

Пальчиковая гимнастика – залог успешного умственного развития ребенка!

Рекомендуем играть с ребенком 3-4 раза в день по 6-8 минут

«Дружба»

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

«В гости»

В гости к пальчику большому
Приходили прямо к дому
Указательный и средний

Безымянный и последний,
Сам мизинчик-малышок
Постучался на порог.
Вместе пальчики-друзья,
Друг без друга им нельзя

«Домик»

Раз, два, три, четыре, пять

Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять

В домик спрятались опять.

«Прогулка»

Пошли пальчики гулять

А вторые догонять.

Третьи пальчики бегом,
А четвертые пешком

Пятый пальчик поскакал

И в конце пути упал.

«Человечки»

Побежали вдоль реки
Дети наперегонки

«Засолка капусты»

Мы капусту рубим,
Мы морковку трем,

Мы капусту солим,

Пальцы обеих рук соединяются ритмично в замок
Ритмичное касание пальцев обеих рук.

Поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца.
Руки вниз, встряхнуть кистями.

Выставляем вверх большие пальцы.
Соединяем под углом кончики пальцев обеих рук.
Поочередно называемые пальцы соединяются с большими на двух руках одновременно.
Пальцы сжаты в кулак, вверх выставляем только мизинцы.
Кулаки стучат друг о дружку.
Ритмичное сжатие пальцев в кулак на обеих руках.

Разжимаем пальцы из кулака по одному, начиная с большого.
Ритмично разжимаем все пальцы вместе.
Сжимаем по очереди широко расставленные пальцы в кулак, начиная с мизинца.
Ритмично сжимаем все пальцы вместе.

Пальцы обеих рук сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу
Ритмичные движения по столу указательными пальцами.
Движения средних пальцев в быстром темпе.
Медленное движение безымянных пальцев по поверхности стола.
Ритмичное касание поверхности стола обоими мизинцами.
Хлопок обоими кулаками по поверхности стола.

Движение указательного и среднего пальцев обеих рук по поверхности стола от себя к краю (повторить несколько раз)

Резкие движения прямыми кистями вниз и вверх.
Пальцы обеих рук сжаты в кулаки, движение кулаков себе и от себя.
Движение пальцев, имитирующее посыпание солью из щепотки.

«Замок»

На двери висит замок.
Кто открыть его бы мог?
Потянули,

Покрутили,
Постучали

И открыли!

«Дом и ворота»

На поляне дом стоит,

Ну а к дому путь закрыт.

В этот домик приглашаем.

«Цветок»

Вырос высокий цветок на поляне,

Утром весенним раскрыл лепестки.
Всем лепесткам красоту и питание
Дружно дают под землей корешки

«Зайцы»

Скачет заякa кoсoй

Пoд вoсoкoй сoснoй.

Скaчeт зaйкa втoрoй.

«Птичка»

Птички полетели,

Крыльями махали,
На деревья сели
Вместе отдыхали

Ритмичные быстрые соединения пальцев двух рук в замок.

Пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны.

Движение сцепленными пальцами от себя, к себе.

Пальцы сцеплены, основания ладоней стучат друг о друга.

Пальцы расцепляются, ладони в сторону.

Пальцы обеих рук под углом друг к другу, широко расставлены, соприкасаются только кончики одноименных пальцев.

Большие пальцы обеих рук – вверх, внутренняя сторона ладоней к себе, остальные пальцы в горизонтальном положении вместе; кончики средних пальцев соприкасаются. Ладони поворачиваются параллельно друг другу.

Пальцы обеих рук под углом друг к другу, широко расставлены, соприкасаются кончики одноименных пальцев.

Руки в вертикальном положении, ладони друг к другу, развести пальцы и слегка округлить их.

Развести пальцы рук.

Ритмичное движение пальцами вместе – врозь.

Ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.

Указательный и средний пальцы правой руки вверх, остальные выпрямить и соединить.

Ладонь правой руки вертикально вверх, пальцы широко расставлены.

Указательный и средний пальцы левой руки вверх, остальные выпрямить и соединить.

Большой палец отогнуть в горизонтальное положение сверху присоединить сомкнутые прямые остальные пальцы.

Махи ладонями с широко раскрытыми пальцами.

Руки вверх, все пальцы широко расставить.

Большой палец отогнуть в горизонтальное положение сверху присоединить сомкнутые прямые остальные пальцы.