

# Развитие мелкой моторики рук. Пальчиковые игры для ДОШКОЛЬНИКОВ.



- Мелкая моторика - это тонкие и точные движения пальцев. Их развитие является необходимым условием освоения ребенком большинства видов творческой и бытовой деятельности. Кроме того, «на кончиках детских пальчиков находится мышление и речь ребенка». От развития мелкой моторики напрямую зависит работа речевых и мыслительных центров головного мозга. Поэтому при поступлении ребенка в школу обязательно проверяется уровень развития мелкой моторики. Ведь овладеть письмом ребенок сможет, только если его пальчики хорошо слушаются и могут выполнять тонкие точные движения.
- Из всего вышесказанного следует, что развитием мелкой моторики ребенка необходимо заниматься с раннего детства. Поможет пальчиковая гимнастика, обыгранная в виде известных игр: «Сорока, сорока...», «Идет коза рогатая...» и т.п. Кроме того, чтобы занятия проходили весело и интересно, необходимо использовать специальные игровые пособия.

- Предложите малышу поиграть в сказку с помощью кукол-перчаток. Такие игры развивают и мелкую моторику рук, и фантазию, и речь ребенка. Лепка и рисование пальчиковыми красками Предложите малышу поиграть в сказку с помощью кукол-перчаток. Такие игры развивают и мелкую моторику рук, и фантазию, и речь ребенка. Лепка и рисование пальчиковыми красками - основные занятия, которые подготавливают руку ребенка к письму. Однако слишком активных малышей бывает сложно усадить за стол с кисточкой и красками. Тогда заинтересуйте его чем-то необычным. Например, конструированием из гибкой пушистой проволоки или предложите сделать необычную аппликацию с применением разных круп. Различные варианты шнуровки Предложите малышу поиграть в сказку с помощью кукол-перчаток. Такие игры развивают и мелкую моторику рук, и фантазию, и речь ребенка. Лепка и рисование пальчиковыми красками - основные занятия, которые подготавливают руку

- Если ваш малыш любит конструировать и строить, предложите ему создать [пирамидку](#), не простую, а из деталей разной формы и размеров. Здесь необходимо подумать и расположить элементы так, чтобы пирамидка не упала.
- Нравятся детям и занятия с [конструкторами](#) Нравятся детям и занятия с конструкторами. Блочные, [магнитные](#) Нравятся детям и занятия с конструкторами. Блочные, магнитные, проволочные и т.п.- они дарят неограниченные возможности воплощения детских идей. Отличное упражнение для развития глазомера, мелкой моторики рук и мышления! Достижению этой же цели будут способствовать занятия, связанные с наклеиванием мелких деталей и созданием коллажей из геометрических фигур или элементов сюжетной картинки. В этом Вам помогут [книжки с наклейками](#). Настоящим Шерлоком Холмсом почувствует себя малыш во время игры с пособиями-лабиринтами, в которых мелкие бусинки или другие детали, необходимо провести по хитро изогнутой проволоке.

## Ягодки

Чуть приподнимите перед собой руку, так чтобы расслабленная кисть оказалась приблизительно на уровне лица. Пальчики расслаблены, свисают в низ.

С ветки ягодки снимаю

И в лукошко собираю.

Будет полное лукошко.

- Я попробую немножко.

- Я поем еще чуть-чуть.

Легким будет к дому путь!

Пальцами другой руки

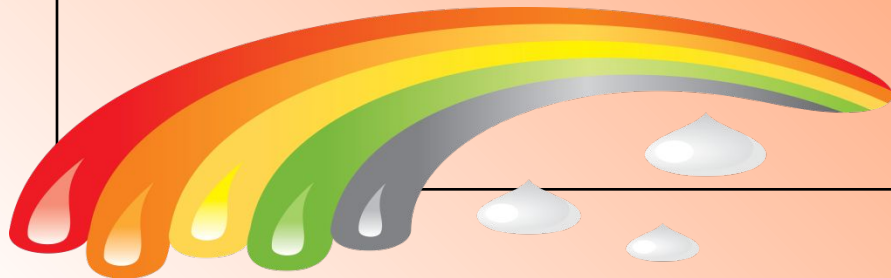
поглаживаете каждый пальчик от основания до самого кончика, как будто снимая с него воображаемую ягодку.

