

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.

ыполняйте упражнения вместе с ребенком и показывайте увлеченность занятием.

опровождайте каждое движение и жест соответствующими стихами.

еред 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 поймем *(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 плавает (*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,
Поздороваясь 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 разгибаем 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 раскрытой руке*),

Приготовлю крошки (*складываем пальцы щепоткой*)

Хлебушка немножко (*трем подушечки пальцев друг об друга*).

Эти крошки — голубям (*вытягиваем вперед правую руку с раскрытой*
ладонью),

Эти крошки — воробьям (*вытягиваем левую ладонь*),

Галки да вороны,

Ешьте макароны (*трем ладони друг об друга*).