

Пальчиковая гимнастика

Хорошим средством для стимулирования речи и психического развития детей являются игры и упражнения на развитие мелкой моторики руки. Пальцы рук наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. Родители и педагоги, которые уделяют должное внимание упражнениям, играм, различным заданиям на развитие мелкой моторики и координации движений руки, решают сразу две задачи: во-первых, косвенным образом влияют на развитие речи и интеллектуальное развитие ребенка, во - вторых, готовят к овладению навыками письма, что в будущем поможет избежать многих проблем школьного обучения.

Одной из наиболее распространенной формой работы в данном направлении являются пальчиковые игры, способствующие развитию мелкой моторики рук и развитию речи у детей. Пальчиковые игры – это различные коротенькие сказки и рифмованные истории, обыгрывание сюжета при помощи пальцев. Они способствуют хорошему развитию мелкой моторики рук, влияющей на развитие речи, позитивно влияют на развитие интеллекта детей, а также помогают подготовить ребенка к письму и рисованию.

Пальчиковую гимнастику нужно выполнять на протяжении 2-5 минут ежедневно.

Пальчиковая гимнастика «Игрушки»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я с игрушками играю: (Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)

Мячик я тебе бросаю, *(Протягиваем руки вперед – «бросаем мяч».)*

Пирамидку собираю, *(Прямые кисти ладонями вниз кладем поочередно)*

Грузовик везде катаю. *(Двигаем перед собой кистью правой руки)*

Пальчиковая гимнастика «Игрушки»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Мой весёлый круглый мяч, *(Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)*

Щёки круглые не прячь! *(Смена рук.)*

Я тебя поймаю, *(Двумя руками, соединив одноимённые пальцы, показываем мяч.)*

В ручках покатаю! *(Покатали воображаемый мяч между ладоней.)*

Пальчиковая гимнастика «Ягоды»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

С ветки ягодки снимаю, *(Пальцы расслаблены, свисают вниз. Пальцами другой (погладить каждый пальчик от основания до самого кончика)*
И в лукошко собираю. *(Обе ладошки сложить перед собой чашечкой.)*
Будет полное лукошко, *(Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрыть другой сложенной ладошкой.)*
Я попробую немножко. *(Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой)*
Я поем ещё чуть-чуть, *(достать воображаемые ягодки и отправить их в рот.)*
Лёгким будет к дому путь! *(средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают»)*

Пальчиковая гимнастика «Осень»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Вышла осень погулять, *(«Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*
Стала листья собирать. *(Одной рукой «подбираем» листья и «кладём» в другую.)*

Пальчиковая гимнастика «Овощи»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я – зелёная капуста, *(Руки перед собой образуют круг.)*
Без меня в кастрюле пусто. *(Наклонили голову – «заглядываем в кастрюлю».)*
Листья снимете с меня, *(Разводим руки в стороны.)*
И останусь только я!

Пальчиковая гимнастика «Фрукты»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Жёлтый-жёлтый наш лимон, *(Одноимённые пальцы соединяются – показываем лимон.)*
Кислым соком брызжет он. *(Пальцы резко разводим в стороны.)*
В чай его положим *(Соединяем большой, указательный и средний пальцы одной руки и «опускаем лимон в чай».)*
Вместе с жёлтой кожей. *(Делаем вращательные движения – «помешиваем чай».)*

Пальчиковая гимнастика «Одежда»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я надена сапоги, курточку и шапку. *(Показываем на ноги, туловище, голову.)*

И на руку каждую *(Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая – проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток.)*

Натяну перчатку. *(Смена рук.)*

Пальчиковая гимнастика «Обувь»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Обуваем ножки бегать по дорожке. *(Двумя пальцами «шагают» по столу.)*

Повторяй за мной слова: *(Сжимают и разжимают пальцы.)*

Ножка – раз, ножка – два!
(Ставят два пальца на стол и поднимают по одному.)

В магазине покупают *(Сжимают и разжимают пальцы.)*

И на ножки надевают

Папа, мама, брат и я – *(Загибают пальцы на руках.)*

Любит обувь вся семья. *(«Шагают» пальцами по столу.)*

Пальчиковая гимнастика «Посуда»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Из тарелок, как один, *(Ладони вместе перед собой «тарелка».)*

Суп мы ложками едим. *(Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)*

Вилкой кушаем котлеты, *(Указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку».)*

Ножик режет нам омлеты. *(«Режем» прямой ладонью взад-вперёд.)*

Пальчиковая гимнастика «Продукты питания»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Муку в тесто замесили, *(Сжимают и разжимают пальцы.)*

А из теста мы слепили *(Прихлопывают ладонями, «лепят».)*

Пирожки и плюшки,
(Поочередно разгибают пальцы, начиная с мизинца.)

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи – *(Обе ладони разворачивают вверх.)*

Всё мы испечем в печи.

Очень вкусно! *(Гладят животы.)*