Обе ладошки складываете перед собой чашечкой.

Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрываете другой также сложенной ладошкой.

Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой достаем воображаемые ягодки и отправляем их в рот.

Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.



## Рыбки

Пальцы обеих рук сложены «щепотью». Руки двигаются волной от плеча, изображая ныряющих рыбок.

Рыбки плавали, ныряли  
- В чистой тепленькой воде.  
- То сожмутся,  
Разожмутся,  
То зарюются в песке.

На последнем слове пальцы рук очень плотно сжимаются.

Пальчики сильно растопыриваются в стороны.

Снова сложив пальчики, руками поочередно совершаете движения, как будто раскапываете песок.



### **Пальчик-мальчик**

- " Пальчик-мальчик, где ты был?
- С этим братцем в лес ходил.
- С этим братцем щи варил.
- С этим братцем песни пел.
- С этим - в дудочку дудел.

Сжимайте каждый пальчик малыша, как бы обращаясь к нему: от указательного до мизинца

### **Этот пальчик.**

- Этот пальчик - дедушка,
- этот пальчик - бабушка,
- этот пальчик - матушка,
- этот пальчик - батюшка,
- Ну а этот пальчик - я.
- Вот и вся моя семья.

Предложите малышу согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем слушая потешку, по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.



## **Осьминог.**

Восемь пальчиков для ног -

- Получился осьминог.
- Сколько ног у осьминога?
- Много - Много!

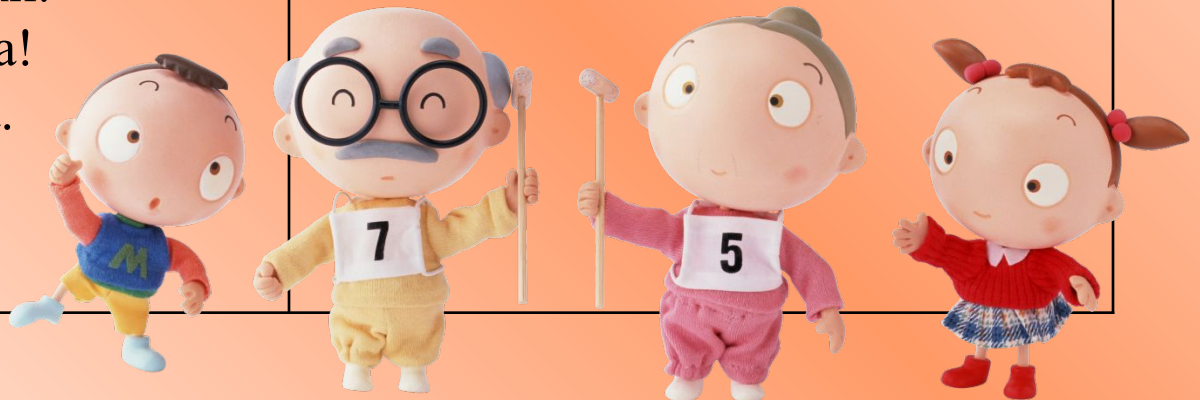
Всеми пальчиками, кроме больших, ребенок изображает щупальца осьминога.

## **Улитка.**

На одной скользящей ножке

- Домик, голова и рожки.
- Дай-ка пальчики сюда!
- То не пальчики - рога.

Изображаем пальчиками рожки улитки.

