



# Пальчиковая гимнастика

Подготовил учитель  
физической культуры  
Кихтенко Г.И.

## Для чего она нужна?

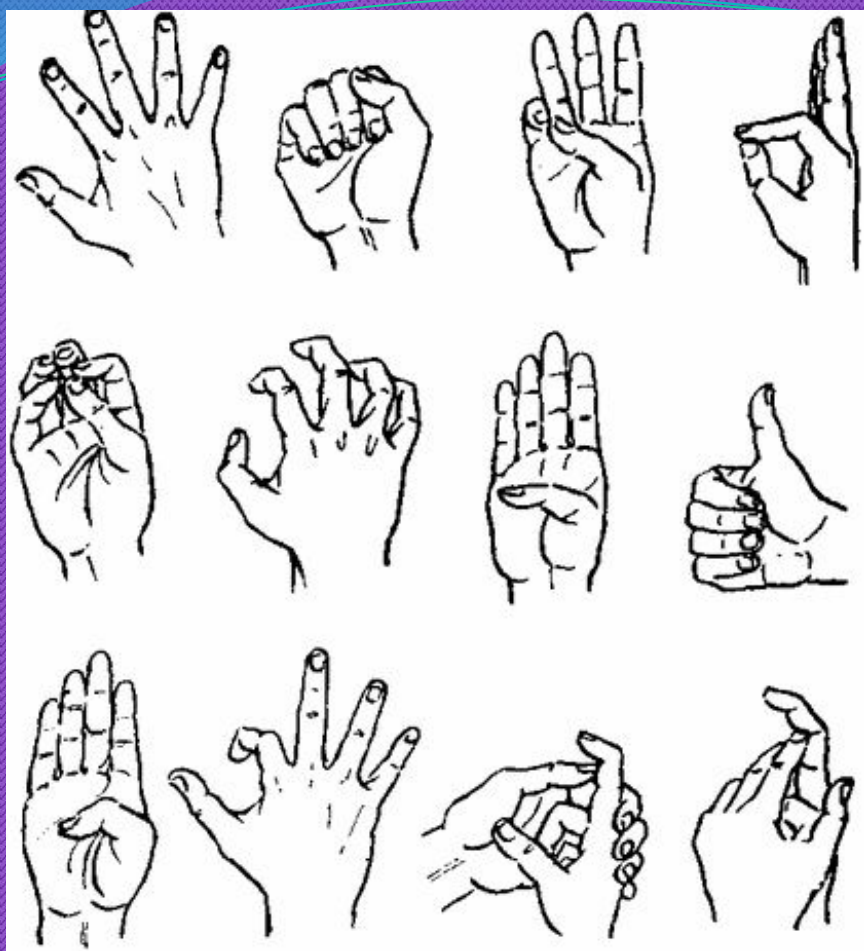
- ❖ **Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.**
- ❖ **Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность детей.**
- ❖ **Малыши учатся концентрировать своё внимание и правильно его распределить.**

- ❖ Если дети будут выполнять упражнения, сопровождая короткими стихотворными строчками, то их речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.
- ❖ Развивается память у детей, так как они учатся запоминать определённые положения рук и последовательность движений.
- ❖ В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит владение навыком письма.



❖ Для начала мне хотелось бы показать несколько картинок, демонстрирующих различные упражнения:

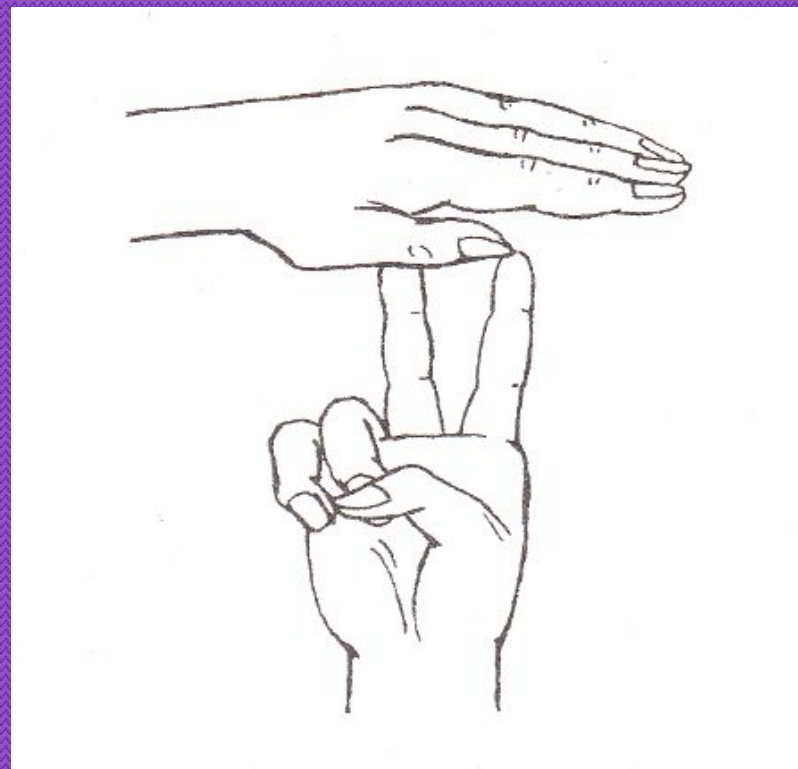
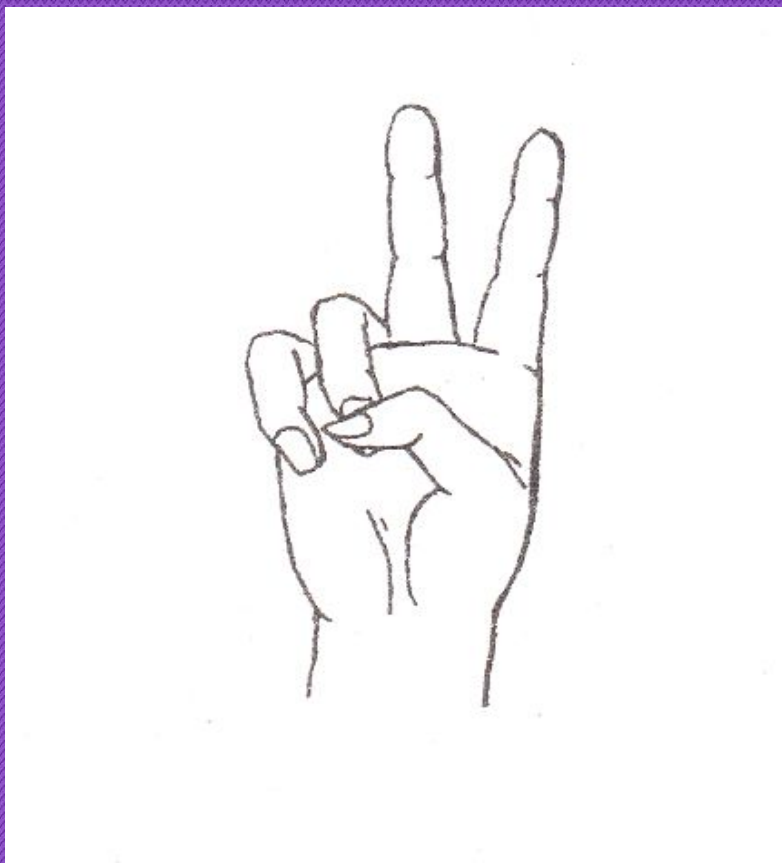




