

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка детский сад №2 города Кропоткин
муниципального образования Кавказский район

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ПО ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКЕ

«СТИХИ РУКАМИ»



Составитель: Хорошилова Е.И.,
воспитатель МАДОУ ЦРР д/с №2

Кавказский район
2020 год

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Методические рекомендации	5
Пальчиковая гимнастика	
Младший дошкольный возраст	8
Старший дошкольный возраст	26
Театр пальчиков и языка	43
Заключение... ..	47
Литература	47

Пояснительная записка

*«Рука — это своего рода внешний мозг»
(И. Кант)*

Вся жизнь человека потребует точных координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных действий. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

Методическое пособие по пальчиковой гимнастике «Стихи руками» рассчитана на детей от 1,5 лет. В силу своего возраста овладения детьми общей и мелкой моторики пальцев рук представляют некоторые трудности. Незрелость развития мелкой моторики пальцев рук вызывают трудности при обучении навыкам самообслуживания, в предметно-практической деятельности, изобразительной деятельности (рисовании, лепке, конструированию, аппликации). Психика ребенка устроена так, что его практически невозможно заставить выполнять какие-либо упражнения, даже самые полезные, если они ему не интересны. А вот пальчиковые игры с простыми движениями и весёлым стихотворным сопровождением нравятся и вызывают положительный эмоциональный отклик. Разнообразие заданий, их проблемный характер и игровая направленность, позволяют повысить интерес к разучиванию более сложных упражнений и способствуют лучшей ориентировке в повседневной жизни. Поэтому рекомендуется использовать пальчиковую гимнастику перед проведением практической деятельности по обучению самообслуживания или занятий НОД в детском саду.

Цель методического пособия - развитие мелкой моторики пальцев рук через использования пальчиковой гимнастики в непосредственно образовательной деятельности в детском саду.

Задачи:

- ✓ налаживание контакта, эмоционального общения педагога и ребенка;
- ✓ учить подражать движениям рук педагога;
- ✓ развивать точные и дифференцированные движения кистей и пальцев рук;
- ✓ развивать согласованность движений обеих рук;
- ✓ сочетать игры и упражнения для развития моторики пальцев с речью;
- ✓ развивать внимание, зрительное восприятие, речь;
- ✓ воспитывать любовь к малым фольклорным жанрам и русским народным сказкам.

Приятно педагогу, когда у ребенка умелые пальчики: ловко держат карандаш, аккуратно рисуют, строят из конструктора, застегивают пуговицу. А если ещё он чисто и правильно говорит – вдвойне приятно.

Благодаря пальчиковым упражнениям дети получают разнообразные сенсорные впечатления, у них развиваются внимательность и способность сосредотачиваться, улучшается двигательная координация, преодолеваются зажатость, скованность, тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. Пальчиковые упражнения развивают мышечный аппарат, мелкую моторику, тактильную чувствительность. Повышается общий уровень организации мышления обучающегося, вырабатывают уверенность в себе, адекватную самооценку. Совместные пальчиковые упражнения формируют добрые взаимоотношения между обучающимися, а также между педагогом и детьми. Пальчиковые упражнения отображают реальность окружающего мира – предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе пальчиковых упражнений, повторяя движения педагога, обучающиеся активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость пальцев, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности, а также способность мобилизоваться, сосредоточиваться и расслабляться.

Пальчиковые упражнения – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Упражнения интересны тем, что представляют собой маленький театр, в котором актеры – это пальчики. К тому же в игровой форме легче закреплять знания об окружающем мире. Многие упражнения требуют участия обеих рук, что дает возможность ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз», знакомиться с названиями и особенностями поведения животных, закреплять порядковый счет до десяти. В данном методическом сборнике собраны более 50 стихотворений и потешек из малых народных жанров. Каждой фразе любого стихотворения рекомендуются движения пальцами. Порядок стихов и фольклора составлен от простых с нарастанием уровня сложности, сначала на знакомство с названиями пальцев, затем на усложнение действия с ними.

Таким образом, при разучивании пальчиковых упражнений и многократном повторении малых фольклорных жанров в стихотворной форме, наиболее легкой для запоминания, формируются связи в головном мозге, между развитием мелкой моторики кисти руки, сенсорным восприятием и развитием речи. Пальчиковая гимнастика может использоваться как хорошее лечебное средство при различных заболеваниях, например при повышенной возбудимости: во время игр с пальчиками, воспитанники незаметно для самих себя отвлекаются от всех посторонних мыслей. Они заняты только работой, которую делают и на время забывают о своих недостатках. Еще Аристотель писал: «Рука – это инструмент всех

инструментов», а китайская мудрость гласит: «Я слышу – и забываю, я вижу – и запоминаю, я делаю – и понимаю». Комплекс веселых и полезных пальчиковых упражнений станет хорошим подспорьем для воспитателей, логопедов дошкольных учреждений, и специалистов, работающих в коррекционных школах, педагогов дополнительного образования, а также для родителей, желающих самостоятельно играть и заниматься со своими детьми дома.

Методические рекомендации

Используя пальчиковые упражнения необходимо придерживаться двух принципов обучения - это «от простого к сложному» и «самостоятельно по способностям». Этот союз позволит разрешить в игре сразу несколько проблем, связанных с развитием творческих способностей:

- ✓ пальчиковые упражнения, игры могут дать пищу для ума;
- ✓ они всегда создают условия, опережающие развитие способностей;
- ✓ они могут быть очень разнообразны по своему содержанию, а кроме того, как и любые игры, не терпят принуждения и создают атмосферу свободного и радостного творчества;

- ✓ играя в эти игры, все специалисты, работающие с реабилитантами, незаметно для себя приобретают очень важное умение - сдерживаться, не мешать, обучающемуся самому размышлять и принимать решения, не делать за него то, что он может и должен сделать сам.

Прежде чем выполнять игру с пальчиками, включите не громкую расслабляющую музыку. Она должна быть знакомой, чтобы не привлекать своей новизной. Если ребенок возбужден, то включите ласковый плеск волн, пение птиц – это снимет психическое напряжение, успокоит.

Пальчиковые упражнения проводятся индивидуально или с подгруппой детей. Выполняйте упражнение вместе с ребенком, при этом демонстрируя собственную увлечённость игрой.

Развитие речи и мелкой моторики посредством пальчиковой игры невозможно без руководства педагога. Для проведения данной работы необходимо использовать различные **методы и приемы**:

- ✓ наглядный метод работы - показ, как должны двигаться пальцы при проведении пальчиковой гимнастики;

- ✓ словесный метод работы - проговаривание потешек, стихотворений при проведении пальчиковой гимнастики; заучивание наизусть стихотворений, потешек;

- ✓ практический метод работы - пальчиковая игра.

Использование данных методов даёт положительный результат:

- улучшение качества речи;
- развитие мелкой моторики рук;

- развитие таких познавательных процессов, как мышление, память, внимание;

- развитие эмоциональной сферы.

Этапы разучивания игр:

1. Педагог сначала показывает игру с пальцами сам.

2. Педагог показывает игру, манипулируя пальцами и рукой обучающегося.

3. Педагог и обучающийся выполняют движения одновременно, педагог проговаривает текст.

4. Ребенок выполняет движения с необходимой помощью педагога, который произносит текст.

5. Ребенок выполняет движения самостоятельно, текст произносят вместе.

