

*«Истоки способностей и дарования детей - на кончиках их пальцев.*

*От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, сложнее движения, необходимые для этого взаимодействия, ярче творческая стихия детского разума. А чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее.»*

*В. А. Сухомлинский*

## Пальцы помогают говорить.

Движения пальцев и кистей рук ребенка имеют особое развивающее воздействие. Как вы помните, у новорожденного кисти всегда сжаты в кулачки, и если взрослый вкладывает свои пальцы в ладони ребенка, тот их плотно сжимает. даже можно немного приподнять. Однако эти ребенок совершает на рефлекторном уровне, его действия еще не достигли высокого мозгового контроля, который позволяет впоследствии сознательно выполнять движения.

Значение хватательного рефлекса состоит в ребенка не запускать из рук предмет. По мере созревания мозга этот рефлекс переходит в умение хватать отпускать. Чем чаще у ребенка действует хватательный рефлекс, тем эффективнее происходит эмоциональное и интеллектуальное развитие малыши. Влияние мануальных (ручных) действий на развитие мозга человека было еще известно во II веке до нашей эры в Китае. Специалисты утверждали, что игры с участием рук и пальцев (типа «Сороки - белобоки» и других) приводят в гармоничные отношения тело и разум, поддерживают мозговые системы в превосходном состоянии. Японский врач Намикоси Токудзиро создал оздоравливающую методику воздействия на руки. Он утверждал, что наделены большим количеством рецепторов, посылающих в центральную нервную систему человека. На кистях рук расположено множество акупунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы, рефлекторно с ними связанные.

По насыщенности акупунктурными зонами кисть не уступает уху стопе. Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, массаж указательного пальца положительно воздействует на состояние желудка, среднего - на кишечник, безымянного - на печень и почки, мизинца - на сердце.

В Китае распространены упражнения ладоней с каменными и металлическими шарами. Популярность занятий объясняется их оздоравливающим и тонизирующим организм эффектов. Регулярные упражнения с шарами улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение, улучшают деятельность сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, развивают координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус.

В Японии широко используют упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша. Талантом нашей народной созданы игры "Ладушки", «Сорока - белобока», «Коза рогатая» и др. Их значение до сих пор недостаточно осмысленно взрослыми. Многие родители видят в них развлекательное, а не развивающее, оздоравливающее воздействия. Исследования отечественных физиологов также подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В.М.Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит развивать речь ребенка. Исследования доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Развитие тонких движений пальцев рук предшествует появлению артикуляции слогов. Благодаря развитию пальцев в мозгу формируется проекция человеческого тела», а речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев.

Такую тренировку следует начинать с самого раннего детства. Исходя из оздоровительного воздействия на организм ребенка каждого из пальцев, помогайте ребенку координированно и ловко ими манипулировать. Обращайте внимание на овладение ребенком простыми, но в то же время жизненно важными умениями - держать чашку, ложку, карандаши, умываться. Например, если в четыре года он не умеет доносить в пригоршне воду до лица - значит, у него отстает в развитии мелкая мускулатура.

Обнаружив отставание у ребенка, не огорчайтесь. Занимайтесь с ним пальчиковой гимнастикой.

Терпения и удачи вам на занятиях со своими детьми.

## Пестование — наладка по ладошке

*В древности детей пестовали. Это сейчас их воспитывают, возвращают, обучают и обихаживают...*

Пестование, чтоб вы знали, — это целый процесс настройки родителей на биоритмы ребенка и настройки ребенка на биополе Земли. Оказывается, все старославянские «игры для самых маленьких» (типа «сороки-вороны», «трех колодцев», «ладушек») — и не игры вовсе, а лечебные процедуры на базе акупунктуры. То, что хорошо для младенца, иногда может помочь и взрослому. Попробуйте.

### Пестование

Если вы ребенка просто пеленаете, моете и кормите — это вы за ним ухаживаете. Если вы говорите при этом нечто вроде: «Ах ты мой сладкий! Давай-ка эту ручку сюда, а вот эту — в рукавчик. А теперь мы наденем памперс» — это вы его воспитываете: ибо человек должен знать, что его любят, с ним общаются и вообще пора когда-нибудь начать разговаривать.

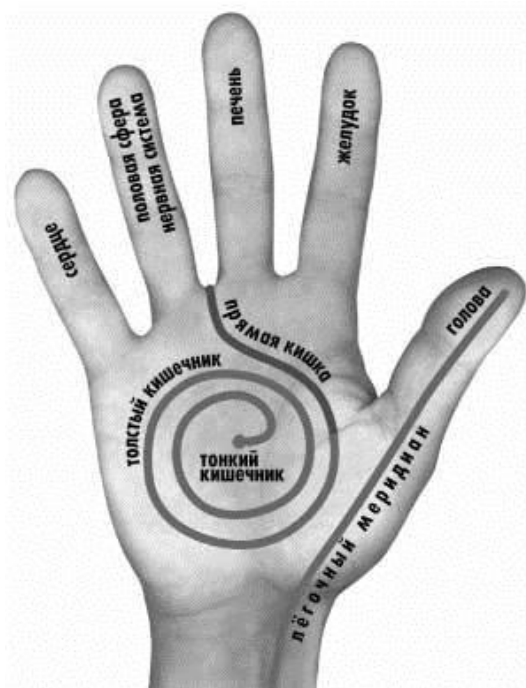
А вот если вы, умывая дитя, произносите пестушку вроде:

Водичка, водичка,  
Умой мое личико —  
Чтоб глазки блестели,  
Чтоб щечки горели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб кусался зубок,

А делая массаж или зарядку, приговариваете:

Потягушки-потягунюшки,  
Поперек толстунюшки.  
Ноженьки — ходунюшки,  
Рученьки — хватунюшки.  
В роток — говорок,  
А в головку — разумок...

