

Пальчиковая гимнастика.

Это метод развития мелкой моторики, координации движений и сенсорной интеграции у детей. Занятия гимнастикой для пальчиков улучшают ловкость, точность движений, стимулируют мышление и внимание. В детских садах такие игры активно применяют для подготовки малышей к освоению грамоты, закреплению знаний букв и цифр, а также для тренировки правильного держания карандаша или ручки.

Общие правила выполнения пальчиковой гимнастика.

ключайте пальчиковую гимнастику в повседневные занятия с малышом и ребенком постарше.

выполняйте упражнения вместе с ребенком и показывайте увлеченность занятием.

опровождайте каждое движение и жест соответствующими стихами.

перед началом игры убедитесь, что у малыша теплые ладони.

е только читайте вслух стихи для пальчиковых игр, но и напевайте их.

е обновляйте репертуар слишком часто. Одновременно в арсенале должно быть не более 2-3 различных игр, новые упражнения вводите постепенно.

оддерживайте стремление малыша подражать взрослым, поощряйте попытки повторить слова и самостоятельно делать движения.

Ежик

Для упражнения понадобится массажный мячик.

Ежик в руки мы возьмем (*берем мячик*),

Покатаем и потрем (*катаем его между ладонями*).

Вверх подбросим и поймаем (*подбрасываем или просто поднимаем вверх мячик*),

И иголки посчитаем (*пальцами одной руки нажимаем на несколько шипов*).

Пустим ежика на стол (*кладем мячик на стол*),

Ручкой ежика прижмем (*сверху кладем ладонь*)

И немножко покатаем (*катаем мяч ладонью правой руки*)

Потом ручку поменяем (*повторяем движения левой ладонью*).

Рыбка

Рыбка в озере живет (*соединяем ладони*),

Рыбка в озере плывет (*делаем плавные движения в разные стороны*).

Хвостиком ударит вдруг (*раскрываем ладони и хлопаем ими по коленям*)

И услышим мы — плюх, плюх! (*хлопаем в ладоши*)

Человечек

Я веселый человечек,

Я гуляю и пою.

Я веселый человечек,

Очень я играть люблю.

(*указательный и средний пальцы «шагают» по столу*)

Разотру ладошки сильно (*трем ладони друг об друга*),

Каждый пальчик покручу,

Поздороваюсь с ним сильно

И вытягивать начну (*по очереди хватаем каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаемся до ногтевой фаланги*).

Руки я затем помою (*потираем ладони*),

Пальчик к пальчику сложу (*прикасаемся одноименными пальцами друг к другу*),

На замочек их закрою

И тепло поберегу (*складываем пальцы в замок*).

На двери висит замок:

Кто его открыть бы смог? (*складываем пальцы в замок*)

Потянули (*тянем руки в стороны, не раскрывая замок*),

Покрутили (*вращаем замок по кругу*),

Постучали (*«хлопаем» сцепленными ладонями*)

И открыли! (*раскрываем замок*)

Посуда

Раз, два, три, четыре — (*по очереди хлопаем в ладоши и ударяем друг об друга кулаки*)

Мы посуду перемыли (*потираем ладони*):

Чашку, чайник, ковшик, ложку

И большую поварешку (*по очереди загибаем пальцы*).

Мы посуду перемыли (*трем ладонью сжатый кулак*),

Только чашку мы разбили,

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбился,

Ложку мы чуть-чуть сломали —

Так мы маме помогали (*по очереди разгибаю пальцы*)!

Сова

Совушка-сова (*машем раскрытыми руками, как крыльями*),

Большая голова (*очерчиваем руками в воздухе круг*)

На пеньке сидит (*приседаем или просто кладем руки на стол*),

Головой вертит,

Крыльями хлоп-хлоп (*хлопаем руками по бокам*)!

Ножками топ-топ (*топаем ногами*)!

Стенка

Стенка, стенка (*трогаем щеки*),

Потолок (*трогаем лоб*),

Две ступеньки (*«шагаем» пальцами по губам*),

Дзинь — звонок! (*нажимаем на нос*)

Снежок

Раз, два, три, четыре (*загибаем пальцы по одному*),

Мы с тобой снежок лепили (*соединяем ладони, как будто лепим*),

Круглый, крепкий (*чертим руками в воздухе круг*),

Очень гладкий (*одной рукой гладим другую*)

И совсем, совсем не сладкий (*грозим пальцем*).

Осень

Ветер северный подул (*дуем на раскрытые ладони*),
Все листочки с липы сдул (*двигаем руками, как будто смахиваем со стола листья*).

Полетели, покружились —
И на землю опустились (*плавно двигаем руками в воздухе и опускаем их на стол*).

Дождик стал по ним стучать (*стучим пальцами по столу*).
Град по ним заколотил,
Листья все насквозь пробил (*стучим по столу кулаками*).
Снег потом припорошил (*плавно двигаем кистями назад и вперед*),
Одеялом их накрыл (*прижимаем ладони к столу*).

Птички

Прилетайте, птички (*делаем «зовущие» движения пальцами обеих рук*)!
Сала дам синичке (*проводим ребром одной ладони по открытой руке*),
Приготовлю крошки (*складываем пальцы щепоткой*)
Хлебушка немножко (*трем подушечки пальцев друг об друга*).
Эти крошки — голубям (*вытягиваем вперед правую руку с открытой ладонью*),
Эти крошки — воробьям (*вытягиваем левую ладонь*),
Галки да вороны,
Ешьте макароны (*трем ладони друг об друга*).