Сначала нужно подбирать такие игры, в которых предусмотрено взаимодействие руки обучающегося и взрослого. Именно на этом этапе больше всего требуется помощь. Нужно помочь правильно сложить руку, показать сначала движения на своих пальцах, а затем придать такое же положение кисти обучающегося. Не нужно демонстрировать человеку неспособность или неумение, напротив, необходимо вселить уверенность в то, что у него со временем все получится. Как выбрать время для игры? Огромное преимущество перед другими видами развивающих занятий имеет пальчиковая гимнастика. Играть с пальчиками можно тогда, когда появилось желание это делать. Ведь пальчики всегда с собой.

Новое упражнение нужно выполнять в медленном темпе. Слова, сопровождающие движения произносятся четко, неторопливо. При сопряженном произношении обучающиеся усваивают просодические компоненты речи: темы, ритм, мелодику, интонацию, выразительность, логическое ударение, учатся сливать слоги, слова друг с другом так, чтобы фраза произносилась как единое целое, плавно, с выразительным интонированием. Из произведений детской литературы подбираются тексты, имеющие воспитательные ценности, отличающиеся динамизмом, глагольной лексикой, четкой последовательностью событий, действий, художественной выразительностью языка, простотой построения фразы. Дети участвуют в хоровой драматизации, затем, переходят к индивидуальному проговариванию роли с помощью педагога и самостоятельно. Как результат не только развитие мелкой моторики, но и накопление предметного, глагольного словаря по теме.

Подбирайте упражнения, игры, которые окажутся по силам. Сначала покажите все действия с пальчиками, а потом предложите повторить. Терпеливо помогайте ставить пальчики как положено. Если снова не выходит – упростите игру, проработайте каждый этап отдельно.

Указания должны быть спокойными, доброжелательными, точными. Каждое упражнение имеет название, выполняется 2-3 раза.

Пальчиковые игры являются подготовкой к выполнению заданий по «Художественно-эстетическому развитию»: изобразительной деятельности, лепке, конструированию, аппликации, в разделе «Предметно-практическая» деятельность по коррекционно-развивающему обучению и воспитанию по программе «Формирование основ социально-бытовой адаптации». Пальчиковые упражнения могут использоваться в работе в разные промежутки времени: в режимных моментах, в утренний и вечерний отрезок времени, а также во время прогулки.

Во время занятия нужно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его возраст, настроение, желания и возможности, соблюдать следующие *принципы*:

- доступность;
- безопасность;
- разнообразность упражнений.

Умелыми пальцы становятся не сразу.

❖ В самом начале любого занятия нужно пальчики разогреть: разогревают ладони легкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла, несколько раз согнуть и разогнуть их. Тренировку осознанных движений пальцев рук нужно начинать с поглаживаний, разминания, потирания ладоней друг о друга, пощипывания, массажа кистей рук и каждого пальчика, каждой фаланги - именно эти движения составляют основу большинства игр.

❖ В играх обязательно должен поучаствовать каждый из десяти пальчиков (все вместе или поочередно). Обратите внимание на активность безымянного пальца и мизинца. Подбирайте игры, чередуя расслабление, сжатие и растяжение кисти.

❖ Не ставьте несколько сложных задач сразу (к примеру, показывать движения и произносить текст). Объем внимания у людей с ОВЗ ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре. Никогда не принуждайте. Попробуйте разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидировать их (например, изменив задание) или поменяйте игру.

❖ Произносить тексты пальчиковых упражнений педагог должен максимально выразительно: то повышая, то понижая голос, делая паузы, подчёркивая отдельные слова, а движения выполнять синхронно с текстом или в паузах.

❖ Для некоторых упражнений можно надевать на пальчики бумажные колпачки или рисовать на подушечках пальцев глазки и ротик. Пальчиковые упражнения побуждают к творчеству и в том случае, когда реабилитант придумывает к текстам свои, пусть даже не очень удачные движения.

Именно, осознание личных индивидуальных достижений, оцениваемых обучающимся как успех, как маленькая победа над самим собой, является стимулом его дальнейшего движения в этом направлении.

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

МЛАДШИЙ ВОЗРАСТ

Упражнения могут выполняться правой, левой рукой или обеими руками одновременно:

<p>«Астра» Ладонь выставить вперед горизонтально полу. Пальцы собрать в «щепоть» – астра закрыта. Развести пальцы в стороны – астра открыта.</p>	
<p>«Оса» Выставить средний палец, зажать его между указательным и безымянным.</p>	
<p>«Улитка» Указательные, средние и безымянные пальцы прижать к ладоням. Большие пальцы и мизинцы выпрямить.</p>	
<p>«Ножницы» Ладонь поставить на ребро. Указательный и средний пальцы развести вверх – вниз. Остальные пальцы прижать к ладони.</p>	
<p>«Собака» Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть.</p>	
<p>«Коготки» Ладонь поставить вертикально вверх. Кончики пальцев слегка согнуть и развести в стороны.</p>	

<p>«Труба» Руки сжать в кулачок, оставив круглые отверстия внутри. Поставить кулачок на кулачок.</p>	
<p>«Лодочка» Обе ладони поставить на ребро и соединить «ковшиком». Большие пальцы прижать к ладоням.</p>	
<p>«Раки» Ладони поставить горизонтально. Указательный и средний пальцы развести в стороны. Остальные пальцы прижать к ладони.</p>	
<p>«Ворота» Ладони поставить на ребро. Пальцы выпрямить и прижать друг к другу – «ворота закрыты».</p>	
<p>«Птенчики в гнезде» Все пальцы правой руки обхватить левой ладонью.</p>	
<p>«Мышка» Средний, безымянный и большой пальцы собрать в «щепоть». Указательный и мизинец согнуть в дуги и прижать к среднему и безымянному.</p>	
<p>«Замок» Ладони прижать друг к другу. Пальцы переплести.</p>	
<p>«Деревья» Расположить кисти рук перед собой, ладонями к себе. Пальцы развести в стороны и напрячь.</p>	

<p>«Гусь» Предплечье вертикально. Ладонь под прямым углом. Указательный палец опереть на большой. Все пальцы прижать друг к другу.</p>	
<p>«Шарик» Все пальчики обеих рук соприкасаются друг с другом кончиками подушечек, образуя шарик.</p>	
<p>«Ёлка» Ладони направить «от себя». Пальчики пропустить между собой (ладони под углом друг к другу) и выставить вперед.</p>	
<p>«Щука» Ладонь выставить вперед горизонтально полу. Большой палец под ладонью, остальные пальцы прижать друг к другу.</p>	
<p>«Флажки» Четыре прямых пальца руки (кроме большого) плотно прижать друг к другу. Отвести руку в сторону. Развернуть так, чтобы большой палец, оттянутый до отказа, оказался внизу.</p>	

ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ ФОРМЫ

<p>Треугольник</p> <p>Шла по лесу коза - дeреза Жёлтые глаза, большие рога. За ветку зацепилась, Что получилось?</p>	
<p>Квадрат</p> <p>Как у нашего квадрата Все четыре стороны Одинаковой длины. Как у нашего квадрата Все углы равны.</p>	
<p>Круг</p> <p>Один, два, три, четыре, пять Научились мы считать. Все пять пальчиков сложили – И круг мы получили.</p>	<p><i>Сгибать поочерёдно пальцы руки. Показывать круг</i></p> 
<p>Овал</p> <p>Овал получили, Когда десять пальчиков сложили.</p>	

Овощи

У девчушки Зиночки
Овощи в корзиночке:
Дети делают ладошки «корзинкой».
Вот пузатый кабачок
Положила на бочок,
Перец и морковку
Уложила ловко,
Помидор и огурец.
Сгибают пальчики, начиная с большого.
Наша Зина - молодец!
Показывают большой палец.