Так вот, если вы пичкаете ребеночка этими приговорками-пестушками, то вы устанавливаете ритм, включаетесь в общий энергетический поток земли.



На земле все подчинено определенным ритмам: дыхание, кровообращение, выработка гормонов... День и ночь, лунные месяцы, приливы и отливы.

Каждая клеточка работает в своем ритме. На том, кстати, и строятся заговоры от болезней: ведуны ловят «здоровый ритм» и подстраивают под него больной орган. Так что на каждую болячку — свой стих.

Современный городской человек из природных ритмов выбит, он отгораживается от них, а бунтующий организм успокаивает таблетками.

### **Сорока-ворона**

На ладошках и на стопах есть проекции всех внутренних органов. И все эти «бабушкины сказки» — не что иное, как массаж в игре.

Круговые движения взрослым пальцем по детской ладони в игре «Сорока-ворона кашу варила, деток кормила» стимулируют работу желудочно-кишечного тракта у малыша. На центре ладони — проекция тонкого кишечника; отсюда и надо начинать массажик. Затем увеличивайте круги — по спирали к внешним контурам ладони: так вы «подгоняете» толстый кишечник (текст надо произносить не торопясь, разделяя слоги). Закончить «варить кашу» надо на слове «корми-ла», проведя линию от развернувшейся спирали между средним и безымянным пальцами: здесь проходит линия прямой кишки (кстати, регулярный массаж между подушечками среднего и безымянного пальцев на собственной ладони избавит вас от запоров).

Дальше — внимание! Все не так просто. Описывая работу «сороки-вороны» на раздаче этой самой каши деткам, не стоит халтурить, указывая легким касанием «этому дала, этому дала...» Каждого «детку», то есть каждый пальчик вашего младенца надо взять за кончик и слегка сжать. Сначала мизинчик: он отвечает за работу сердца. Потом безымянный — для хорошей работы нервной системы и половой сферы. Массаж подушечки среднего пальца стимулирует работу печени; указательного — желудка. Большой палец (которому «не дала, потому что кашу не варил, дрова не рубил — вот тебе!») не случайно оставляют напоследок: он ответственен за голову, сюда же выходит и так называемый «легочный меридиан». Поэтому большой пальчик недостаточно просто слегка сжать, а надо как следует «побить», чтобы активизировать деятельность мозга и провести профилактику респираторных заболеваний.

Кстати, эта игра совершенно не противопоказана и взрослым. Только вы уж сами решайте, какой пальчик нуждается в максимально эффективном массаже.

### **Ладушки**

Хироманты (это люди, которые гадают по ладони) зажатый кулак или большой

палец, «запрятанный» в кулаке, считают признаком слабоумия либо полного истощения жизненной энергии. «Потому-то, — говорят они, — у младенцев всегда сжаты кулачки. А по мере того как дитя взрослеет и набирается ума, кулачок раскрывается». Не исключено, что существует и обратная взаимосвязь. Ведь утверждают же и психологи, и неврологи, что мозговая деятельность соотносится с мелкой моторикой (мелкими движениями пальцев). Так что вполне вероятно, что, если ладошка научится раскрываться, то и головка активнее начнет работать.

Тонус мышц и быстрое раскрытие ладошки легче всего нарабатываются при прикосновении к круглой поверхности... К собственной ладошке, к голове или к маминой руке. Для того, должно быть, славянские волхвы и придумали игру в «ладушки».

— Ладушки, — говорите вы, — ладушки. — И выпрямляете пальчики малыша на своей ладони.

— Где были? У бабушки! — соедините его ручки ладошка к ладошке.

— Что ели? Кашку! — хлопнули в ладоши.

— Что пили? Бражку! — еще раз.

— Кыш, полетели, на головку сели! — это самый важный момент: малыш прикасается к своей голове, раскрывая ладонь на круглой поверхности.

Понятно вам теперь, почему игра называется «ладушки»? Да потому что она налаживает работу детского организма.

И, спорим, вы никогда не задумывались о происхождении слова «ладонь»? Центр наладки!

### **Три колодца**

Это, пожалуй, самая забытая из «лечебных игр». Тем не менее она — самая важная (если, конечно, вы не намерены с детства начать пичкать своего потомка антибиотиками).

Игра строится на «легочном меридиане» — от большого пальца до подмышки. Начинается с поглаживания большого пальца:

— Пошел Ивашка за водою и встретил деда с бородою. Тот показал ему колодцы...

Дальше следует слегка надавить на запястье, прямо на точку пульса:

— Здесь вода холодная, — нажав на эту точку, мы активизируем иммунную систему. Профилактика простуды.

Теперь проведите пальцем по внутренней поверхности руки до локтевого сгиба, надавите на сгиб:

— Здесь вода теплая, — мы регулируем работу легких. Пошли дальше, вверх по руке до плечевого сустава. Чуть-чуть нажмите на него (мы почти закончили «массаж легких»):

— Здесь вода горячая...

— А тут кипяток! — Пощекочите карапуза под мышкой. Он засмеется — а это само по себе хорошее дыхательное упражнение.

Начинайте прямо сейчас. В мерзко-простудную осеннюю погоду такие игры весьма кстати: и развлечение, и профилактика от гриппа.

Воспитатель Аржанова М.Г.