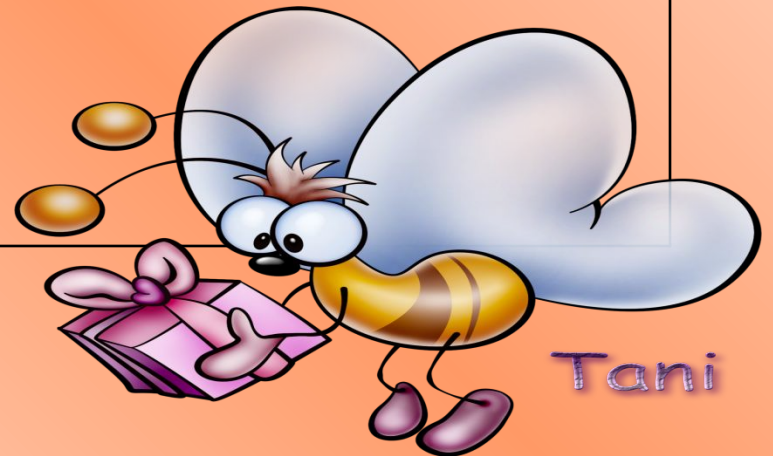




## Козочка.

- Шел старик дорогою
- Нашел козу безрогую.
- Давай, коза,  
попрыгаем,
- Ножками подрыгаем.
- А коза бодается,
- А старик ругается.

идти пальчиками по  
стол  
показать пальчиками  
рога  
постучать пальчиками  
по столу  
снова показать рога  
погрозить пальчиком



### **Киска.**

- Киска ниточки мотала
- И клубочки продавала.
- Сколько стоит?
- Три рубля. Покупайте у меня!

вращать руками, как бы  
наматывая нить на клубок  
вытянуть обе ладони вперед  
показать три пальца, сжать  
кулачки, снова вытянуть обе  
ладони

### **Лошадка.**

- Одной рукой я травку рву,
- Другой рукой я тоже рву.
- Я травкой накормлю коня.
- Вот сколько пальцев у меня!

вытянуть руки вперед  
и повернуть ладонями вверх

## Помощник

- Топором дрова колю
- А потом пилой пилю.
- Отнесу их бабушке,
- Чтоб испечь оладушки.

имитировать действия топора,  
двигать вместе ладошками  
вверх-вниз  
имитировать действия пилы,  
двигать вместе ладошками  
вперед-назад показать ладоши  
похлопать ладонями друг о  
друга



## **Дом**

- Молоточком я стучу,
- Дом построить я хочу.
- Строю я высокий дом,
- Буду жить я в доме том.

постукивать кулачками  
друг о друга  
соединить кончики пальцев  
обеих рук  
поднять выпрямленные  
ладони вверх  
похлопать ладонями

## **Капуста**

- Мы капусту рубим рубим
- Мы морковку трем трем
- Мы капусту солим солим
- Мы капусту мнем мнем

говорить ритмично, руками  
показывать как мы рубим  
капусту  
ручками показывать как мы трем  
морковку  
пальчики щепоткой-солим  
ручками "мнем" капусту

## Тесто

- Тесто ручками помнем
- Сладкий тортик испечем
- Серединку смажем джемом
- А верхушку сладким кремом
- И кокосовую крошкой
- Мы присыплем торт немножко
- А потом заварим чай
- В гости друг-друга приглашай.

сжимаем и разжимаем  
пальчики  
как будто мнем тесто  
круговые движения  
ладошками по плоскости  
стола  
сыплем "крошку"  
пальчиками обеих рук



## Дружба

- Дружат в нашей группе девочки и мальчики
- Мы с тобой подружим маленькие пальчики
- Раз, два, три, четыре, пять
- Начинай считать опять.
- Раз, два, три, четыре, пять.
- Мы закончили считать

пальцы рук  
соединяются в "замок"  
ритмичное касание  
одноименных пальцев  
обеих рук  
поочередное касание  
одноименных пальцев,  
начиная с мизинцев  
руки вниз, встряхнуть  
кистями

## Отдохнем

- Наши пальчики проснулись,
- Потянулись, потянулись...
- И встряхнулись...
- По ладошке побежали
- Побежали, побежали,
- Поскакали, поскакали
- И устали. Сели отдыхать

выполняем все эти движения по ладони одной руки бегают пальцы другой, потом наоборот изобразите эти движения потрясите пальцами и положите руки на стол или на колени

## Дождик

- Дождик, дождик,  
поливай
- Будет хлеба каравай,
- Будут булки, будут  
сушки,
- Будут вкусные  
ватрушки.