Фрукты

Как у нашей Зины
Фрукты в корзине:
Дети делают ладошки «корзинкой».
Яблоки и груши,
Чтоб ребята кушали,
Персики и сливы -
До чего красивы!
Посмотрите на ранет!
Сгибают пальчики, начиная с мизинца.
Вкуснее наших фруктов нет!
Гладят живот.
Фруктовая ладошка
Этот пальчик - апельсин,
Он, конечно, не один.
Этот пальчик - слива,
Вкусная, красивая.
Этот пальчик - абрикос,
Высоко на ветке рос.
Этот пальчик - груша,
Просит: «Ну-ка, скушай!»
Этот пальчик - ананас,
Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.
Фрукт для вас и для нас.
Показывают ладошками вокруг и на себя.



Соберу грибы

Я корзину в лес беру,
Там грибы я соберу.
Удивляется мой друг:

«Сколько здесь грибов вокруг!»
Показывают удивление, разводят руки в стороны.

Подосиновик, масленок,
Подберезовик, опенок,
Боровик, лисичка, груздь -
Не играют в прятки пусть!
Рыжики, волнушки
Найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой,
Все грибы несу с собой.

Поочередно сгибают пальчики на обеих руках, начиная с мизинца правой руки.

А мухомор не понесу.

Пусть останется в лесу!

Большой палец левой руки отставляют, грозят ему.



Ягоды

Ягоды - это крыжовник,
Клюква, черника, брусника,
Малина, клубника, шиповник,
Смородина и земляника.

Указательным пальцем одной руки пересчитывают, сгибая, пальцы на другой руке.

Запомнил ягоды я наконец.

Что это значит?

Приподнимают плечи, удивляются.

Я - молодец!

Большой палец вытягивают вперед.



Хлеб

Муку в тесто замесили,
Сжимают и разжимают пальчики.

А из теста мы слепили:

Прихлопывают ладошками, «лепят».

Пирожки и плюшки,

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи -

Всё мы испечем в печи.

Поочередно разгибают пальчики, начиная с мизинца. Обе ладошки разворачивают вверх.

Очень вкусно! *Гладят живот.*



Спортсмены

Чтоб болезней не бояться,

Надо спортом заниматься.

Поднимают руки к плечам, вверх, к плечам, в стороны.

Играет в теннис теннисист,

Он спортсмен, а не артист.

В футбол играет футболист,

В хоккей играет хоккеист,

В волейбол - волейболист,

В баскетбол - баскетболист.

Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.

Новый дом

Тук-тук-тук, тук-тук-тук!

Молоток бери, мой друг!

Ударяют, чередуя, кулачком о кулачок.

Мы построим новый дом,

Ставят рядом ладошки-«стены»,

Есть окошко в доме том.

Есть еще одно, повыше,

Складывают указательные пальцы полочкой, остальные соединяют «крышей».

Есть труба вверху на крыше.

Мизинец отставляют в сторону - труба.

Дом готов, зовем гостей:

«Приходите поскорей!»

Делают приглашающий жест рукой.

Сколько в доме этажей?

Этот дом - одноэтажный.

Этот дом - он двухэтажный.

А вот этот - трехэтажный.

Этот дом - он самый важный:

Он у нас пятиэтажный.

Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.



Мебель

Мебель я начну считать:

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет,

Шкаф, комод и табурет.

Пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки.

Много мебели назвал -

Десять пальчиков зажал! *Поднимают зажатые кулачки вверх.*



Портняжки

Привет, Николка!

Бери скорей иголку.

Будем шить Кате

Новое платье.

Руки сжаты в кулачки. На каждое слово поочередно разжимают пальцы, начиная с мизинца левой руки.

Обновки

Танечка, бери иголку,

Сошьем рубашку и футболку,

Брюки, кофточку и платье,

И оденем куклу Катю.

Показывают указательный палец правой руки - иголку. Вращают указательным пальцем вокруг каждого пальца левой руки. Повторяют другой рукой.

Стирка

Постираю чисто, с толком

Рубашку, кофту и футболку,

Свитерок и брюки -

Делают движения кулачками, имитирующие стирку. Пальцами правой руки поочередно потряхивают пальцы левой руки. (При повторе то же с другой рукой.)

Устали мои руки!

Встряхивают обе руки.



Посуда

Девочка Иринка порядок наводила.

Показывают большой палец.

Девочка Иринка кукле говорила:

«Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в масленке,

Хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль? Ну, конечно, в солонке!»

Поочередно соединяют большой палец с остальными.

Помощник

Посуду моет наш Антошка.

Потирают ладошки друг о друга - «моют посуду».

Моет вилку, чашку, ложку.

Вымыл блюдце и стакан,
Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.
И закрыл покрепче кран.
Выполняют имитирующее движение.

Поздняя осень

Солнышко греет уже еле-еле;
Перелетные птицы на юг улетели;
Голы деревья, пустынно поля,
Первым снежком принакрылась земля.
Поочередно соединяют, начиная с больших, пальцы обеих рук (на каждую приметку).
Река покрывается льдом в ноябре -
Руки сжимают в «замок».
Поздняя осень стоит на дворе.
Разводят руками перед собой.



Белочка

Прыгает по веточкам
Невеличка-белочка.
Мелькает хвостик среди ветвей.
Кто угонится за ней?
Большим пальцем поочередно касаются остальных пальцев, выполняя упражнение сначала одной, затем другой рукой.



Кто спит зимой?

Медведь в берлоге крепко спит,
Всю зиму до весны сопит.
Спят зимою бурундук,
Колючий ежик и барсук.
Сжимают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.
Только зайныке не спится -
Убегает от лисицы.
Показывают большой палец, вращая им.
Мелькает он среди кустов,
Напетлял - и был таков!
Соединяют большой палец правой руки с указательным пальцем левой и наоборот.

Зимние забавы

Что зимой мы любим делать?
В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься,
Вниз с горы на санках мчаться.
Поочередно соединяют большой палец с остальными.

Новогодние игрушки

Праздник приближается,
Елка наряжается.
Поднимают руки вверх «к макушке елки» и, опуская вниз, разводят в стороны.

Мы развешали игрушки:
Бусы, шарики, хлопушки.
Поочередно соединяют большой палец с остальными.
А здесь фонарики висят,
Блеском радуют ребят.
Крутят ладошками в воздухе - «фонарики».

Игрушки

У Антошки есть игрушки:
Вот веселая лягушка.
Вот железная машина.
Это мяч. Он из резины.
Разноцветная матрешка
И с хвостом пушистым кошка.
Поочередно сгибают пальчики в кулачок, начиная с большого.



Круглый год

Круглый год, круглый год!
Сжимают в кулачок пальцы правой руки и вращают большим пальцем.
За зимой весна идет,
А за весной следом
Торопится к нам лето.
И у кого не спросим -
Идет за летом осень.
А за осенью сама
Вновь идет, спешит зима.

Поочередно соединяют большой палец с остальными (на каждое время года). Повторяют другой рукой.

На заправке

Все машины по порядку
Подъезжают на заправку:
Обеими руками «крутят руль» перед собой.
Бензовоз, мусоровоз,
С молоком молоковоз,
С хлебом свежим хлебовоз
И тяжелый лесовоз.
Пальцами поочередно, начиная с мизинца, касаются ладошки.



Транспорт

Будем пальчики сгибать -
Сжимают и разжимают пальчики.
Будем транспорт называть:
Автомобиль и вертолет,
Трамвай, метро и самолет.
Поочередно разжимают пальчики, начиная с мизинца.
Пять пальцев мы в кулак зажали,
Пять видов транспорта назвали.
Сжимают пальцы в кулачок, начиная с большого.



