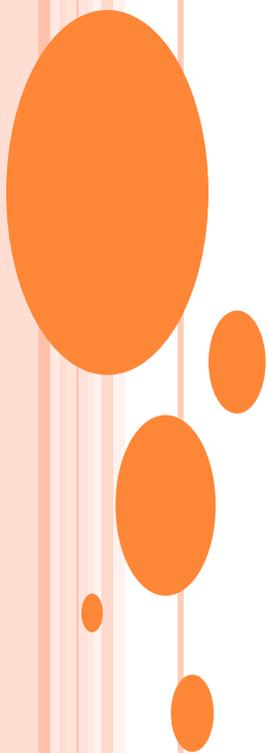
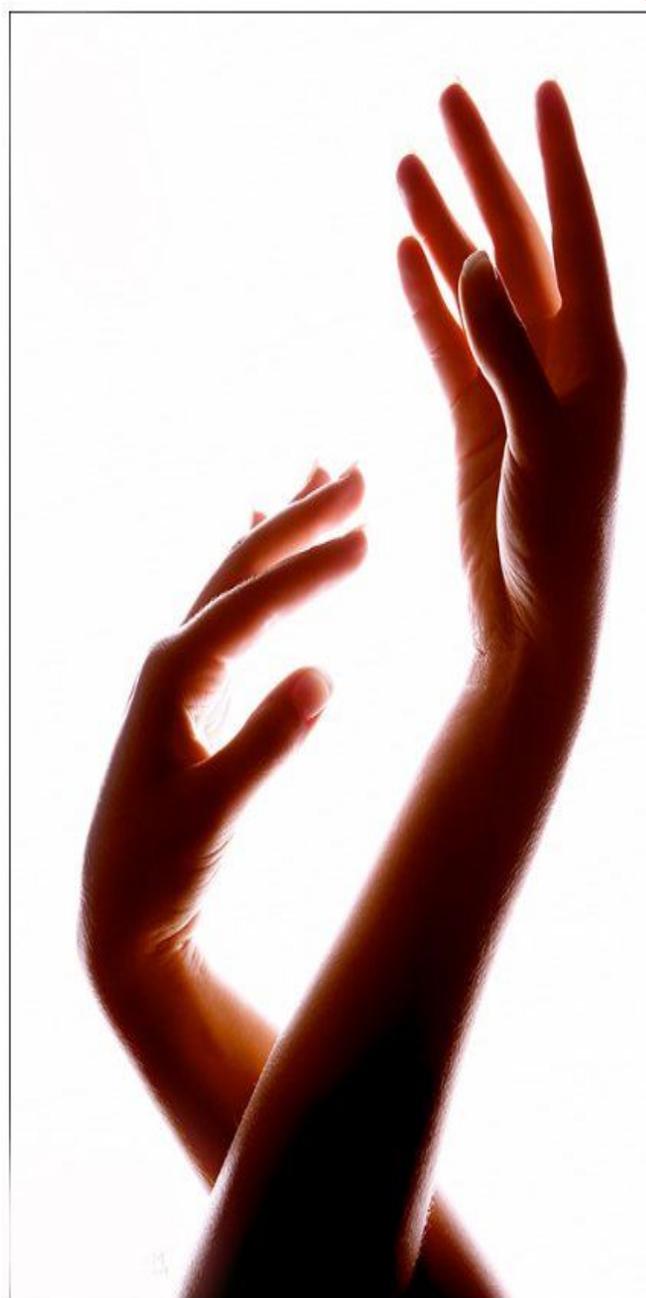


***ПАЛЬЧИКОВАЯ  
ГИМНАСТИКА РУК.***



**Пальчиковая гимнастика** — это инсценировка стихов или каких-либо историй при помощи пальцев.

**Пальчиковые игры** — это упражнения пальчиковой гимнастики. Какое действие оказывает пальчиковая гимнастика:

- ✓ Такая тренировка движений пальчиков и кистей рук является мощным средством развития мышления ребенка. В момент этой тренировки повышается работоспособность коры головного мозга. То есть при любом двигательном тренинге упражняются не руки, а мозг.
- ✓ Прежде всего мелкая пальцевая моторика связана с развитием речи. В мозгу двигательные и речевые центры — самые ближайшие соседи. И при движении пальчиков и кистей, возбуждение от двигательного центра перекидывается на речевые центры головного мозга и приводит к резкому усилению согласованной деятельности речевых зон. У всех детей с отставанием в речевом развитии пальчики малоподвижны и их движения неточны и не согласованны. Соответственно, тренировка движений пальцев рук стимулируют развитие речи малышей.
- ✓ Пальчиковая гимнастика развивает умение малыша подражать взрослым, учит вслушиваться в нашу речь и ее понимать, повышает речевую активность ребенка да и просто создает благоприятную эмоциональную атмосферу. Ведь играть в пальчиковые игры не только полезно, но интересно и весело.