Указательным пальцем  
постукивать по ладони  
другой  
образовать перед собой  
круг руками  
похлопывать  
поочередно одной  
ладонью другую  
соединить большой и  
указательный пальцы  
рук вместе, образуя  
большой круг



## **Строим стенку.**

- Строим стенку,
- Выше, выше,
- Добрались уже до крыши!
- Чья крыша выше?
- Выше, выше, выше!
- Прорубили мы окошко,
- И дверку для кошки,
- И дырочку для мышки:
- Пи-пи-пи-пи-пи!

Прямые ладони держим горизонтально перед собой (мизинец каждой смотрит вниз, большой палец – вверх, внутренняя поверхность ладоней обращена к груди), поочередно «нижнюю» ладонь кладем на «верхнюю», имитируя кирпичную кладку. к моменту произнесения этих слов «стенка» должна «дорости» примерно до глаз.

Складываем из ладоней двухскатную крышу: конек – соприкасающиеся кончики средних пальцев, скаты – ладони и предплечья. Сложенные руки тянутся-тянутся-тянутся вверх! Взрослые, следите, чтоб ваш позвоночник растягивался вслед за руками! (одна девочка даже на стул вставала, чтобы ее крыша была выше!)

Называемые отверстия изображаются большими и указательными пальцами: большой четырехугольник, арка, маленькая круглая дырочка. Строки про мышку произносятся тоненьким голоском.

## **Квасим капусту**

- Это что еще за куст?
- Это что еще за хруст?
- Как же мне без хруста,
- Если я – капуста?
- Мы капусту рубим,  
рубим,
- Мы капусту солим,  
солим,
- Мы капусту мнем,  
мнем,
- А морковку трем, трем,
- Все перемешаем!
- В бочки набиваем
- В погреб опускаем.
- Эх, вкусная капуста!

Стоя, руки перед грудью в «замке»

Куст «распружинился», подрост – руки соединены только основаниями ладоней и кончиками пальцев.

Ладони чуть-чуть поворачиваем во встречном направлении и при этом издаем хруст, как умеем (горлом, языком, щеками...) Детям очень нравится! Тут наша «капуста» вырастает и становится размером с кольцо из рук, кончики пальцев соединены над головой.

«Рубим капусту» на поверхности воображаемого стола ребрами ладоней. Детям достаточно рубить на одном месте.

Обе руки сложены щепотью и «солят».

Сжимаем и разжимаем кулаки

Трем ладони друг об друга – для тренировки держите их на уровне груди и нажимайте на ладони с силой.

Перемешиваем – в горизонтальной плоскости.

Ладонь на ладони, «уминаем» капусту, не наклоняясь, а сгибая и выпрямляя локти .

В таком же положении глубоко наклоняемся и кладем на пол сложенные ладони.

Выпрямяемся и гладим себя по животу.

## Улитка.

- это раковина улитки.
- Улитка-улитка,
- Отвори калитку,
- выходи из дома,
- Будем знакомы!
- Улитка-улитка,
- Высуни рога,
- Дам пирога!
- Улитка-улитка, пошли гулять!
- Поползли, поползли, поползли...
- Ой! Щекотно! Пойду к другой улитке!



Руки на уровне груди: одна ладонь сжата в кулачок, другая ее накрывает. Когда четверостишие прочитано, быстро проталкиваем кулачок «наружу» – теперь кулачок не спрятан, а лежит на предплечье другой руки, зато запястье за кулачком плотно охвачено ладонью другой руки. Разжимаете два пальца кулачка. Лучше, если Вы разожмете мизинец и безымянный – «улитка» будет больше похожа. Если Ваш ребенок при этом разжимает, например, указательный и средний, или даже все пальцы – не поправляйте.