Посчитаем

Раз, два, три, четыре, пять -
Буду транспорт я считать.
Сжимают и разжимают пальчики.
Автобус, лодка и мопед,
Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолет,
Корабль, поезд, вертолет.
Поочередно сжимают пальчики обеих рук в кулачки, начиная с мизинца левой руки.

Животные жарких стран

За мамой слонихой шагает слоненок,
За крокодилихой - крокодиленок,
За львицей шагает маленький львенок,
За верблюдицей бежит верблюжонок,
За зеброй спешит полосатый зебренок.
За кем же торопится каждый ребенок?

Поочередно из кулачков разжимают пальцы то левой, то правой руки, начиная с больших.

Животные Севера

Тепы-тяпы, тепы-тяпы,

Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети.

Ладощками с плотно сомкнутыми пальчиками похлопывают по коленям или по столу (руки при этом неподвижны).

Наша армия

Аты-баты, аты-баты!

На парад идут солдаты!

Вот идут танкисты,

Потом артиллеристы,

А потом пехота -

Рота за ротой!

Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки.



Наши мамы

Много мам на белом свете,

Всех их очень любят дети!

Разводят руки в стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи.

Журналист и инженер,

Повар, милиционер,

Швея, кондуктор и учитель,

Врач, парикмахер и строитель -

Поочередно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке.

Мамы разные нужны,

Сжимают обе ладони в «замочек».

Мамы разные важны!

Разводят руки, поднимают ладонями вверх.

Книги

Много книжек есть на свете,

Читать их очень любят дети.

Если книги мы прочтем,

То узнаем обо всем:



Ладошки соединяют вместе «книжкой». Раскрывают и закрывают «книгу»
Про моря и океаны,
Удивительные страны.
Про животных прочитаем
И про космос мы узнаем.
Поочередно соединяют одноименные пальцы обеих рук, начиная с мизинцев.

В гостях у сказки

Раз, два, три, четыре, пять -
Любим сказки мы читать.
Царевна-Лягушка, Конек - Горбунок,
Мышка - норушка и Колобок.
Курочку Рябу назвать еще надо -
Героев из сказок вспомнить мы рады!
Разжимают пальцы из кулачка, начиная с мизинца. Сжимают пальцы в кулачок, начиная с большого пальца.

Сказки

Будем пальчики считать,
Будем сказки называть:
Вытягивают руки вперед, играя пальчиками.
Эта сказка - «Теремок».
Эта сказка - «Колобок».
Эта сказка - «Репка»:
Про внучку, бабу, деду.
Поочередно касаются большим пальцем остальных, начиная с указательного.
«Волк и семеро козлят» -
Этим сказкам каждый рад!
Показывают большой палец.



Дикие животные

Это зайчонок, это бельчонок,
Это лисенок, это волчонок,
Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.
А это спешит, ковыляет спросонок
Бурый, мохнатый, смешной медвежонок.
Вращают большим пальцем

Домашние птицы

Есть у курицы цыпленок,
У гусыни есть гусенок,
У индюшки - индюшонок,
А у утки есть утенок.

*Большим пальцем поочередно касаются
остальных, начиная с мизинца.*

У каждой мамы малыши
Все красивы, хороши!

Показывают пальчики, играя ими.



Домашние животные

Довольна корова своими телятами,
Овечка довольна своими ягнятами,
Кошка довольна своими котятами,
Кем же довольна свинья
Поросятами!

Довольна коза своими козлятами,
А я довольна своими ребятами!

*Показывают поочередно пальцы сначала на одной, затем на другой руке,
начиная с больших.*



Веселая встреча

Здравствуй, котенок!
Здравствуй, козленок!
Здравствуй, щенок!
И здравствуй, утенок!
Здравствуй, веселый, смешной поросенок!

*Разгибают пальцы, начиная с мизинца, пошевеливают каждым пальцем,
приветствуя животных.*

Перелетные птицы

Тили-тели, тили-тели -

С юга птицы прилетели!

Скрещивают большие пальцы, машут ладошками.

Прилетел к нам скворушка -

Серенькое перышко.

Жаворонок, соловей

Торопились: кто скорей?

Цапля, лебедь, утка, стриж,

Аист, ласточка и чиж -



*Поочередно сгибают пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки.
Все вернулись, прилетели,
Снова, скрестив большие пальцы, машут ладошками.
Песни звонкие запели!
Указательным и большим пальцами делают клюв - «птицы поют».*

Подводный мир

*Посмотри скорей вокруг!
Делают ладошку у лба «kozyрьком».
Что ты видишь, милый друг?
Приставляют пальцы колечками у глаз.
Здесь прозрачная вода.
Плывет морской конек сюда.
Вот медуза, вот кальмар.
А это? Это рыба-шар.
А вот, расправив восемь ног,
Гостей встречает осьминог.
Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.*



Какие бывают рыбы?

*Мы в подводном мире, друг,
Выполняют движения руками, как будто плывут.
Рыбы плавают вокруг:
Делают поочередные волнообразные движения то правой, то левой ладошкой.
Рыба-меч, рыба-молот и рыба-пила,
Рыба-удильщик и рыба-игла.
Поочередно сгибают пальцы, начиная с мизинца.*

Комнатные растения

*На окно скорее глянь:
Здесь у нас цветет герань.
А здесь красавец бальзамин,
Амариллис рядом с ним.
Фуксия, бегония -
Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.
Мы все названья помним!
Раскрывают ладошку.
Мы взрыхлим цветы, польем,
Пошевеливают опущенными вниз пальцами.
Пусть подрастают день за днем!
Обе ладошки соединяют «бутоном», поднимают над головой и раскрывают «цветком».*



Насекомые

Дружно пальчики считаем -
Насекомых называем.

Сжимают и разжимают пальцы.

Бабочка, кузнечик, муха,

Это жук с зеленым брюхом.

Поочередно сгибают пальцы в кулачок, начиная с большого.

Это кто же тут звенит?

Ой, сюда комар летит!

Вращают мизинцем.

Прячьтесь!

Прячут руки за спину



Старший возраст

Барашки

Захотели утром рано

Ладони обеих рук опущены вниз

Пободаться два барана.

Локти разведены в разные стороны

Выставив рога свои,

Указательные пальцы и мизинцы обеих рук согнуты колечком и выдаются вперед, изображая рога барашков.

Бой затеяли они.

Долго так они бодались,

Бодаться рогами, слегка ударяя согнутыми указательным пальцем и мизинцем одной руки об указательный палец и мизинец другой руки.

Друг за друга все цеплялись.

Но к обеду, вдруг устал,

Разошлись, рога подняв.



Дом и ворота

На поляне дом стоит,

Пальцы обеих рук делают «крышу».

Ну, а к дому путь закрыт.

Руки повернуты ладонями к груди, средние пальцы соприкасаются, большие - вверх – «ворота».

Мы ворота открываем,

Ладони разворачиваются.

В этот домик приглашаем.



Индюк

Индюк из города идет,

Игрушку новую везет.

Игрушка не простая,

Игрушка расписная.

Пальчики обеих рук «идут» по столу.

Новые кроссовки

Как у нашей кошки

На ногах сапожки,

Как у нашей свинки

На ногах ботинки.

А у пса на лапках

Голубые тапки.
А козленок маленький обувает валенки.
А сыночек Вовка - новые кроссовки.
Загибать пальчики, начиная с большого.
Вот так. Вот так.
Новые кроссовки.
«Шагать» по столу средним и указательным пальцами обеих рук.

