – это руки с сильными, хорошо координированными пальчиками, которые согласованно выполняют необходимые манипуляции. Это можно достичь путем тренировок.

Понаблюдайте, выполняет ли ваш малыш все перечисленные ниже действия:

- достает мелкие игрушки из коробки, захватывая их двумя пальцами;
- нанизывает бусинки на нитку;
- любит играть со строительными кубиками;
- может самостоятельно завести механическую игрушку ключом;
- умеет держать карандаш, проводить горизонтальные и вертикальные линии;
- рисует человечка без туловища – головонога;
- копирует круг;
- может нарисовать крест после показа.

С нормализации кисти и пальцев рук начинается развитие зрительно-моторной координации и развитие речи. При этом необходимо использовать следующие принципы:

- систематичность проведения упражнений;
- последовательность – сначала на правой руке, затем на левой, при успешном проведении на правой и левой руке – на обеих одновременно;
- переход от простого к сложному – постепенно, по нарастающей сложности, не пропуская ни одного упражнения – это очень важно для поддержания у ребенка интереса к упражнениям.

Желаем вам успеха в столь сложной, но интересной и благодарной работе!

Упражнения для расслабления кисти.

Упражнения проводятся ежедневно в течение 5 – 10 минут. Ребенок двигает кистями в удобном для него направлении.

Круговые движения кистью.

1. «Рыбки»
Рыбки весело плескались (ладошки «ударяют по воде»)
В чистой светленькой воде.
То сожмусь, разожмусь, (пальчики сжимаются в кулачок)
То закружатся в воде. (винтообразные движения кистью)

2. «Вертолет»

Ребенок наматывает на клубок, резинку на карандаш.

Вертолет летит

Громко он гудит

Движения пальцев в горизонтальном направлении по столу.

1. Ладони на столе, пальцы врозь, вместе на счет раз, два.

Раз, два, раз, два,

(Ребенок ударяет по столу поочередно

Очень медленно сперва.

Правой и левой руками. Одно слово – один удар)

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом

(Количество ударов равно количеству слогов в слове)

2. Выставление кулачка на столе (правая и левая руки чередуются).

3. Выставление на столе кулачка – ладошки правой руки.

4. Сжимание – разжимание кулачка в воздухе.

5. «Ежик». Соединив ладошки, ребенок выставляет прямые пальцы вверх и расставляет в стороны.

Ежик сердится: «Ф – ф – ф.

Я колючий серый Еж.

Убегай чего ты ждешь!»

6. «Лиса и заяц», «Лиса крадется» - все пальцы медленно «шагают» по столу.

«Заяц убегает» - пальцы быстро двигаются вперед.

7. «Паук». Согнутые пальцы медленно передвигаются по столу.

8. «Двое разговаривают». Покажите ребенку картинку, изображающую обнимающихся детей. Сжав кулаками, ребенок вытягивает вперед вверх большие пальцы, приближает их друг к другу.

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики.

9. «Еж».

Бежит ежик по дорожке, (все пальцы быстро бегут по столу)
Лапки стучат, иглы шуршат. (пальцы похлопывают по столу)

Движения сверху вниз.

«Птички летают». Пальцы обеих рук двигаются вверх-вниз.

Птички полетели – крыльями махали.

Махали, махали, сели, отдыхали.

Движения слева направо.

1. Ребенок проводит четырьмя пальцами по нарисованной дорожке (дорожка прямая).
2. Ребенок перекладывает предметы (от крупных кубиков до мелких пуговиц, гороха).
3. Изготовить прямую дорожку из пуговиц, пришитых к ткани. Ребенок «прыгает» пальчиками по пуговицам – «камушкам» слева направо, сначала указательным пальцем, затем большим, средним, безымянным, мизинцем (по очереди).
4. «Камушками» из пластилина выложить по прямой линии. Ребенку надо раздавить все «камушки» слева направо указательным пальцем, сначала правой, затем левой руки (для левшей на оборот).
5. Имитирую игру на клавишных музыкальных инструментах, ребенок «играет» всеми пальцами по очереди.
6. «Часы». Ребенок совершает движения кистью слева направо.