На этих словах улитка ничего не делает – она слушает вас и решает, что ответить (недолго).

«Улитка» ползет по предплечью, потом по плечу. Естественно, «ракушку» она за собой тащить не может, «ракушка» незаметно исчезла. При повторении – до свидания, улитки!)

«Рожки» щекочут ухо или шею. Повторяете все то же самое, руки меняются ролями.

# Упражнения для развития мелкой моторики рук.

- 1. Ладони на столе (на счет "раз-два" пальцы врозь-вместе.)
- 2. Ладонка-кулачок-ребро (на счет "раз-два-три").
- 3. Пальчики здороваются (на счет "раз-два-три-четыре-пять" соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.)
- 4. Человечек (указательный и средний палец правой, а потом левой руки бегают по столу).
- 5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).
- 6. Коза (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).
- 7. Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).
- 8. Очки (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
- 9. Зайцы (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, мизинец, большой и безымянный пальцы соединить).
- 10. Деревья (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).

- 1. Лиса и заяц (лиса "крадется"- все пальцы медленно шагают по столу вперед; заяц "убегает" - быстро пальцы движутся назад.)
- 2. Паук (пальцы согнуты, медленно перебираются по столу).
- 3. Бабочка (ладони соединить тыльной стороной и помахать пальцами, плотно сжатыми вместе).
- 4. Счет до четырех (большой палец соединяется поочередно со всеми остальными).
- 5. Флажок (большой палец вытянут вверх, остальные соединить вместе).
- 6. Птички (поочередно большой палец соединяется с остальными).
- 7. Гнездо (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).
- 8. Цветок (то же, что и в предыдущем упражнении, но пальцы разъединены).
- 9. Корни растения (прижать корни-руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).
- 10. Пчела (указательным пальцем правой, а затем левой руки вращать вокруг).
- 11. Пчелы (то же упражнение выполняется двумя руками).
- 12. Лодочка (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв их).
- 13. Солнечные лучики (скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы).
- 14. Пассажиры (скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук - вверх, большие пальцы вытянуты вверх.)

На опушке дом стоит.	(Сложить ладони домиком над головой) .
На дверях замок висит.	(Сомкнуть ладони в «замок»)
За дверями стоит стол,	(Накрыть ладонью правой руки кулачок левой) .
Вокруг дома частокол.	(Руки перед собой, пальцы растопырены) .
Тук – тук – тук! Дверь открой!	(Постучать кулачком одной ладони о другую) .
Заходите, я не злой!	(Руки в стороны, ладони вверх тыльной стороной) .
Семья могучая. В одном лесу дремучем	(Покачать руками над головой, как деревья) .
Жила семья могучая.	(Сложить руки в замок)
У них был дом огромный	(Сложить ладони над головой в виде крыши) .
И крыша с трубой темной.	(Поднять средние пальцы – труба) .
Из трубы в колечки дым.	(«Колечки» из всех пальцев поочередно) .
Плим, плим, плим!	(Пощелкать пальцами) .
Есть у каждого дом. У лисы в лесу глухом, Есть нора – надежный дом. Не страшны зимой метели Белочке в дупле на ели.	(Загибают пальцы на обеих руках: на первое двустипшие – на левой руке, на второе – на правой руке) .
Под кустами еж колючий Нагребает листьев кучу. Из ветвей, корней, коры Хатки делают бобры.	(Удары поочередно ладонями и кулачками) .

## «УКАЗОЧКА»

Ротик мой умеет кушать,



Показываем пальцем  
ребёнка на губы.

Нос — дышать, а уши — слушать.



Показываем на нос,  
на ухо.