Гости

Стала Маша гостей созывать:
И Иван приди, и Степан приди,
И Матвей приди, и Сергей приди,
А Никитушка - ну, пожалуйста.
Вращение кистей рук к себе. Поочередный массаж пальцев на обеих руках.

Кто приехал?

Кто приехал? Мы, мы, мы.
Хлопать кончиками пальцев.
Мама, мама, это ты? Да, да, да.
Хлопать кончиками больших и указательных пальцев.
Папа, папа, это ты? Да, да, да.
Большие и средние пальцы.
Братец, братец, это ты? Да, да, да.
Большие и безымянные пальцы.
Ах, сестричка, это ты? Да, да, да.
Большие пальцы и мизинцы.



Раз, два, три, четыре, пять

Раз, два, три, четыре, пять,
Хлопки на счет.
Вышел пальчик погулять.
Указательный палец правой руки движется по кругу по центру левой ладони.
Только вышел из ворот -
Глядь, другой к нему идет.
Присоединяется средний палец.
Вместе весело идти,
Ну-ка, третий, выходи.
Затем - безымянный.
Вместе встанем в хоровод -
Вот.
Хлопок. Повторить движения левой рукой по правой ладони.

Строим дом

Целый день тук да тук -
Раздается звонкий стук.
*Руки сжаты в кулаки, большой палец
поднят вверх, постукивает по
указательным пальцам.*
Молоточки стучат,
Стучать кулаком о кулак.
Строим домик для ребят (зайчат, бельчат).
Пальцы соединить, показать «крышу».
Вот какой хороший дом,
Сжимать-разжимать пальцы.
Как мы славно заживем.
Вращать кисти рук.



Цветок

Вырос высокий цветок на поляне,
Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить.
Утром весенним раскрыл лепестки.
Развести пальцы рук.
Всем лепесткам красоту и питание
Ритмично двигать пальцами вместе-врозь.
Дружно дают под землей корешки.
*Ладони опустить вниз, тыльной стороной
прижать друг к другу, пальцы развести.*



Засолка капусты

Мы капусту рубим,
Движения прямыми кистями вверх-вниз.
Мы морковку трем,
Пальцы обеих рук сжаты в кулачки, движения кулаков к себе и от себя.
Мы капусту солим,
Имитировать посыпание солью из щепотки.
Мы капусту жмем.
Сжимать и разжимать пальцы.

Дождик капает

Дождик капает,
Дождик капает.
Кап - кап - кап.
Кап - кап - кап.
Пальчики обеих рук постукивают по столу.

Кого встретили в лесу?

Раз, два, три, четыре, пять.

Дети в лес пошли гулять.

«Шагать» по столу средним и указательным пальцами обеих рук.

Там живет лиса.

Рукой показать хвост за спиной.

Там живет олень.

Пальцы рук разведены в стороны.

Там живет барсук.

Кулачки прижать к подбородку.

Там живет медведь.

Руки опустить вниз, имитировать покачивания медведя.

Пять и пять

Пять и пять пошли гулять.

Вместе весело играть.

Сжимание - разжимание пальцев рук.

Повернулись, улыбнулись,

Вращение кистей рук.

В кулачок опять свернулись.

Вот какие молодцы.

Стучать кулачками.



Яблонька

У дороги яблонька стоит,

Руки сплести над головой, пальцы разжаты.

На ветке яблочко висит.

Сложить запястья вместе.

Сильно ветку я потряс,

Руки над головой, движения вперед-назад.

Вот и яблочко у нас.

Ладони перед грудью, имитируют, что держат яблоко.

В сладко яблочко вопьюсь,

Соединить запястья, ладони развести.

Ах, какой приятный вкус.



Дружба

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

Соединять пальцы в «замок».

С вами мы подружим

Маленькие пальчики.



*Касание кончиков пальцев обеих рук.
Раз, два, три, четыре, пять -
Начинай считать опять.
Парное касание пальцев от мизинцев.
Раз, два, три, четыре, пять -
Мы закончили считать.
Руки вниз, встряхнуть кистями.*

Прогулка

*Пошли пальчики гулять,
Руки сжаты в кулаки, большие пальцы «бегут» по столу.
А вторые догонять.
По столу «бегут» указательные пальцы.
Треть пальчики бегом,
Средние пальцы.
А четвертые пешком.
Безымянные пальцы.
Пятый пальчик поскакал
Касаться стола ритмично обоими мизинцами.
И в конце пути упал.
Хлопнуть кулаками по столу.*



Наперегонки

*Мы по лесенке бежали
И ступенечки считали:
Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли дети погулять,
Побежали вдоль реки
Дети наперегонки.
Клавиатурные движения пальцами по столу и «бег» по столу указательным
и средним пальцами.*

*Сидит белка на тележке,
Круговые движения кистями вправо.
Продает она орешки:
Круговые движения кистями влево.
Лисичке – сестричке,
Поочередное разгибание пальцев.
Воробью,
Синичке.
Мишке толстопятому,*

Заиньке усатому.
Вот так!
Сомкнуть пальцы в замок.

Мы лягушки - попрыгушки,
Хлопки по коленям.
Неразлучные подружки.
Животы зеленые
Погладить живот
С детства закаленные!
Руки в стороны, предплечья вверх, пальцы в кулак
Не грустим мы и не плачем
Кисти вправо-влево, пальцы раскрыты, ладони вперед
Дружим, не ругаемся,
Пальцы в «замок»
Целый день по лужам скачем
Прыжки на месте на 2-ух ногах
Спортом занимаемся!



Осторожно

Ветер из дома вышел.
Руки вверх, махи руками
Постучал в окошко.
Постучать кулачком по ладошке.
Пробежал по крыше
Пробежаться пальцами по тыльной стороне ладони
Покачал тихонько ветками черемух
Покачивание кистями рук
Пожурил за что-то
Воробьев знакомых
Угрожающий жест пальцем
И, расправив гордо молодые крылья.
Полетел куда-то
Махи руками, как крыльями
Вперемешку с пылью.

Кто стучит за окном?

Дождь идет по траве.
Постукивание пальчиком по ладошке
Кто шуршит за окном?

Ветер в мокрой траве.
Покачивание кистями рук
Кто журчит за окном?
Ручейки, ручейки.
Волнообразные движения кистями
Кто кричит за окном?
Стая птиц у реки
Махи руками, как крыльями.
Кто молчит за окном?
Палец к губам.
Там никто не молчит!

Наша группа

В нашей группе все друзья
Дети ритмично стучат кулачками по коленям
Самый младший – это я.
Это Маша, это Саша, это Юра, это Даша.
Разжимают кулачки, начиная с мизинца.

Скакалка

Я скачу, я верчу новую скакалку,
Захочу – обскачу Галю и Наталку.
Ну-ка, раз, ну-ка, два, посреди дорожки,
Да бегом, с ветерком да на правой ножке.
Я скачу, я верчу новую скакалку.
Ну-ка, раз, ну-ка, два, учатся сестрички.
За спиной день-деньской
Прыгают косички.



Пальцы обеих рук сжать в кулаки. Большие пальцы поднять вверх и описывать ими ритмичные, с большой амплитудой круговые движения сначала в одну сторону, затем в другую. Потом это упражнение можно делать двумя указательными пальцами, двумя средними

Мышка-чистюля

Мышка мылом мыла лапку
Одной рукой мыть другую.
Каждый пальчик по порядку
Указательным пальцем дотронуться до каждого пальца другой руки.
Вот намылила Большой,
Сполоснув его водой
Всеми пальцами сначала правой, затем левой руки «намыливать» большие пальцы)
Не забыла и Указку,

Смыв с него и грязь, и краску
Аналогичные движения со средними пальцами
Средний мылила усердно,
Самый грязный был, наверно
Аналогичные движения со средними пальцами
Кожа сразу стала красной
Аналогичные движения с безымянными пальцами
А мизинчик быстро мыла:
Очень он боялся мыла
Быстрыми движениями «намыливать» мизинцы.

