**Пальчиковая гимнастика**

«Истоки способностей и дарований детей –

на кончиках их пальцев».

Сухомлинский В.А.

Давным-давно наши наблюдательные предки заметили, что разминание, поглаживание и движение пальчиков влияют на умственное и речевое развитие малыша и играли с детьми в «Ладушки» и «Сороку-белобоку». И мы до сих пор играем. И, возможно, даже не осознаём, что занимаемся, таким образом, с ребёнком пальчиковой гимнастикой. Что же такое пальчиковая гимнастика?

Пальчиковая гимнастика – это инсценировка стихов или каких-либо историй при помощи пальцев. Пальчиковые игры – это упражнения пальчиковой гимнастики.

Такая тренировка движений пальчиков и кистей рук является мощным средством развития мышления ребёнка. В момент этой тренировки повышается работоспособность коры головного мозга. То есть при любом двигательном тренинге упражняются и руки и мозг.

Большое значение для развития детей имеют игры для развития мелкой моторики пальцев рук, игры с мозаикой, игры с пуговицами и мелкими игрушками, играми- вкладышами, мелким конструктором, конструктором типа ЛЕГО, раскрашиванием рисунков, рисованием по точкам, самомассаж пальцев и кистей рук, занятия аппликацией, разными видами шнуровки, оригами.

Очень важно, чтобы родители знали нормы двигательного развития ребенка. Вовремя принятые необходимые меры могут дать ребенку полноценное развитие.

Движение пальцев и кистей рук имеют особое развивающее значение, так как оказывают огромное влияние на развитие высшей нервной деятельности ребенка.

Предлагаем Вашему вниманию пальчиковые игры, в которые вы можете поиграть с ребенком

\*\*\*

Муку в тесто замесили,

А из теста мы слепили:

Пирожки и плюшки,

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи -

Всё мы испечем в печи.

Очень вкусно!

*(Сжимают и разжимают пальчики.)*

*(Прихлопывают ладошками, «лепят».)*

*(Поочередно разгибают пальчики, начиная с мизинца. Обе ладошки разворачивают вверх.)*

*(Гладят живот.)*

\*\*\*

С базара однажды хозяйка пришла,

С базара хозяйка домой принесла: Капусту, Картошку, Морковку, Горох, Петрушку и Свеклу. Ох!..

Овощи спор завели на столе

Кто лучше, нужней и вкусней на земле:

Капуста, Картошка, Морковка, Горох, Петрушка и Свекла. Ох!..

Тем временем ножик хозяйка взяла

И этим ножом крошить начала:

Капусту, Картошку, Морковку, Свеклу, Петрушку и горох.

Ох!..

Крышкой накрытые в душном горшке

Кипели, кипели в крутом кипятке:

Капуста, Картошка, Морковка, Горох, Петрушка и Свекла.

Ох!..

И суп овощной оказался неплох!

*(«шагаем» средним и указательным пальцем по столу)*

*(по очереди загибаем на руках пальцы)*

(*хлопок в ладоши)*

*(пальцы на обеих руках сжимаем в кулаки и потом разжимаем)*

(*загибаем пальцы на руках по очереди)*

*(хлопок в ладоши)*

*(ладонь раскрываем, другую ладонь ставим ребром и делаем режущие движения)*

*(загибаем пальцы на руках по очереди)*

(*хлопок в ладоши)*

*(раскрываем ладонь и накрываем другую руку, которая в это время сжата в кулак)*

*(по очереди загибаем пальцы на руках)*

(*хлопок в ладоши)*

*(гладим себя по животу ладошкой)*

\*\*\*

Бублик,

Баранку,

Батон

И буханку

Пекарь из теста

Испек спозаранку.

*(большой и указательный пальцы образуют круг),*

*(большой и средний пальцы образуют круг),*

*(большой и безымянный)*

*(большой и мизинец)*

*(имитация лепки хлеба)*

*(руки вперед, ладошками вверх)*

\*\*\*

Тесто ручками помнем

Сладкий тортик испечем

Серединку смажем джемом

А верхушку сладким кремом

И кокосовую крошкой

Мы присыплем торт немножко

А потом заварим чай

В гости друг-друга приглашай.

*(сжимаем и разжимаем пальчики)*

*(как будто мнем тесто)*

*(круговые движения ладошками по плоскости стола)*

*(сыплем «крошку» пальчиками обеих рук)*

*(руки вперед, ладошками вверх)*

\*\*\*

Вышел дождик на прогулку.

Он бежит по переулку.

Барабанит по окошку,

Напугал большую кошку,

Вымыл зонтики прохожих,

Крыши дождик вымыл тоже.

Сразу мокрым город стал

Дождик кончился. Устал.

*(Указательным и средним пальцами обеих рук «шагают» по столу)*

*(Загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку)*

*(Трясут ладонями, как будто отряхивают с них воду.)*

*(Кладут ладони на стол)*

\*\*\*

- Дождик, дождик, поливай

- Будет хлеба каравай,

- Будут булки, будут сушки,

- Будут вкусные ватрушки.