Могут глазоньки моргать,

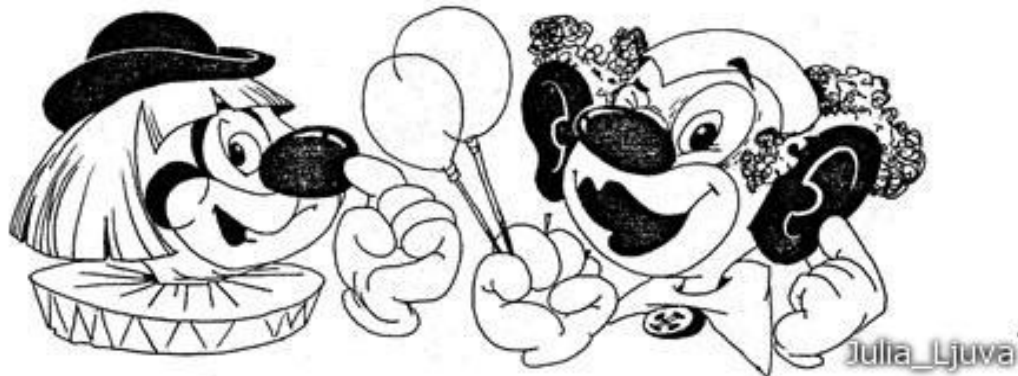


Поморгать.

Ручки — всё хватать, хватать.



Хватательные движения  
пальцами: раскрытые  
ладони — пальцы  
в кулаки.



## «СОРОКА-БЕЛОБОКА»

Ты, сорока-белобока,



«Машем крыльями».

Научи меня летать,



Руки вверх.

Ни высоко, ни далеко —

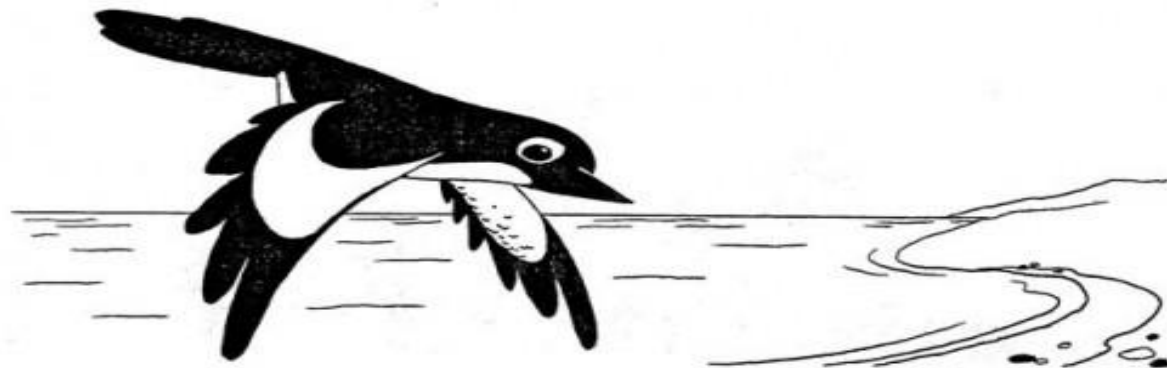


Руки в стороны.

Только море увидеть.



Ладонь «козырьком»  
ко лбу.





## «БАРАНЫ»

Так бодались два барана



Оба кулака «бодаются».

На мосточке утром рано.



Хлопки на ударные слоги.

