

Пальчиковая гимнастика

Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Так же гимнастика помогает подготовить руку к письму.

ВЫПОЛНЕНИЕ ФИГУРОК ИЗ ПАЛЬЦЕВ

Дом

*Дом стоит с трубой и крышей,
На балкон гулять я вышел.*

Ладони направлены под углом,
кончики пальцев соприкасаются;
средний палец правой руки поднят
вверх, кончики мизинцев касаются
друг друга, выполняя прямую
линию (труба, балкон).



Очки



*Бабушка очки надела
И внучонка разглядела.*

Большой палец правой и левой руки
вместе с остальными образуют
колечко. Колечки поднести к глазам

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 пыхтит он, словно печка*

**Обе ладони поставлены на ребро,
мизинцы прижаты (как ковшик),
а большие пальцы подняты
вверх.**



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.

Цепь

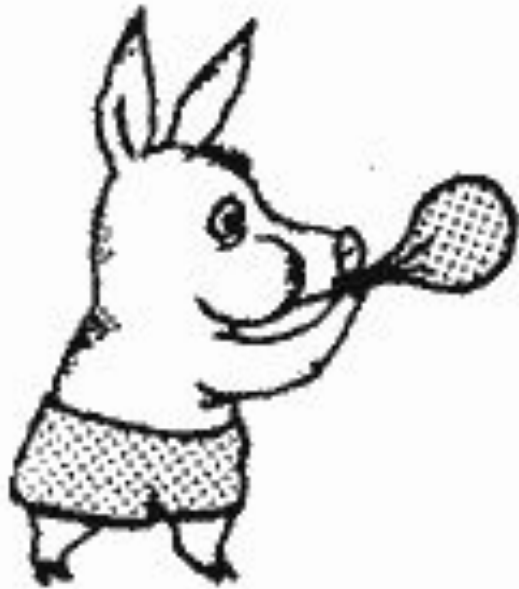
*Пальчики перебираем
И цепочку получаем.*

Большой и указательный пальцы левой руки в кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой - средний и т. д.

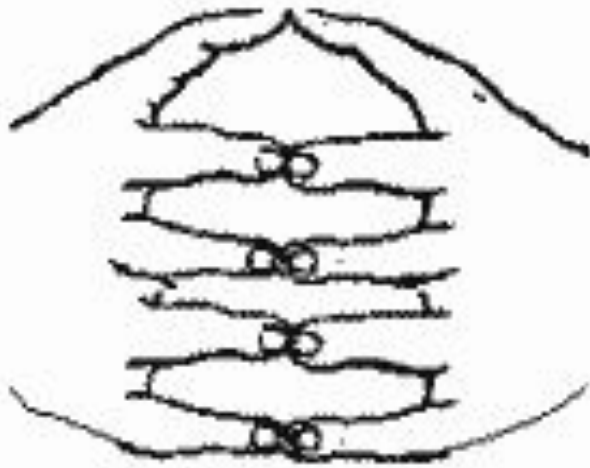
Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.



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.

Колокольчик



*Колокольчик все звенит,
Язычком он шевелит.*



Тыльные стороны рук обращены
вверх, пальцы обеих рук
скрещены, Средний палец правой
руки опущен вниз, и ребенок им
свободно вращает.

Кошка



*А у кошки ушки
Ушки на макушке,
Чтобы лучше слышать
Мышь в ее норушке.*

Средний и безымянный пальцы
упираются в большой.
Указательный и мизинец подняты
вверх.

Мышка



*Серенький комоч сидит
И бумажкой все шуршит.*



Средний и безымянный пальцы
упираются в большой.
Указательный и мизинец согнуты
в дуги и прижаты к среднему и
безымянному пальцам.

Замок



*Пальцы сплетем и замок мы
получим.*

*Повторим еще, и получится
лучше.*

Ладони прижаты друг к другу.
Пальцы переплетены. Перебираем
ими.

Птичка



*Пальчики - головка,
Крылышки - ладошка.*

Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы - головка, остальные сомкнутые пальцы - крылья. Помахать ими.

Дерево



*У дерева ствол, на стволе много веток,
А листья на ветках зеленого цвета.*

Прижать руки тыльной стороной друг к другу. Пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами.

Краб



*Краб ползет по дну,
Выставив свою клешню.*

Ладони вниз, пальцы перекрещены
и опущены вниз. Большие пальцы
к себе. Передвигаем на пальчиках
ладони сначала в одну сторону,
затем в другую.

Жук



*Жук летит, жуужжит, жуужжит
И усами шевелит.*

Пальчики в кулачок. Указательный и мизинец разведены в стороны, ребенок шевелит ими.