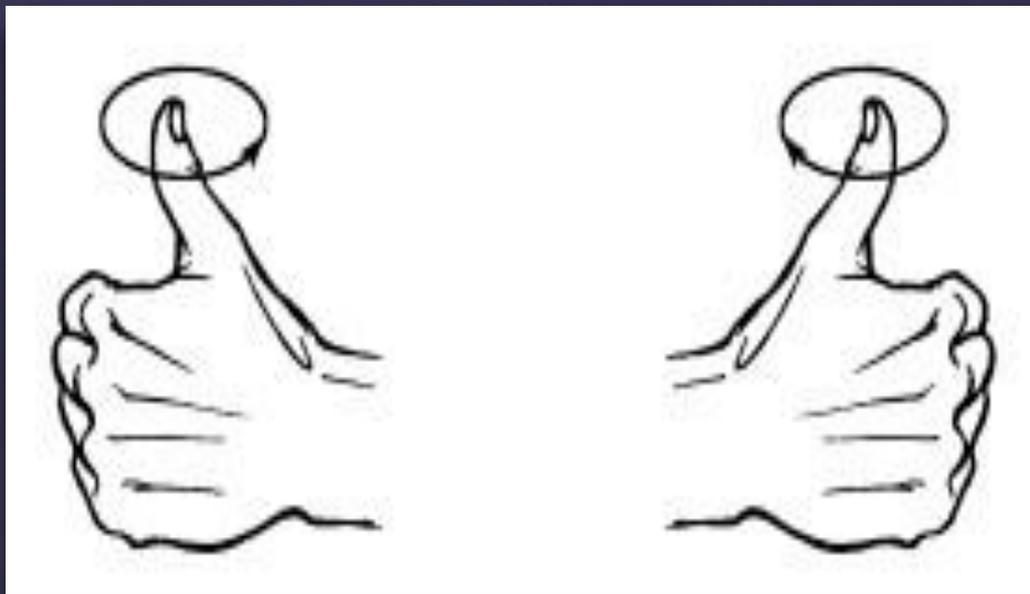


Пальчиковые упражнения



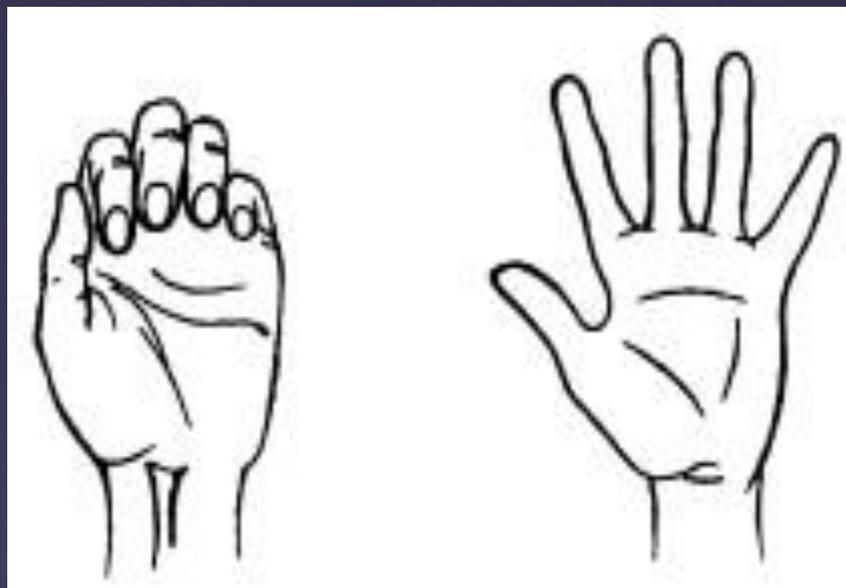


Обе ладони сжаты в кулачок, большие пальцы подняты вверх, выполняются круговые движения большими пальцами



Пальцы сплетены в замок. Концы пальцев левой руки нажимают на верхнюю часть тыльной стороны ладони правой руки, прогибая ее так, что пальцы правой руки встают как петушинный гребень.

Затем на тыльную сторону левой руки нажимают пальцы правой, и в петушинный гребешок превращаются пальцы левой руки.



