

Упражнения для пальчиков

Предлагаю вашему вниманию подборку упражнений для развития мелкой моторики.



ДРУЖБА

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики (*обхватить правой ладонью левую и, покачивать в ритме стихотворения*)

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики (*обхватить левую ладонь правой и покачивать в ритме стихотворения*)

Один, два, три, четыре, пять.

Пять, четыре, три, два, один (*соединить пальчики обеих рук, начиная с большого. Затем соединять, начиная с мизинца*)

МЫ ПИСАЛИ

Мы писали, мы писали,

Наши пальчики устали (*ритмично сжимать и разжимать кулаки*).

Вы скачите, пальчики (*пальчики "скачут" по столу*),

Как солнечные зайчики (*указательный и средний пальцы вытянуть вверх, остальные выпрямить и соединить*).

Прыг скак, прыг скак, Прискакали на лужок (*пальчики "скачут" по столу*).

ВЕТЕР

Ветер травушку качает,

Влево-вправо наклоняет (*легкие движения кистями рук вправо влево*).

Вы не бойтесь ветра, зайки (*погрозить пальчиком*).

Веселитесь на лужайке (*на последнюю строку помахать пальцами обеих рук*).

ЗАМОК

На дверях висит замок (*пальцы в замочек, слегка покачивать*).

Кто его открыть бы смог? (*"замочком" вперед-назад*)

Мы замочком повертели (*повертеть "замочком"*),

Мы замочком покрутили (*пальцы остаются сомкнуты, а ладошки трутся друг о друга*).

Мы замочком постучали (*пальцы сомкнуты, а ладошки стучат друг о друга*),

Постучали, и открыли! (*показать ладошки*)



СЕМЬЯ

Предложите ребёнку согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем слушая потешку, по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.

- Этот пальчик - дедушка,

- этот пальчик - бабушка,

- этот пальчик - матушка,
- этот пальчик - батюшка,
- Ну а этот пальчик - я.
- Вот и вся моя семья.



Упражнения для пальчиков. Тема "Фрукты"

Фрукты

(Соединение пальчиков, начиная с мизинцев, в ладони зажат мячик-шарик, старайтесь не уронить). Дети соединяют по одной паре пальцев на каждую стихотворную строку, при этом ладони не касаются друг друга.

На базар ходили мы, (мизинцы)

Много груш там и хурмы, (безымянные пальцы)

Есть лимоны, апельсины, (средние пальцы)

Дыни, сливы, мандарины, (указательные пальцы)

Но купили мы арбуз - (большие пальцы)

Это самый вкусный груз. (пальцы сжимают в кулак, зажимая шарик, большой отводят вверх)



Толстый палец и большой в сад за сливами пошел,

Указательный с порога указал ему дорогу.

Средний палец – самый меткий,

Он сбивает сливы с ветки.

Безымянный собирает,

А мизинчик-господинчик

В землю косточки бросает (поочередно соединяем все пальцы с большим пальцем на каждую строку стихотворения).

И. Демьянов

Апельсин

Мы делили апельсин.

Много нас, а он – один (руки поочередно сжимаем в кулачки и разжимаем)

Эта долька - для ежа,

Эта долька - для чижа,

Эта долька - для утят,

Эта долька - для котят,

Эта долька - для бобра (сгибаем по очереди пальцы, начиная с большого, образуется кулачок),

А для волка - кожура (потрясти кистями обеих рук).

Он сердит на нас , беда,

Разбегайся, кто куда! (шагающие движения указательным и средним пальцами по столу, имитируя бег).

Компот

Будем мы варить компот.
Фруктов нужно много, вот. ("варят" - мешают пальчиком на ладошке)
Будем яблоки крошить,
грушу будем мы рубить, (ребром ладони стучат по другой ладошке)
Отожмем лимонный сок,
Слив положим и песок. (сжимают кулачки)
Варим, варим мы компот,
угостим честной народ! (снова "варят")

Яблочко

Яблонька, яблонька,
где же твои яблочки? (пальчики вверх, пошевелить - будто веточки)
Заморозил их мороз?(кулачки)
Или ветер их унес? (плавные движения кистями)
Или молния спалила?(закрывать глаза ладошками)
Или градом их побило?(постучать подушечками пальцев по столу)
Или птицы поклевали?(изобразить, как птицы клюют зернышки со стола)
Не морозил их мороз, и не ветер их унес. (повторить все движения по порядку)
Не спалило их огнем,
Града не было с дождем,
Птицы их не поклевали...
Дети оборвали! (показать круглые ладошки, будто в них лежит яблочко)

Пальчиковая гимнастика (к лексической теме "Дом и его части")



Маляры

Красят домик маляры для любимой детворы. (кисти рук, вверх-вниз.)
Если только я смогу, малярам я помогу. (круговые движения кистями рук)

Питер

Питер играет с одним молотком,
С одним молотком, с одним молотком.
Питер играет с двумя молотками,
С двумя молотками, с двумя молотками.
Питер играет с тремя молотками,
С тремя молотками, с тремя молотками.