Тик – так, тик – так,

Всегда так, всегда так.

Движения сверху вниз, слева направо.

Ребенок выполняет движения самостоятельно или с помощью взрослого.

1. «Замок»

На дворе висит замок. (пальцы в кулачках)

Кто его открыть бы смог?

Потянули, (движение кисти к себе)

Покрутили, (круговые движения кисти)

- | | |
|-------------|---|
| Постучали - | (основания ладоней стучат друг о друга) |
| И открыли! | (пальцы разжимаются) |
2. «Рыбка».
- | | |
|--------------------------|------------------------------------|
| Рыбка плавает в водичке, | (движения ладошками слева направо) |
| Рыбке весело играть. | (ладошка ударяет по воде) |
| Рыбка, рыбка озорница, | (то же самое движение) |
| Мы хотим тебя поймать. | (хлопок в ладоши) |

Движение пальцами, перебирание по стене снизу вверх.

1. «Паук». Согнутые пальцы медленно передвигаются по стене снизу вверх.
2. «Котенок». Согнутые пальцы быстро передвигаются снизу вверх.

Изолированное движение пальцами.

1. «Пчелка». Ребенок вытягивает указательный палец вперед, делает им вращательное движение, остальные пальцы сжаты в кулак (пчелка летит).
2. «Человечек». Указательный и средний пальчики «бегают» по столу.
3. «Ножницы». Указательный и средний пальцы имитируют стригущие движения ножниц.
4. «Пожарный». Указательный и средний пальцы «бегут» по игрушечной лестнице.
5. «Улитка с усиками». Положим руку на стол, ребенок поднимает указательный и средний пальцы и расставляет их.
6. «Пальчики клюют». Большой пальчик поочередно соединяется с остальными.
7. «Бабочка». Сжать пальцы в кулак. По очереди выпрямить мизинец, безымянный, средний, а большим и указательным сделать кольцо. Выпрямленными пальцами производить быстрые движения – «трепетание крылышек». Упражнение выполнять сначала правой, потом левой рукой (10 секунд)
8. «Птичка». Скрестить руки на уровне запястий, локти поставить на стол. Кисти соединить тыльной стороной. Прогнуть руки (движение вниз), затем «взмахом» вернуть их в первоначальное положение. (6-8 раз)

9. «Веер». Положить кисть руки на стол ладонью вверх. По очереди собрать пальцы в кулак и вновь выпрямить. (6-7 раз)
10. «Конь». Быстро ударять пальцами по столу, изменяя темп и интенсивность ударов. (10 раз)

Счетные палочки.

Из счетных палочек построить заборчик, лесенку, горку, дорожку, домик, лопату и т.д.

После окончания занятия собрать все палочки в кулачок и поставить их в маленький стаканчик.

**Консультация для родителей:
«Криомассаж и Самомассаж»**

Криомассаж

(массаж с использованием льда и горячей воды)

Цель криомассажа – снижение тонуса и уменьшение напряженности мышц. Метод прост в использовании, практически не имеет противопоказаний, за исключением острых воспалительных заболеваний. Для его проведения необходимо взять две емкости (тазики). В один тазик налить теплую воду (ближе к горячей, но чтобы ребенку было приятно), в другой положить ледяные кубики («конфетки»), которые легко можно сделать в бытовом холодильнике. Сначала предложить ребенку пошебуршать «конфетками», затем опустить руки в теплую воду: «Потрогаем водичку – она горячая». Спросить: «Где горячая водичка?», «Где конфетки?». Затем руки можно хорошенько встряхнуть и вытереть полотенцем.

- Продолжительность процедуры не должна превышать 7 минут.
- Одновременное ощупывание кубиков («конфеток») – от 5 до 30 секунд.
- Курс составляет 15 – 20 сеансов, проводимых ежедневно.
- Рекомендуется применять с 9 месяцев.

