

# *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

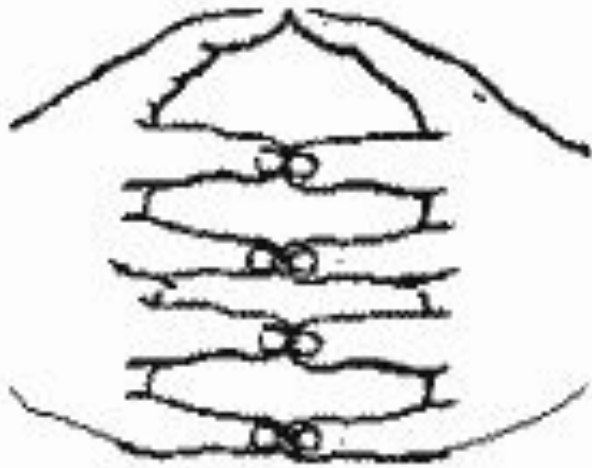
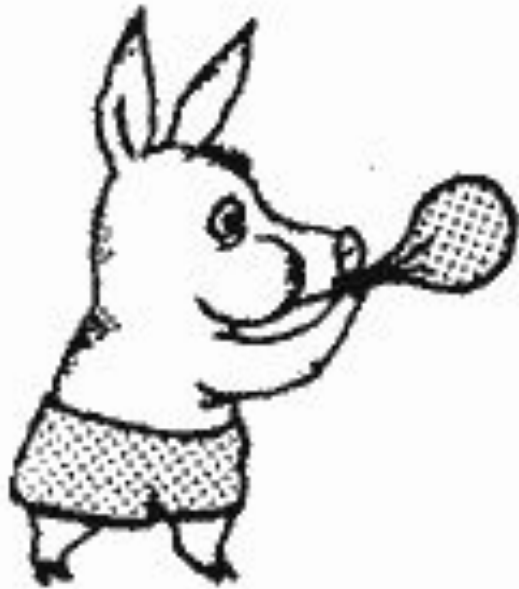
*Пальчики перебираем  
И цепочку получаем.*

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.