

Пальчиковая гимнастика

«Человечки»

Побежали вдоль реки дети наперегонки (движение указательных и средних пальцев по поверхности стола от себя к краю)

А потом домой назад дети к ужину спешат (движение указательных и средних пальцев по поверхности стола от края к себе).

«Пальчики шагали»

Пальчики шагали, раз, два, (движение указательных и средних пальцев по поверхности стола, имитирующее шаги)

А потом бежали, раз, два, (движение указательных и средних пальцев по поверхности стола, имитирующее бег)

А потом попрыгали, прыг-скок, прыг-скок (движение указательных и средних пальцев по поверхности стола, имитирующее прыжки)

А потом спрятались в кулачок (пальцы сжать в кулаки).

«В домике»

Раз, два, три, четыре, пять (разжимание пальцев из кулака по одному, начиная с большого),

Вышли пальчики гулять (ладонь раскрыта).

Раз, два, три, четыре, пять (сжимание по очереди широко расставленных пальцев в кулак, начиная с мизинца),

В домик спрятались опять (ладонь сжата в кулак).

«Прогулка»

(При выполнении этого упражнения дети сидят на своих местах и ритмично, поочередно, скачками двигают по поверхности стола от себя к его противоположному краю прямые пальцы обеих рук.)

Вышли пальчики гулять (пальцы сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу),

А вторые — догонять (ритмичные движения по столу указательных пальцев).

Третьи пальчики — бегом (движение средних пальцев в быстром темпе),

А четвертые — нешком (медленное движение безымянных пальцев по поверхности стола),

Пятый пальчик поскакал (ритмичное касание поверхности стола мизинцами)

И в конце пути упал (хлопок кулаками по поверхности стола).

«Зайцы»

Скачет зайка косою («зайчик» правой рукой)

Под высокой сосной («дерево» правой рукой),

Под другою сосной («дерево» левой рукой)

Скачет зайка второй («зайчик» левой рукой).



«Зайчик» «Дерева»

«Дом и ворота»

На поляне дом стоит («дом»),

Ну а к дому путь закрыт («ворота»).

Мы ворота открываем (ладони разворачиваются параллельно друг другу),

В домик в гости приглашаем («дом»).



«Дом»



«Ворота»

«В домике»

Стол стоит на толстой ножке («стол»).

Рядом стульчик у окошка («стул»),

Два бочонка под столом («бочонки» обеими руками).

Вот такой я видел дом («дом»).



«Стол»



«Стул»



«Бочонок»



«Дом»

«Замок»

На двери висит замок (ритмичные быстрые соединения пальцев рук в «замок»),

Кто открыть его бы смог (повторение движений)?

Потянули (пальцы сцеплены в «замок», руки потянуть в одну, потом другую сторону),

Покрутили (движение кистями рук со сцепленными пальцами от себя к себе),

Постучали (пальцы сцеплены, основания ладоней постучать друг о друга)

И - открыли (пальцы расцепить, ладони в стороны)!



«Замок»

«В гости»

В гости к пальчику большому

(пальцы сжать в кулачки, поднять вверх большие пальцы обеих рук)

Приходили прямо к дому

(«дом»)

Указательный и средний,

Безымянный и последний

(называемые пальцы каждой руки по очереди соединяются с большим пальцем)

И мизинчик-малышок

(все пальцы сжаты в кулак, мизинцы выставить вверх)

Сам забрался на порог.

(Постучать кулачками друг о друга)

Вместе пальчики-друзья.

(Ритмично сжимать пальчики в кулачки и разжимать)

Друг без друга им нельзя.

(«Замок»)



«Дом»



«Замок»