Уступить не захотели —

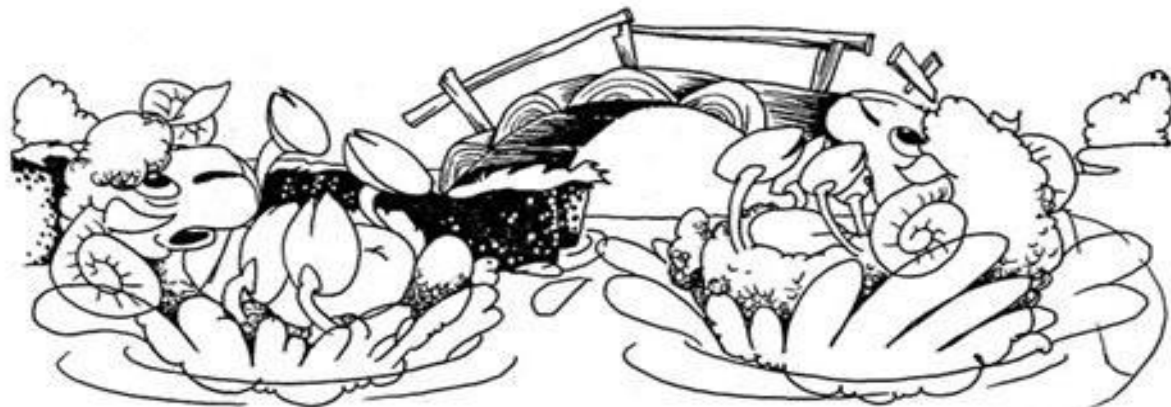


Снова «бодаются».

Вместе в речку полетели.



Ладони «уронить» на колени.



## «УТИ-УТИ»

Ути-ути, полетели,



Машем руками ребёнка.

На головушку сели.



Кладём ладони ребёнка  
ему на голову.

Поклевали, поклевали

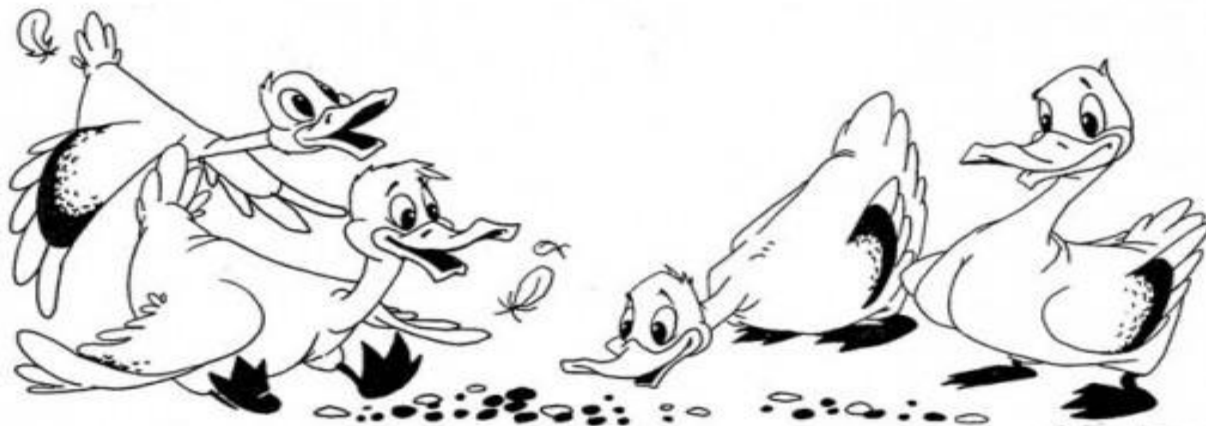


«Клюём» голову ребёнка  
его пальцами.

И домой улетали.



Руки с головы «слетают».



## «ЛАДУШКИ»

— Ла́душки-ла́душки,  
Где́ были?  
— У ба́бушки.  
— Чтó ели?  
— Ка́шку.  
— Чтó пили?  
— Бра́жку.



Хлопаем в ладоши  
на ударных слогах.

Кашка сладенька,



Гладим рукою ребёнка  
его животик.

Бабушка добренька.



Гладим рукой ребёнка  
его голову.

Попили-поели



Снова проводим рукой  
ребёнка по его животу.

И домой улетели.



«Улетаем».

## «ЦЫПЛЯТКИ»

Зёрна курочка клюёт,



Обе ладони вместе,  
отклоняются от себя.

И цыплятки тут как тут.



Обе руки поочерёдно  
«клюют» всеми пальцами,  
собранными вместе.

В воду уточка нырнёт,



Руки, соединённые  
указательными пальцами,  
«ныряют» от себя.