Сразу после криомассажа предложить ребенку вкладывание – вынимание игрушек, нанизывание. Можно дать ребенку рвать на мелкие кусочки любую бумагу (кроме журналов, газет) – дети делают это с удовольствием по несколько минут; Можно предложить перебирать крупные деревянные бусы, вкладывать один в один полые кубики разной величины; нанизывать кольца пирамидки – сначала на конус, затем на стержень. Ребенок, выполняя пальчиками, различные упражнения достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая оказывает благоприятное влияние на развитие речи.

Самомассаж

Правила проведения массажа

Если вы хотите, чтобы ваш полугодовалый ребенок благополучно развивался, был активным, любознательным, поскорее начал говорить, то кроме обычного массажа для тела обязательно проводите массаж ладоней и пальцев рук. Это эффективный способ развития мелкой моторики, а значит, и интеллектуальных

способностей маленького человека, потому что, массируя пальчики, вы воздействуете на активные точки, связанные с корой головного мозга.

Запомните основные правила массажа.

Развивать мелкую моторику можно уже в младенческом возрасте – с первого месяца. Одной рукой вы производите массирующие движения, а другой придерживаете ручку малыша.

Основные приемы массажа:

- ✚ Поглаживание – время от времени поглаживайте ладошки малыша с двух сторон в направлении от кончиков пальцев к запястью; можно воспользоваться мягкой щеткой.
- ✚ Разминание – вращательными движениями массируйте пальчики от кончиков к запястью; в завершение обязательно погладьте кисти ручек и напоследок проведите пассивную гимнастику для пальчиков.

Для детей старше года понадобится специальный комплекс:

- ✚ Поглаживание тыльной стороны кисти малыша от кончиков пальцев до середины предплечья (движения всей ладонью);
- ✚ Поглаживание каждого пальчика от кончика к основанию по всем поверхностям – тыльной, боковой и ладонной (движения несколькими пальцами);
- ✚ Растирание каждого пальчика по ладонной и боковым поверхностям от кончиков к основанию (спиралеобразные движения несколькими пальцами);
- ✚ Растирание тыльной и ладонной поверхности кисти от основания пальчиков до запястья (совершая прямолинейные и спиралеобразные движения костяшками пальцев);
- ✚ Повторное поглаживание;
- ✚ Вибрация – постукивание кистей ручек ребенка (движения кончиками пальцев);
- ✚ Повторное поглаживание;
- ✚ Завершите массаж пассивными и активными пальчиковыми упражнениями.

Проводить массаж можно ежедневно или через день. Продолжительность одного сеанса – 3-5 минут, курс - 10-12 сеансов. Через 10-30 дней курс можно повторить.

Гимнастика для пальчиков

Кроме массажа с малышом старше года можно проводить занимательные игры, включающие в себя элементы самомассажа кисте рук.

Когда малыш самостоятельно разминает свои пальчики (выполняет упражнения, играет), он занимается активной гимнастикой. А заниматься пассивной гимнастикой (поочередное покачивание, сгибание и вращения каждого пальчика) невозможно без участия взрослых.

Самомассаж усиливает кровообращение в кистях рук. Поиграйте с вашим малышом в эти веселые и полезные игры для ладошек и для пальчиков:

- ✚ хлопки;
- ✚ сжимание и разжимание мягких, а затем упругих предметов;
- ✚ потирание ладоней одна о другую;
- ✚ перекатывание между ладонями предметов с неровной поверхностью (грецкий орех, граненый карандаш);
- ✚ постукивание кончиками пальцев рук по столу;
- ✚ перекатывание по поверхности стола мелких предметов двумя пальчиками или каждым пальчиком по очереди (можно использовать горошину, маленькую бусинку и даже маковое зернышко).

Внимание! Во время игры с мелкими предметами не оставляйте малыша без присмотра!

Игры с элементами самомассажа

Чтобы массаж и гимнастика не стали необходимой, но скучной процедурой, для детей старше года можно превратить их в игру.

Игры с элементами самомассажа проводятся следующим образом. Взрослый читает стихотворение, сопровождая слова движениями рук. Малыша должен научиться повторять эти действия. Дети с удовольствием включаются в веселые игры.