*(Указательным пальцем постукивать по ладони другой)*

*(образовать перед собой круг руками)*

*(похлопывать поочередно одной ладонью другую)*

*(соединить большой и указательный пальцы рук вместе, образовывая большой круг)*

\*\*\*

Если вместе мы встречаемся

Мы друг другу улыбаемся

Добрый, добрый, добрый день, нам здороваться… –

Не лень

*(Соединить ладони).*

*(Раскрыть ладони.)*

*(Ритмично большим пальчиком поочередно дотрагиваться до подушечки остальных пальцев руки (или пальцы правой руки поочередно здороваются с пальцами левой руки).*

*(Кисти раскрываются ладонями вверх.)*

\*\*\*

Красный он один такой:

Не иди,

А просто стой!

Желтый – все еще стоим

И внимательно следим

А зеленый подмигнет –

И свободен переход

*(Погрозили указательным пальцем – вперед-назад)*

*(Погрозили указательным пальцем – влево-вправо)*

*(Указательный и средний пальцы правой руки вниз.)*

*(Указательный и средний пальцы левой руки вниз.)*

*(Поднять вверх указательный палец)*

*(подмигнуть)*

*(обе руки повернули в одну сторону – «пропускающий» жест.)*

\*\*\*

Каменщик из кирпичей

Стену строит. Дом ничей.

Я маляр, я стены крашу,

Потолок и кухню вашу.

Я – электрик. Свет включу,

Только лампочку вкручу.

Приходите в новый дом

И живите долго в нем!

*(Кладем правую руку на левую, левую на правую и т.д. все выше и выше)*

*(Расслабленной кистью водим вверх-вниз)*

*(«красим потолок»), (Движение рукой влево-вправо)*

*(«Включаем» свет, нажимая на выключатель»)*

*(«Вкручиваем лампочку» - вращательные движения кистью правой руки.)*

*(Ладони «домиком»)*

*(Развести руки в стороны)*

\*\*\*

Детишки ходят в сад,

Им воспитатель рад.

Им повар варит суп

Чтоб были сыты тут.

А если скажешь: «Пчи!» -

Придут лечить врачи.

*(Указательный и средний пальцы «идут»)*

*(Разводят руки в стороны)*

*(Вращательные движения правой рукой, кисть наклонена – «помешиваем суп»)*

*(Показываем стетоскоп: указательные и средние пальцы «идут» от ушей, и руки соединяются на груди.)*

\*\*\*

Большие часы идут:

Тик-так, тик-так.

Маленькие часы идут:

Тик-так, тик-так, тик-так.

А маленькие ручные часы:

Тик-ке, так-ке, тик-ке, так-ке.

Тик-ке, так-ке, тик.

*(Движения указательными пальцами из стороны в сторону)*

*(Движения указательными пальцами из стороны в сторону быстрее)*

*(Движения указательными пальцами из стороны в сторону очень быстро)*

\*\*\*

Идет на взлет идет на взлет

Винты вращая вертолет

Идут туда

Идут сюда

По звонким рельсам поезда

А пароходы, корабли

Уходят в море от земли

*(круговые движения рукой над головой)*

*(Показывают вправо)*

(*Показывают влево)*

*(круговые движения прямыми ладонями перед собой)*

*(Ладони, соединенные кончиками пальцев – «домиком», движутся вперед пальцами вверх)*

*(Машем рукой на прощание)*

\*\*\*

Вот на небо самолет

Отправляется в полет.

Вот кораблик поплывет,

Носом волны разведет.

А от самого порога

Для машин идет дорога.

*(Прямая кисть «взлетает» вверх)*

*(Одноименные пальцы, кроме больших, соединены подушечками, протягиваем руки вперед.)*

*(Руки перед собой сжаты в кулаки и движутся по кругу - «крутим» руль»)*

\*\*\*

Спит медведь в своей берлоге,

Спит барсук и черный крот.

Только волка кормят ноги,

А не то живот сведет!

*(Ладони – под левую щеку, голову наклонить влево.)*

*(Ладони – под правую щеку, голову наклонить вправо.)*

*(Растопыренные пальцы – «лапы волка» - «идут по земле»)*

*(Положить руки на живот.)*

\*\*\*

Раз, два, три, четыре,

Мы с тобой снежок лепили,

Круглый,

Крепкий,

Очень гладкий,

Но совсем-совсем несладкий.

Раз - подбросим,

Два - поймаем,

Три - уроним

И сломаем.

*(загибать пальцы по одному)*

*(«лепить»)*

*(сделать из пальцев обеих рук круг)*

*(сделать пальцы в «замок»)*

*(погрозить пальцем)*

*(« подбросить »)*

*(«сломать»)*

*(«уронить»)*

*(постучать ладонью об ладонь)*

\*\*\*

В нашей комнате – столовой –

Есть отличный стол дубовый,

Стулья – спинки все резные,

Ножки гнутые, витые.

И ореховый буфет.

В комнате для взрослых – спальне,

Есть для платьев шкаф зеркальный,

Две широкие кровати

С одеялами на вате

И березовый комод,

Мама там белье берет.

А в гостиной кресла есть.

Телевизор смотрят здесь.