А цыплятки не нырнут.



Большой палец держит  
средний, безымянный и  
мизинец, указательный  
выпрямлен. Рука  
покачивается из стороны  
в сторону — грозим  
пальчиком.



## «СОВУШКА-СОВА»

Совушка-сова, большая голова,  
На суку сидит,  
Во все стороны глядит —



Руки ребёнка обнимают  
его лицо и плавно  
поворачивают голову  
влево-вправо.

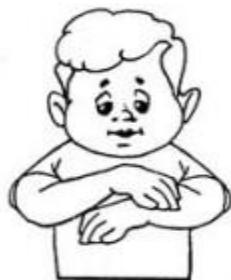
Да вдруг как полетит!



«Улетаем».

## «КОЛПАК»

Колпак под колпаком,  
Под колпаком — колпак.



Ладони слегка согнуты.  
Кладём одну поверх  
другой (это — «колпаки»),  
потом меняем.

## «ОПЯТА И РЕБЯТА»

На пеньке —



Показываем «пенёк».

Пять опят,



Левая рука показывает  
пять раскрытых пальцев.

У пенька —



Снова показываем  
«пенек».

Пять ребят.



Правая рука показывает  
пять раскрытых пальцев.



## «ГУСИ-ГУСИ»

— Гуси-гуси!



Прямые пальцы собраны. Рука вращается вокруг своей оси.

— Га-га-га!



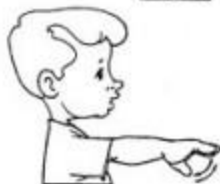
Большой палец опускается-поднимается относительно остальных.

— Есть хотите?

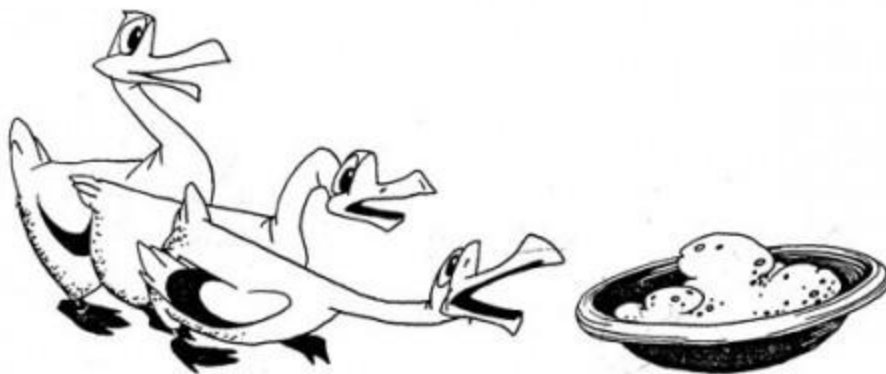


Прямые пальцы собраны. Рука вращается вокруг своей оси.

— Да-да-да!



Большой палец опускается-поднимается относительно остальных.



## «МЫШОНОК»

Сел мышонок на маслёнок,



Ладонь правой руки  
накрывает кулак левой.

А маслёнок — липкий гриб.



Кулак левой руки  
вращается вокруг своей  
оси.

Посидел на нём мышонок



Поелозить ладонью  
правой руки по кулаку  
левой.

И прилип, прилип, прилип.



«Отрываем» ладонь  
от кулака, а она  
держится, плотно  
обхватив кулак левой.





## «ПРО БАБКУ»

«Жила-была бабка,



«Руки в боки».

Да жила у речки.



Разводим руки в стороны ладонями вниз, изображая речку.

Захотелось бабке



Снова «руки в боки».

Искупаться в речке.



Изображаем плавание брассом.

И купила бабка



«Руки в боки».

Мыло и мочало».



Одна рука вперёд — это «мочало», другая — «намыливает».

Эта сказка хороша,  
Я начну сначала:



Правая рука в кулаке, большой палец вверх.

«Жила-была бабка...»



«Руки в боки».