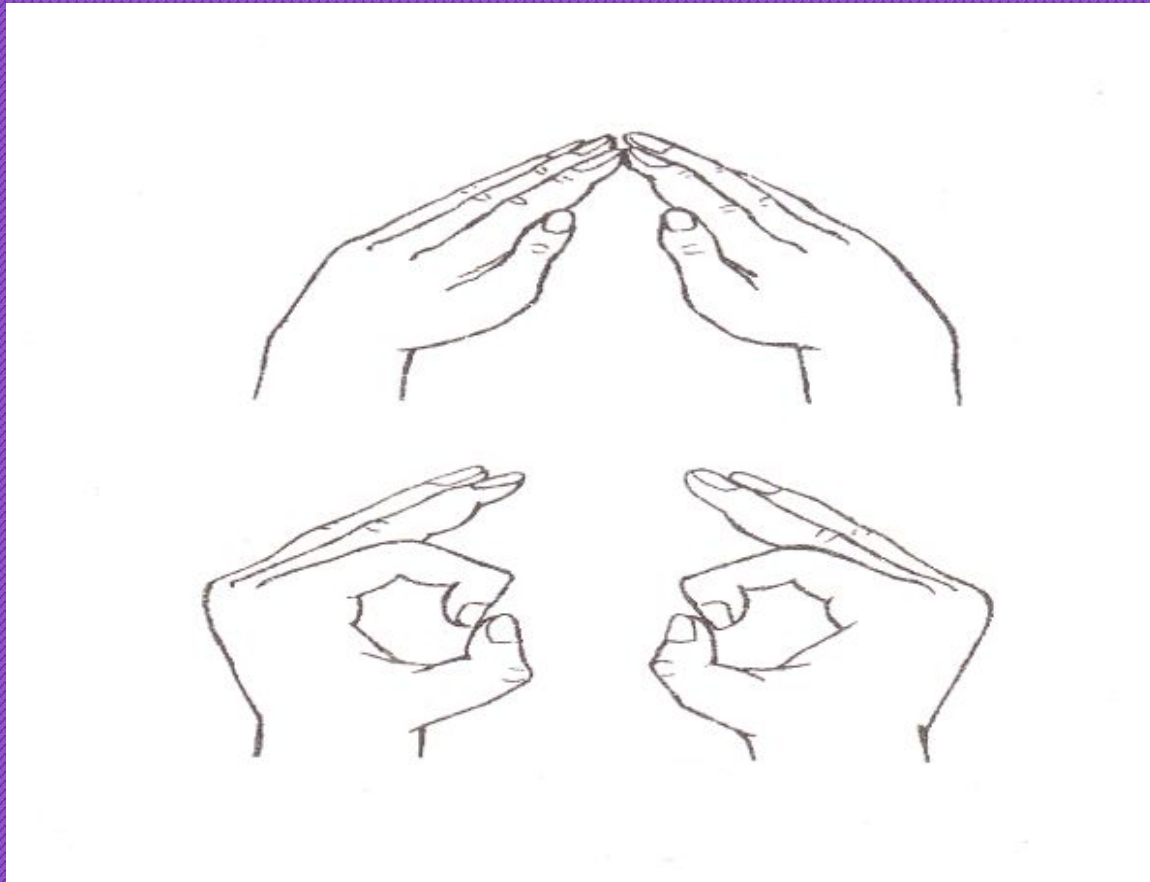
**Гимнастика  
для пальцев**



# Упражнения для пальцев рук



# Упражнения для пальцев динамические.



❖ Чаще всего занятие такой гимнастикой с ребенком сопровождается стишками и песенками:





## Сорока-белобока

Сорока-белобока кашку варила, деток  
кормила: (взрослый делает круговые движения  
пальцем на ладошке ребенка)

Этому дала (загибаем мизинчик ребенка)

Этому дала (загибаем безымянный пальчик  
ребенка)

Этому дала (загибаем средний пальчик ребенка)

Этому дала (загибаем указательный пальчик  
ребенка)

А этому не дала (держим большой пальчик  
ребенка)

Ты дров не рубил, воду не носил, печку не топил,  
кашу не варил — нет тебе каши!

Твоя ладошка

Твоя ладошка — это пруд,

По ней кораблики плывут (*медленно водить согнутым указательным пальцем по ладошке малыша, рисуя волну*)

Твоя ладошка, как лужок,

А сверху падает снежок (*дотрагиваться кончиками пальцев до ладошки ребенка*)

Твоя ладошка, как тетрадь,

В тетради можно рисовать (*указательным пальцем «нарисовать» кружечек и др.*)

Твоя ладошка, как окно,

Его помыть пора давно (*потереть ладошку пальцами, сжатыми в кулак*)

Твоя ладошка, как дорожка,

А по дорожке ходят кошки (*осторожно переступить пальчиком или пальцами по ладошке малыша*)

## На прогулку

Пошли пальчики гулять (пальцы рук сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу)

А вторые догонять (ритмичные движения по столу указательных пальцев)

Третьи пальчики бегом (движения средних пальцев в быстром темпе)

А четвертые пешком (медленные движения безымянных пальцев по столу)

Пятый пальчик поскакал (ритмичное касание поверхности стола обоими мизинцами)

И в конце пути упал (стук кулаками по поверхности стола)



**Спасибо за  
внимание!**