Есть журнал и стол журнальный,

В стенке – центр музыкальный.

*(на каждое название мебели загибать по одному пальцу сначала на правой, потом на левой руке)*

\*\*\*

Я по лестнице иду,

Свой этаж я сам найду.

Там я знаю, дверь моя,

Сам ее открою я.

*(«Идем» указательными и средним пальцами «по лестнице»)*

*(То же самое другой рукой)*

*(Рисуем в воздухе прямоугольник)*

*(Изображаем «поворот ключа» и «открываем дверь»)*

\*\*\*

На горе мы видим дом

Много зелени кругом

Вот деревья, вот кусты

Вот душистые цветы

Окружает все забор

За забором – чистый двор

Мы ворота открываем

К дому быстро подбегаем

В дверь стучимся:тук-тук-тук.

Кто-то к нам идет на стук?

В гости к другу мы пришли

И гостинцы принесли

*(сложите домик из ладоней: все пальцы соприкасаются кончиками – “крыша дома”)*

*(сделайте волнообразные движения руками)*

*(изобразите деревья и кусты)*

*(сделайте из ладоней “бутон”)*

*(изобразите забор. можно нарисовать пальцем в воздухе зигзагообразную линию)*

*(погладьте ладонями стол или воздух)*

*(изобразите открывающиеся ворота)*

*(пальцы “побежали” по столу)*

*(кулаками по столу)*

*(приложите ладонь к уху, как будто прислушиваетесь)*

*(вытяните руки вперед, как будто что-то несете)*

\*\*\*

Пришла зима,

Принесла мороз.

Пришла зима,

Замерзает нос.

Снег,

Сугробы,

Гололед.

Все на улицу — вперед!

Теплые штаны наденем,

Шапку, шубу, валенки.

Руки в варежках согреем

И завяжем шарфики.

Зимний месяц называй!

Декабрь, Январь, Февраль.

*(трем ладошки друг о друга)*

*(пальцами массажируем плечи и предплечья)*

*(трем ладошки друг о друга)*

*(ладошкой массажируем кончик носа)*

*(плавные движения ладонями)*

*(кулаки стучат по коленям попеременно)*

*(ладони шоркают по коленям разнонаправлено)*

*(одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте, кулак (меняем))*

*(ладонями проводим по ногам)*

*(ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами)*

*(круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони)*

*(ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи)*

*(ладони стучат по коленям)*

*(кулак, ребро, ладонь)*

\*\*\*

Засиделись в избушке братцы.

Захотел меньшой прогуляться

Да скучно ему гулять одному.

Зовет он братца вдвоем прогуляться.

Да скучно им гулять двоим.

Зовут братца втроем прогуляться.

Грустно старшим сидеть в избе.

*(Все пальцы соединяются в щепоть, рука расслабляется.)*

Зовут они братцев домой к себе.

*(Поднять руку, ладонь выпрямлена, пальцы сомкнуты.)*

*(Отвести вбок мизинец строго в плоскости ладони и задержать его в этой позиции на 2-3 секунды.)*

*(Мизинец чуть покачивается, затем возвращается на исходную позицию.)*

*(Вбок отвести два прижатых друг к другу пальца: мизинец и безымянный; задержать их в этой позиции на 2-3 секунды.)*

*(Мизинец и безымянный чуть покачиваются, затем возвращаются в исходную позицию.)*

*(Отвести вбок три прижатых друг к другу пальца: мизинец, безымянный и средний. Задержать их в этой позиции на 2-3 секунды.)*

*(Большой и указательный пальцы четыре раза соединяются кончиками.)*

*(При повторении игры работает другая рука. Когда движения станут привычными, можно попробовать играть* *двумя руками одновременно.)*

\*\*\*

Мама, мамочка моя,

Как же я люблю тебя!

Буду я белье стирать,

Мыть посуду, вытирать,

Подметать и мыть полы –

Вовсе не для похвалы!

Уберу свои игрушки,

Сам помою руки, ушки

И, чтоб радовался ты,

Подарю тебе цветы!

*(Самомассаж подушечек пальцев, один палец на одну строку)*

*(смена рук)*

\*\*\*

У зверей четыре лапы.

Когти могут поцарапать.

Не лицо у них, а морда.

Хвост, усы, а носик мокрый.

И, конечно, ушки

Только на макушке.

(*поднимаем и опускаем 4 пальца на обеих руках)*

*(пальцы двигаются как коготки)*

*(соединить пальцы двух рук, образовав шарик, по очереди разъединять пальцы, опуская их вниз)*

*(волнообразные движения рукой, «рисуем» усы, круговые движения пальцем по кончику носа)*

*(растираем ладонями уши)*

*(массажируем две точки на темени)*

\*\*\*

Дружат в нашей группе девочки и мальчики,

Мы с тобой подружим маленькие пальчики,

Раз, два, три, четыре, пять,

Начинай считать опять.

Раз, два, три, четыре, пять,

Мы закончили считать.

*(пальцы рук соединяются ритмично в «замок»)*

*(ритмичное касание одноименных пальцев обеих рук)*

*(поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинца)*

*(руки виз, встряхнуть кистями)*