Капитан

Концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв. Проговаривая стишок, показывать, как лодка качается на волнах, а затем плавными движениями рук - сами волны. Потом по тексту стиха показать чайку, скрестив руки, соединив ладони тыльной стороной и помахать пальцами, сжатыми вместе. Выпрямленными ладонями с пальцами, прижатыми друг к другу изобразить рыбок. Плавными движениями ладоней показать, как рыбы плывут в воде.

Я плыву на лодке белой
По волнам с жемчужной пеной.
Я - отважный капитан,
Мне не страшен ураган.



Чайки белые кружатся,
Тоже ветра не боятся.
Лишь пугает птичий крик
Стайку золотистых рыб.

И, объездив чудо - страны,
Посмотрев на океаны,
Путешественник-герой,
К маме я вернусь домой.

Домик

Проговаривая этот стишок, сопровождайте его движениями рук. Пусть ребенок подражает Вашим действиям.

Под грибом - шалашик-домик,
Соедините ладони шалашиком
Там живет веселый гномик.
Мы тихонько постучим,



*Постучать кулаком одной руки о ладонь другой руки
 В колокольчик позвоним.
 Ладони обеих рук обращены вниз, пальцы скрещены;
 средний палец правой руки опущен вниз и слегка качается.
 Двери нам откроет гномик,
 Станет звать в шалашик-домик.
 В домике дощатый пол,
 Ладони опустить вниз, ребром прижать друг к другу
 А на нем - дубовый стол.
 Левая рука сжата в кулак, сверху на кулак опускается ладонь правой руки
 Рядом - стул с высокой спинкой.
 Направить левую ладонь вертикально вверх, к ее нижней части приставить
 кулачок правой руки большим пальцем к себе
 На столе - тарелка с вилкой.
 Ладонь левой руки лежит на столе и направлена вверх, изображая тарелку,
 правая рука изображает вилку: ладонь направлена вниз, четыре пальца
 выпрямлены и слегка разведены в стороны, а большой прижат к ладони
 И блины горой стоят -
 Угощение для ребят.*

Гроза

*Капли первые упали,
 Слегка постучать двумя пальцами каждой руки по
 столу
 Пауков перепугали.
 Внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и,
 перебирая ими, показать, как разбегаются пауки
 Дождик застучал сильней,
 Постучать по столу всеми пальцами обеих рук
 Птички скрылись среди ветвей.
 Скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами,
 сжатыми вместе.
 Дождь полил как из ведра
 Сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук
 Разбежалась детвора.
 Указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу,
 изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони.
 В небе молния сверкает,
 Нарисуйте пальцем в воздухе молнию
 Гром все небо разрывает.
 Барабанить кулаками, а затем похлопать в
 ладоши
 А потом из тучи солнце*



*Поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами
Вновь посмотрит нам в оконце!*



Кошка и мышка

Мягко кошка, посмотри,

Разжимает коготки.

Пальцы обеих рук сжать в кулак и положить на стол ладонями вниз; затем медленно разжать кулаки, разводя пальцы в стороны, показывая, как кошка выпускает коготки; при выполнении движений кисти рук отрываются от стола, затем кулак или ладонь снова кладутся на стол

И легонько их сжимает -

Мышку так она пугает.

Кошка ходит тихо-тихо,

Ладони обеих рук лежат на столе; локти разведены в разные стороны;

кошка (правая рука) крадется: все пальцы правой руки

медленно шагают по столу вперед. Мышка (левая рука) убегает:

пальцы другой руки быстро движутся назад.

Половиц не слышно скрипа

Только мышка не зевает,

Вмиг от кошки удирает.



Паучок

Паучок ходил по ветке,

А за ним ходили детки.

Дождик с неба вдруг полил,

Паучков на землю смыл.

Солнце стало пригревать,

Паучок ползёт опять,

А за ним ползут все детки,

Чтобы погулять на ветке.

Руки скрещены; пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки. Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик).

Хлопок ладонями по столу/коленям.

Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит).

Действия аналогичны первоначальным.



Пчелки

Домик маленький на ёлке,

Дом для пчёл, а где же пчёлки?

Надо в дом постучать,

Раз, два, три, четыре, пять.

Я стучу, стучу по ёлке,

Где же, где же эти пчёлки?

Стали вдруг вылетать:

Раз два, три, четыре, пять!

Одна из рук стоит на столе, опираясь на локоть, пальцы растопырены (ёлка).

На второй руке пальцы смыкаются в кольцо (улей).

«Улей» прижат к «ёлке». Дети заглядывают в «улей».

Сжимаем кулачки. Стучим кулаками друг о друга, чередуя руки.

Разводим руками, растопыриваем пальцы и шевелим ими (пчёлки летают).

Червячки

Раз, два, три, четыре, пять,

Червячки пошли гулять.

Раз, два, три, четыре, пять,

Червячки пошли гулять.

Вдруг ворона подбегает,

Головой она кивает,

Каркает: «Вот и обед!»

Глядь - а червячков уж нет!

Ладони лежат на коленях или на столе. Пальцы, сгибая, подтягиваем к себе ладонь (движение ползущей гусеницы), идем по столу указательным и средним пальцами (остальные пальцы поджаты к ладони).

Складываем пальцы щепоткой, качаем ими вверх и вниз.

Раскрываем ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх.

Сжимаем кулачки, прижимая их к груди.



Пять утят

Пять утят плывут вперёд,

На берегу их мама ждёт,

Но только четверо утят

Вернулись к мамочке назад.

Четверо утят плывут...

Трое утят плывут...

Двое утят плывут...

Вот один плывёт вперёд,

На берегу его мама ждёт,

И сразу пятеро утят

Вернулись к мамочке назад.

Одна из рук – «мама утка» - стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы сложены щепоткой. Вторая рука - утята. Выполняем волнообразные



движения по направлению к «утке». Количество разогнутых пальцев соответствует количеству утят (постепенно пальцы загибаются). На слова «На берегу их мама ждёт» «киваем» кистью руки («мамой-уткой»).



Ветер

Ветер дует, задувает,
Пальму в стороны качает.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
Чайка над водой летает
И за рыбками ныряет.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
Под водой на глубине
Крокодил лежит на дне.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.

Руки стоят на столе, опираясь на локти. Кисти прижаты друг к другу основаниями, пальцы растопырены (крона пальмы). Раскачиваем руками в разные стороны, стараясь не поднимать локти.

Ладони лежат на столе, прижаты друг к другу боковыми частями. Пальцы рук согнуты, растопырены (клешни). Шевелим ими.

Ладони соединены большими пальцами, остальные пальцы сжаты, разведены в стороны (крылья); "машем" ими в воздухе.

Ладони сомкнуты и чуть округлены; выполняем волнообразные движения.

Ладони основаниями прижаты друг к другу; пальцы согнуты (зубы).

Лёжа на тыльной стороне одной из рук, "открываем и закрываем рот" крокодила.

Перевернув руки на другую сторону, повторяем движения.