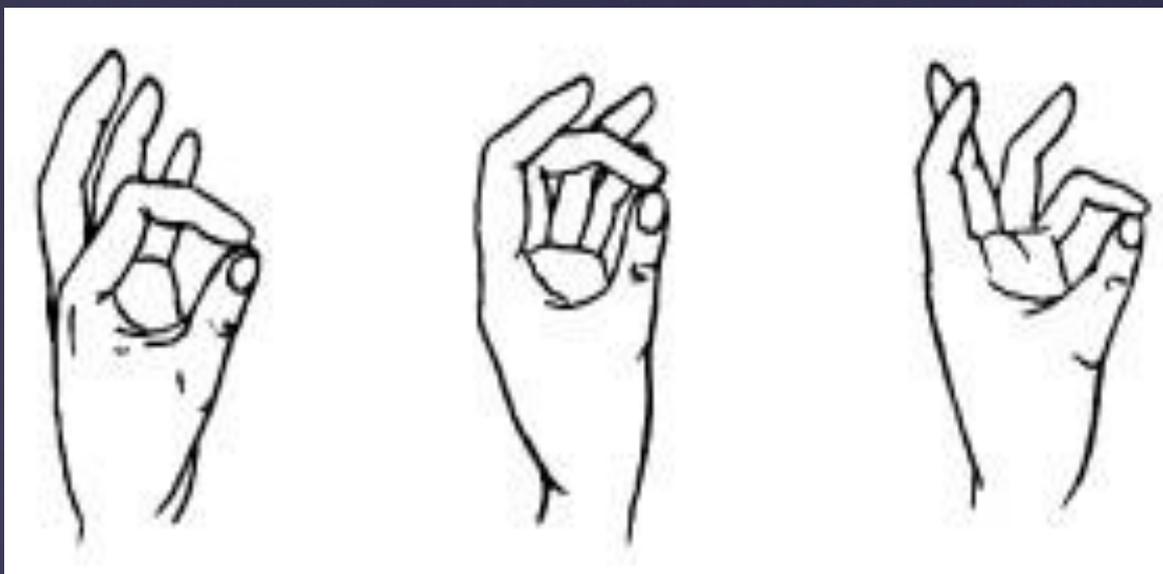
На раз – подушечки пальцев поджимаются к верхней части ладони, на два – пальцы быстро выпрямляются и растопыриваются.



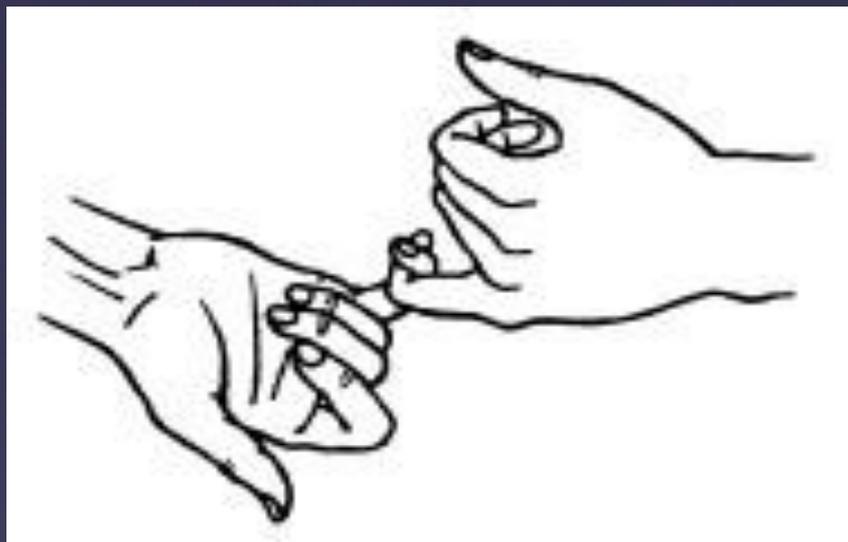
Руки ставятся на край стола и превращаются в пятипалых зверьков. По сигналу зверьки устремляются к краю стола, передвигая пальцами как ножками.



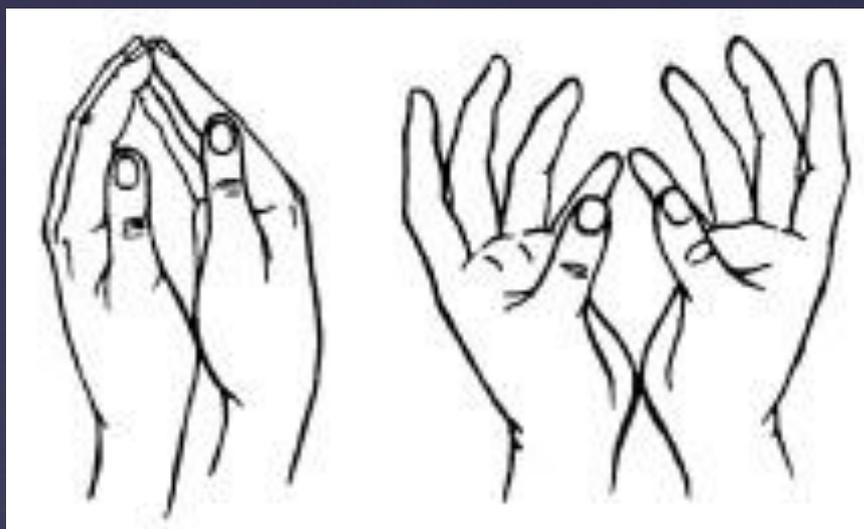
Ладони поставлены вертикально друг другу и сомкнуты. Затем ладони размыкаются.



Поочередно пальчики прижимаются к большому пальцу, образуя с ним кольцо



Сцепляют большие пальцы и тянут руки в разные стороны. То же делают для других пальцев: указательного, среднего, безымянного, мизинца.



Пальцы обеих рук складываются кончиками вместе. Хлопают кончиками больших пальцев. То же – для указательных, средних, безымянных, мизинцев.

Уважаемые родители!

Занятия творчеством очень полезны для детей.

Не жалейте времени для них, любите и развивайте своих детей!