- ✓ Пальчиковая гимнастика учит ребенка концентрировать внимание и правильно его распределять. Это очень и очень важное умение! И нам, родителям, нужно помогать малышу его формировать. Кстати, произвольно управлять своим вниманием ребенок сможет научиться только к возрасту 6-7 лет. И от этого умения во многом будут зависеть его школьные успехи.
- ✓ Когда малыш начнет говорить и сможет стихами сопровождать упражнения из пальчиковой гимнастики — это будет делать его речь более четкой, ритмичной, яркой. Кроме этого, таким образом он сможет усилить контроль за своими движениями.
- ✓ В пальчиковых играх нужно запоминать многое: и положение пальцев, и последовательность движений, да и просто стихи. Вот вам и отличное веселое упражнение для развития памяти малыша.
- ✓ А можно ли с помощью пальчиковых игр развивать фантазию и воображение? Конечно! Ведь руками можно «рассказывать» целые рассказы. Сначала пример покажет мама или папа, а уж потом и ребенок может сочинить свои «пальчиковые истории».
- ✓ После всех этих упражнений кисти и пальцы рук станут сильными, подвижными, гибкими. А это так поможет в дальнейшем в освоении навыка письма.



# ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

## Моя семья.

Этот пальчик -  
дедушка,

Этот пальчик –  
бабушка,

Этот пальчик –  
папочка,

Этот пальчик –  
мамочка,

А вот этот пальчик – я.

(Поочередное  
разгибание сжатых в  
кулак пальцев,  
начиная с большого)

Вот и вся семья!

(Сжатие в кулак и  
разжатие всех пальцев  
одновременно)

## Пять и пять.

Пять и пять пошли  
гулять. Вместе  
весело играть.  
(сжимание - разж  
имание пальцев  
рук)

Повернулись,  
улыбнулись,  
(вращение кистей  
рук)

В кулачок опять  
свернулись. Вот  
какие молодцы!

(стучать  
кулачками)

В детский сад идти  
пора.

Этот пальчик хочет  
спать,

Этот пальчик прыг  
в кровать,

Этот пальчик  
прикорнул,

Этот пальчик уж  
уснул.

Встали пальчики.

Ура!

В детский сад идти  
пора!



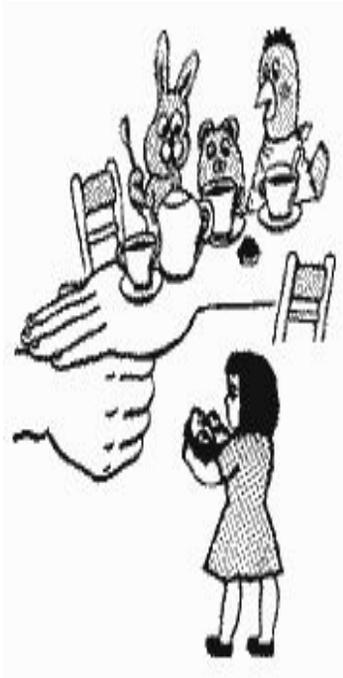
# Стул



Ножки, спинка и сиденье -  
Вот вам стул на удивленье.

Левая ладонь вертикально  
вверх. К ее нижней части  
приставляется кулачок  
(большим пальцем к себе).  
Если ребенок легко  
выполняет это упражнение,  
можно менять положение рук  
попеременно на счет раз.

# Стол



У стола четыре ножки,  
Сверху крышка, как  
ладошка.

Левая рука в кулачок.  
Сверху на кулачок  
опускается ладошка.  
Если ребенок легко  
выполняет это  
упражнение, можно  
менять положение рук:  
правая в кулачке, левая  
ладонь сверху кулачка.  
Можно делать  
попеременно на счет раз.

# КОЗА



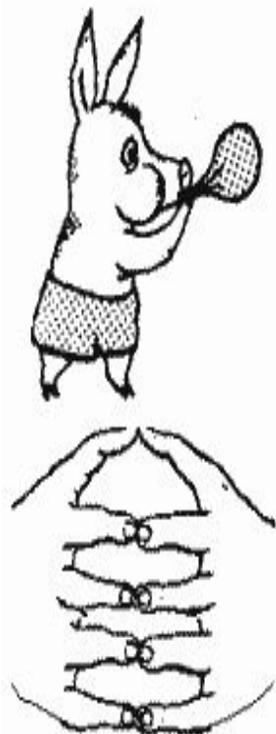
У козы торчат рога,  
Может забодать она.

Внутренняя сторона ладони  
опущена вниз.

Указательный и мизинец  
выставлены вперед.

Средний и безымянный  
прижаты к ладони и  
обхвачены большим.

# Шарик



Надуваем быстро шарик.  
Он становится большой.  
Вдруг шар лопнул, воздух  
вышел -

Стал он тонкий и худой.  
Все пальчики обеих рук в  
"щепотке" и соприкасаются  
кончиками. В этом  
положении дуем на них,  
при этом пальчики  
принимают форму шара.  
Воздух "выходит", и  
пальчики принимают  
исходное положение.



# ЦЕПОЧКА



Пальчики перебираем  
И цепочку получаем.

Большой и указательный пальцы левой руки в кольце. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.

# Лодка



Лодочка плывет по речке,  
Оставляя на воде колечки.  
Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням (как ковшик).

Пароход

Пароход плывет по речке,  
И пытит он, словно печка  
Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а большие пальцы подняты вверх.