Рыбки

Пять маленьких рыбок
Играли в реке,
Лежало большое
Бревно на песке,
И рыбка сказала:
«Нырять здесь легко!»
Вторая сказала:
«Ведь здесь глубоко».
А третья сказала:

«Мне хочется спать!»
Четвёртая стала
Чуть-чуть замерзать.
А пятая крикнула:
«Здесь крокодил!
Плывите скорей,
Чтобы не проглотил!»

Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.

Руки прижаты друг к другу; переворачиваем их с боку на бок.

Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем ими "ныряющее" движение. Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).

Ладони поворачиваем на тыльную сторону одной из рук (рыбка спит).

Быстро качаем ладонями (дрожь).

Запястья соединены; ладони раскрываются и соединяются (рот).

Быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями (рыбки уплывают).

Улитка

В домике она сидит,
Рожки высунув, молчит.
Вот улиточка ползёт
Потихонечку вперёд.
На цветочек заползёт,
Лепесточки погрызёт.
Рожки в голову втянула,
В домик спряталась, заснула.



Одна из рук – «цветочек». Она стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы полусогнуты, растопырены. Ладонка - чашечка цветка. Вторая рука - улитка. Большой, средний и безымянный пальцы соприкасаются кончиками. Указательный и мизинец вытянуты вперёд (рога улитки).

«Улитка» раскачивается из стороны в сторону.

Ползёт вперёд по столу.

«Улитка» заползает на «цветочек».

Улитка поочерёдно обхватывает пальцы (лепесточки) второй руки (цветочка).

Рука (улитка) сворачивается в кулак (втягивает рожки).

Вторая рука (цветочек) закрывается, пряча улитку в бутоне.

Часы

Садимся на коврик или подушку (на колени). Перебираем пальчиками («бежим») от коленочек до макушки.

Мышь полезла в первый раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом!»,
Один хлопок над головой.
Мышь скатилась кувырком.
Руки «скатываются» на пол.
Мышь полезла второй раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом, бом!»
Два хлопка.
Мышь скатилась кувырком.
Мышь полезла в третий раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом, бом, бом!»
Три хлопка.
Мышь скатилась кувырком.



Перчатка

Весёлая мышка
Перчатку нашла,
Раскрываем ладошку, пальцы растопырены (перчатка). Поворачиваем руки то ладонью, то тыльной стороной вверх.
Гнездо в ней устроив,
Складываем ладоши «ковшом»
Мышат позвала.
Сгибаем - разгибаем пальцы («зовущий» жест)
Им корочку хлеба
Дала покусать,
Кончиком большого пальца поочерёдно стучим по кончикам остальных пальчиков.
Погладила (отшлёпала) всех
Большим пальцем гладим («шлёпаем») остальные (скользящим движением от мизинца к указательному).
И отправила спать.
Ладони прижимаем друг к другу, кладём под щёку (спим).

Котята

Ладони складываем, пальцы прижимаем друг к другу. Локти опираются о стол.

*У кошечки нашей есть десять котят,
Покачиваем руками, не разъединяя их.*

Сейчас все котята по парам стоят:

*Два толстых, два ловких,
Два длинных, два хитрых,
Два маленьких самых
И самых красивых.*



Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).

Тараканы

За буфетом под пакетом десять тараканов. (2 раза)

Ладони раскрываем, прижимаем к боковой поверхности стола, пальцы рук (тараканы) растопырены, шевелим ими.

Самый храбрый таракан побежал к тебе в карман.

Бежим пальцами рук по туловищу, имитируем заползание «за шиворот».

За буфетом под пакетом девять тараканов.

Загибаем один из пальцев, крутим остальными, показывая, что теперь осталось девять тараканов.

За буфетом под пакетом девять тараканов. (2 раза)

Движения повторяются аналогично первому куплету, только теперь пальцев (тараканов) не десять, а девять.

И так далее.

У жирафов

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

Хлопаем по всему телу ладонями.

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носах, на животах, на коленях и носках.

Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

Щипаем себя, как бы собирая складки.

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носах, на животах, на коленях и носках.

Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

У котят шерстка, шерстка, шерстка, шерсточка везде.
У котят шерстка, шерстка, шерстка, шерсточка везде.
Поглаживаем себя, как бы разглаживая шерстку
На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носках, на животах, на коленях и носках.
Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.
А у зебры есть полосы, есть полосочки везде.
А у зебры есть полосы, есть полосочки везде.
Проводим ребрами ладони по телу (рисует полосочки)
На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носках, на животах, на коленях и носках.
Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

Поросята

Пальцы рук растопырены; поочередно «идём» по столу или коленочкам каждым из пальчиков.

Этот толстый поросёнок целый день хвостом вилял,
Мизинцы.

Этот толстый поросёнок спинку об забор чесал.
Безымянные.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю
«Фонарики».

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю
Сжимаем и разжимаем кулачки.

Этот толстый поросёнок носом землю ковырял,
Средние.

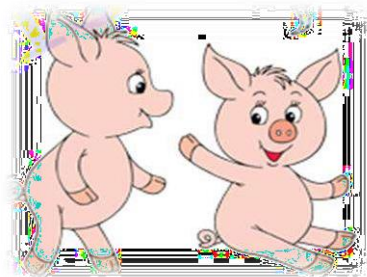
Этот толстый поросёнок что-то сам нарисовал.
Указательные.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю
Сжимаем и разжимаем кулачки.

Этот толстый поросёнок - лежебока и нахал,
Большие.

Захотел спать в серединке и всех братьев растолкал.

Руку сжимаем в кулак, большой палец зажимаем внутрь.



Зайцы

Руки лежат на столе или коленях, пальцы расслаблены. В соответствии с текстом приподнимаем поочередно пару одноимённых пальцев, начиная с больших.

Десять серых зайцев
Дремали под кустом,

И двое вдруг сказали:
«Вон человек с ружьём»
Двое закричали:
«Давайте убежим!»,
Двое прошептали
«Давайте помолчим!»,
Двое предложили:
«Мы спрячемся в кустах!»
А двое вдруг спросили:
Он может сделать «Бах?»
«Бах» - выстрелил охотник,
Хлопаем в ладоши.
Нажав ружья курок,
Бежим пальчиками по столу или коленям.
И десять серых зайцев
Пустились наутёк.



Весна

Пальцы складываем щепоткой. Качаем ими.

Стучат всё громче дятлы,
Синички стали петь.

Ладони сомкнуты «ковшом», поднимаем руки вверх, раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены.

Встаёт пораньше солнце,
Чтоб землю нашу греть.

Движения повторяются.

Встаёт пораньше солнце,
Чтоб землю нашу греть.

Бегут ручьи под горку,
Растаял весь снежок,

Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повернуты вниз).

А из под старой травки

Ладони сомкнуты «ковшом».

Уже глядит цветок...

Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка).

А из под старой травки

Уже глядит цветок.

Движения повторяются.

Раскрылся колокольчик

Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак.

В тени там, где сосна,

Пальцы постепенно разжимаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика).

Динь-динь, звенит тихонько,

Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая «динь-динь».

Динь-динь, пришла весна.

Динь-динь, звенит тихонько,

Динь-динь, пришла весна.

Театр пальчиков и языка (сопряженная гимнастика)

«Фрукты»

1. Однажды пальчики пошли в лес: топ-топ, топ-топ-топ.

Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме, темпе: указательным и средним, большим и указательным.

Язык двигать вверх-вниз.

2. Растет на опушке дикая яблоня. На ней плоды - яблоки.

Руки от локтей до запястий свести вместе, кисти сжать в кулаки, большие пальцы поднять вверх.

Язык скруглить, выгнуть с опорой на верхнюю губу.

3. Яблоки кислые.