Питер играет с четырьмя молотками,
С четырьмя молотками, с четырьмя молотками.
Питер играет с пятью молотками,
С пятью молотками, с пятью молотками.

Методические указания. На первые две строчки — кулаком правой руки ударять по столу, на третью и четвертую — кулаками обеих рук, на пятую и шестую - ударяем двумя кулаками и топаем одной ногой, на седьмую и восьмую - ударяем двумя руками и топаем двумя ногами, на последние строчки, кроме этого, киваем головой.

Дом на горе

На горе мы видим дом. *(кистями рук изобразить домик)*
Много зелени кругом. *(волнообразные движения кистями рук.)*
Вот деревья, вот кусты. *(руками «показать» деревья, кусты.)*
Вот душистые цветы. *(пальцами «показать» бутон.)*
Окружают весь забор. *(пальцами «показать» забор.)*
За забором - чистый двор. *(погладить ладонями стол.)*
Мы ворота открываем. *(кистями «показать», как ворота открываются.)*
К дому быстро подбегаем. *(пальцами «пробежаться» по столу.)*
В дверь стучимся: «Тук-тук-тук!». *(постучать кулаком по столу.)*
Кто-то к нам идет на стук. *(ладонь приложить к правому уху, прислушаться.)*
В гости к другу мы пришли и гостинцы принесли. *(вытянуть руки вперед, как будто преподнося что-то.)*

Щели

Вот забор. *(пальцы правой руки плотно прижать друг к другу.)*
В заборе щели. Пальцы в них пролезть хотели. *(раздвинуть пальцы.)*
Сунул голову Большак. *(просунуть большой палец левой руки между большим и указательным пальцами правой.)*
Дальше не пройти никак! *(крепко зажать большой палец.)*
Вслед за ним застрял Указка. *(указательный палец левой руки между указательным и средним пальцами правой.)*
Середняк хотел - напрасно! *(средний палец левой руки между средним и безымянным пальцами правой)*
Безымянный - безуспешно! *(безымянный левой руки между безымянным и мизинцем правой.)*
Хоть один прошел? Конечно!
Щуплый маленький мальчишка,
брат Мизинчик, коротышка, весь прошел забор и вот по двору уже идет. *(мизинец несколько раз согнуть-разогнуть, потом помахать им.)*
Помощь братьям оказал: из щелей их всех достал. *(каждый палец по очереди освободить из плена.)*

Строим дом

Целый день тук да тук -
Раздается звонкий стук. *(руки сжаты в кулаки, большой палец поднят вверх, постукивает по указательным пальцам.)*
Молоточки стучат, *(стучать кулаком о кулак).*
Строим домик для ребят. *(пальцы соединить, показать "крышу").*
Вот какой хороший дом, *(сжимать-разжимать пальцы).*
Как мы славно заживем. *(вращать кисти рук).*

Домик

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).

Мой дом

Пусть мой домик кос и крив,
Посмотри, как он красив!

Видишь – из окошка

Выглянула кошка! *(сложить ладони, образовав «крышу».* *Посмотреть на «домик» со всех сторон)*

Ветер воет: «У-у-у!

В клочья домик разорву!» *(сильно подуть на «домик»)*

Но он крепкий, домик мой,

Хоть косой он и кривой! *(сблизить ладони, покачать соединенными ладонями влево - вправо)*

Пусть неделю ветер воет –

Домик мой меня укроет! *(поднять «крышу» над головой)*

Дом с воротами

На поляне дом стоит, *(пальцы обеих рук делают «крышу»)*

Ну, а к дому путь закрыт. *(руки повернуты ладонями к груди, средние пальцы соприкасаются, большие - вверх – «ворота»)*

Мы ворота открываем, *(ладони разворачиваются)*

В этот домик приглашаем. *(«крыша»)*