Веселые ладошки

Сядьте с ребенком на ковер напротив друг друга, ноги широко расставьте.

Хлоп (хлопните в ладоши)!

Раз (легко ударьте себя по коленям)!

Еще (хлопните в ладоши)!

Раз (легко ударьте себя по коленям)!

Мы похлопаем сейчас (похлопайте в ладоши)!

А теперь скорей, скорей!

Шлепай, шлепай веселей!

Наклонитесь вперед, быстро, в такт, шлепайте ладонями по ковру перед собой.

Поехали – поехали!

Перед началом игры посадите ребенка на стул. Подготовьтесь к тому, что темп будет нарастать.

По-е-ха-ли по-ти-хо-неч-ку,

По-е-ха-ли по-ти-хо-неч-ку.

Ладонями попеременно слегка касайтесь колен.

И быстренько, и быстренько,

И быстренько, и быстренько,

И быстренько, и быстренько!

Хлопайте ладонями попеременно по коленям в нарастающем темпе.

И при-е-ха-ли!

Слегка наклоните голову и опустите руки на колени.

Сильные ладошки

Дайте ребенку два небольших воздушных шарика: один – наполненный водой, а другой – слегка надутый воздухом. Шарики должны быть примерно одного размера.

Покажите малышу, как можно играть с ними: сжимать ладошками, вкладывать их в ведерки или коробки, а затем вынимать.

Объясните малышу, какой из шариков тяжелее, а какой легче.

Ловкие ручки

Произнесите слова и одновременно выполняйте различные действия с мягкой губкой.

В другой раз проведите ту же игру, но уже не с губкой, а с маленьким резиновым мячиком или клубком ниток.

Эта ручка – правая (сожмите губку или мячик правой рукой),

Эта ручка – левая (переложите губку или мячик в левую руку и сожмите ее левой рукой).

Я на губку нажимаю (перекладывайте губку или мячик из руки в руку, каждый раз ее сжимая),

Я зарядку делаю.

Сухой бассейн для пальчиков

Наполните половину коробки сухим горохом. Закройте какую-нибудь маленькую игрушку.

Пусть ребенок опустит ручки в сухой бассейн и найдет там спрятанный предмет.

Летом можно играть на свежем воздухе, отыскивая «клады» в сухом, теплом песке. Кроме игр с маленькими предметами очень полезно пересыпать сухой песок из ладошки в ладошку.

Внимание! Следите за тем, чтобы песок не попал в глаза малышу!

Покатай ладошками

1-й вариант.

Покажите ребенку, как можно катать ладонью по столу маленький мячик или твердый шарик. Катать предмет (мячик) по столу нужно то правой, то левой ладонью.

2-й вариант.

Покажите малышу, как можно катать между ладонями граненый карандаш (движение ладоней – вперед - назад) или грецкий орех (движение по кругу). Важно, чтобы ребенок во время игры не выронил предмет из рук.

Покатай пальчики

Дайте ребенку бусинку или горошину и покажите, как ее можно перекатывать между большим и указательным пальцем. Затем сделайте то же упражнение, поместив бусинку между большим и средним, большим и безымянным и, наконец, между большим пальцем и мизинцем.

Удержи!

Попросите ребенка обхватить ваш большой палец ладошкой и сжать его как можно крепче. Скажите малышу, что сейчас вы будете проверять, кто из вас двоих сильнее, и попытайтесь выдернуть свой палец из ладони ребенка. Не спешите, дайте ребенку возможность побороться с вами.

Далее по очереди предлагайте для игры свой указательный, средний, безымянный палец и, наконец, мизинец.

«Снежинки»

Дайте ребенку белые бумажные салфетки и покажите, как их можно мять, формируя бумажные шарики. Затем поиграйте с малышом в «снежинки».

Барабань!

Покажите ребенку, как можно барабанить пальцами обеих рук по столу.

Поиграй на пианино!

Покажите ребенку, как можно напевать веселую песенку, сопровождая себя на воображаемом пианино. Кисти обеих рук чуть округлите, пальцам опирайтесь на стол.