Махнуть рукой «эх». Сморщиться и слегка высунуть язык.

4. Яблоки соберем в корзины.

Пальцы рук переплести «корзинкой».

Скругленные концы языка загнуть «чашечкой».

5. Дома сварим из яблок варенье.

Большой палец правой руки поднять кверху - жест одобрения. Улыбнуться и облизать верхнюю и нижнюю губу.

6. Через лес (топ-топ, топ-топ-топ) вышли к реке.

Руки развести в стороны: плавные движения от плеч к пальцам. Плавно двигать широкий язык вперед-назад.

7. Тяжело нести корзины. Увидели лодку.

Сложить ладони «лодочкой». Руками делать волнообразные движения. Язык сложить «лодочкой» (боковые края поднять вверх). Вытянуть язык вперед и убрать назад.

8. Приплыли домой.

Соединить кончики пальцев (пальцы «домиком»).

Язык присосать к нёбу (крыша домика).

«Грибы»

1. Однажды пальчики пошли в лес: топ-топ, топ-топ-топ.

Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме, темпе: указательным и средним, большим и указательным.

Язык двигать вверх-вниз.

2. На опушке - большое дерево. Вот его ствол.

Локти, ладони соединить, пальцы поднять вверх.

Язык высунуть и напряженно тянуть к носу.

3. Под деревом растут грибы. У одних грибов ножки толстые.

Щепотью одной руки показать толстую ножку, ладонью другой - шляпку.

Положение рук менять; то, что делала правая рука, делает левая, и наоборот (грибов-боровиков много). Язык сначала мягко присосать к твердому нёбу, затем напряженно (гриб растет).

4. У других грибов ножки тонкие.

Указательный палец одной руки - ножка, ладонь другой руки - шляпка; положение рук менять (поганок очень много)

5. Дерево растет.

Руки тянуть вверх, к солнышку. Язык тянуть к носу.

6. Грибы растут.

Руки. См. пункт 3. Язык то присосать к нёбу, то прогнуть «чашечкой».

7. Соберем грибы в корзины.

Пальцы рук переплетены «корзинкой». Язык - «чашечкой».

8. Через лес (топ-топ, топ-топ-топ) вышли к реке.

Руки развести в стороны: плавные движения от плеч к пальцам. Язык плавно двигать вперед-назад.

9. Тяжело нести корзины. Увидели лодку.

Сложить ладони «лодочкой». Руками делать волнообразные движения. Язык сложить «лодочкой» (боковые края поднять вверх). Вытянуть язык вперед и убрать назад.

10. Приплыли домой.

Соединить кончики пальцев (пальцы «домиком»).

Язык присосать к нёбу (крыша домика).

«Овощи»

1. Однажды пальчики пошли на огород: топ-топ, топ-топ-топ.

Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме, темпе: указательным и средним, большим и указательным.

Язык двигать вверх-вниз.

2. Подошли к огороду.

Ладони ребрами тесно прижать друг к другу, пальцы выпрямить. Рот открыт, язык свободно положить на нижнюю губу.

3. На опушке леса растут помидоры.

Ладони ребрами тесно прижать друг к другу, пальцы выпрямить, большие пальцы поднять. Язык высунуть и напряженно тянуть к нёбу.

4. Помидоры соберем в корзину.

Пальцы рук переплетены «корзинкой».

Язык - «чашечкой»

«Дикие животные»

1. Однажды пальчики пошли в лес: топ-топ, топ-топ-топ.

Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме, темпе: указательным и средним, большим и указательным.

Язык двигать вверх-вниз.

2. Подошли к опушке - ровной-ровной, гладкой-гладкой.

Ладони ребрами тесно прижать друг к другу, пальцы выпрямить. Рот открыт, язык свободно положить на нижнюю губу.

3. На опушке большое-большое дерево. Вот его ствол.

Локти, ладони соединить, пальцы поднять вверх.

Язык высунуть и напряженно тянуть к носу.

4. Вот крона дерева.

Пальцы чуть согнуть. Язык - «чашечкой».

5. На дереве дупло. В нем живет белка. Она, то выглядывает из дупла, то прячется.

Руки соединить ребрами ладоней «чашечкой».
Большие пальцы то опускаются на дно чашечки, то разводятся в стороны.
Язык «чашечкой» двигать вверх-вниз и попеременно в стороны или убирать за зубы.

«Семья»

1. Однажды пальчики пошли в лес: топ-топ, топ-топ-топ.
Имитировать ходьбу пальчиков в заданном ритме, темпе: указательным и средним, большим и указательным.
Язык двигать вверх-вниз.
2. Подошли к опушке - ровной-ровной, гладкой-гладкой.
Ладони ребрами тесно прижать друг к другу, пальцы выпрямить. Рот открыт, язык свободно положить на нижнюю губу.
3. На опушке - большое дерево. Вот его ствол.
Локти, ладони соединить, пальцы поднять вверх.
Язык высунуть и напряженно тянуть к носу.
4. Вот крона дерева.
Пальцы чуть согнуть. Язык - «чашечкой».
5. Крона состоит из веток и листьев.
Пальцы напряженно вытянуть и широко расставить.
Ладони соединить «чашечкой». Язык - «чашечкой».
6. Листья так весело играют с ветерком летом, а осенью опадают.
Пальцы широко расставить и попеременно двигать.
Кисти расслабить, руки свободно опустить. Язык двигать вверх-вниз (со скругленными краями), затем расслаблено опустить на нижнюю губу.
7. Вот корни дерева.
Кисти рук тыльной стороной соединить у запястья, пальцы напряженно тянуть вниз. Язык напряженно тянуть вниз.

Заключение

О пальчиковых упражнениях можно говорить как о великолепном универсальном, дидактическом и развивающем мелкую моторику материале. Раннее развитие пальцевой мелкой моторики положительно сказывается на становлении речи детей, необходимо при рисовании, любой игровой и бытовой деятельности. Естественно, что только пальчиковыми упражнениями нельзя достичь желаемых результатов. Это только одно из средств развития мелкой моторики и речи.

Пальчиковые упражнения, игры хорошие помощники для того, чтобы развить координацию. Систематические занятия, требующие тонких движений пальцев, повышают работоспособность головного мозга, давая мощный толчок к познавательной и творческой активности.

Литература:

Агранович З.Е. «Сборник домашних заданий в помощь логопедам и родителям для преодоления лексико-грамматического недоразвития речи у дошкольников с ОНР» - СПб. «Детство-Пресс», 2005.

Бодраченко И.В. «Игровые досуги для детей» Библиотека журнала «Воспитатель ДОУ». Творческий центр «Сфера», М. 2011.

Крупенчук О.И. «Научите меня говорить правильно! Пособие по логопедии для детей и родителей». - СПб. Издательский Дом «Литера», 2003.

Нищева Н.В. «Картотека подвижных игр, упражнений, физминуток, пальчиковой гимнастики». СПб. ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2010.

Нищева Н.В. «Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи» СПб. ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2003.

Савина Л.П. «Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников: Пособие для родителей и педагогов» М.: ООО «Издательство АСТ», 2001.

Тимонен Е.И., Туюлайнен Е.Т. «Непрерывная система коррекции общего недоразвития речи в условиях специальной группы детского сада для детей с тяжелыми нарушениями речи (старшая группа)» Петрозаводск: Издательство «Петр ГУ», 1999.

Узорова О. В., Нефедова Е. А. «Игры с пальчиками»- М.: Издательство АСТ», 2004.

Я.Л. Юдина, Захарова И.С. «Сборник логопедических упражнений» М.: ВАКО, 2010.