

Пальчиковая гимнастика за пять минут



*Выполнила учитель-логопед Милейшева Надежда
Геннадьевна
город Санкт-Петербург ГБДОУ № 113*

Данная гимнастика поможет учителям-логопедам в работе, а также родителям. «Пальчиковая гимнастика за пять минут», с помощью которой можно легко организовать детей (4-5 лет) на плодотворную работу и, заодно, «разогреть» детские пальчики, а значит и помочь хорошей работе язычка.

Тучка

Тучка солнце повстречала,
*Поочерёдное сжимание в кулак («тучка») и
разжимание*

*(пальчики растопырены – «солнышко»)
ладоней обеих рук.*

Погостить его позвала.

*«Приглашающий» жест пр.рукой. Показать
ладонь лев.руки (пальчики растопырены
«солнышко»)*

«Нет!» - ей солнышко в ответ.

Погрозить ук пальцем пр.руки.

Тучка закрывает свет.

*Соединить кулачок пр. руки («тучка») с
ладонью лев.руки (пальчики растопырены –
«солнышко»).*



Кораблик

Плывёт кораблик по волнам.

*Волнообразные движения кистями
обеих рук вперёд от себя.*

Дельфины слева, справа там.

*Волнообразные движения лев.
кистью, затем пр. кистью перед
собой.*

Волна кораблик догоняет

Лёгкие движения кистями от себя.

И ветер с парусом играет.

*Помахать обеими руками влево-
вправо над головой.*



Ёжик

По тропинке, по дорожке
«Рисуем» соединёнными ладонями обеих рук на столе тропинку. Разъединяем ладони - рисуем дорожку.

Топают к нам чьи-то ножки.
«Пошлёпать» ладошками по столу.

Это ёж – колючий бок,
Движения вправо-влево соединёнными ладонями (пальчики растопырить).

По грибам большой знаток!
Указательным и большим пальцами пр. руки «нанизываем грибочки» на пальчики лев.руки



Рыбки

Рыбки в салочки играют.

И друг друга догоняют.

Поочерёдные

*«волнообразные» движения
правой и левой рукой перед
собой.*

Осьминог плывёт, пылит.

**Рыбки все за камень –
шмыг.**

*Колебательные движения
кистями перед собой*

(пальчики растопырены).

*Соединить ладони перед
собой.*



Уточки

Утки в озере ныряют,
«Волнообразные» движения кистями
обеих рук вперёд от себя.
Ряску клювом подбирают.
Быстро сжимать «в щепотку» пальчики
на обеих руках
А потом на бережок,
Положить ладони на стол.
Друг за другом шлёп, да шлёп.
«Пошлёпать» ладонями обеих рук по
столу.

