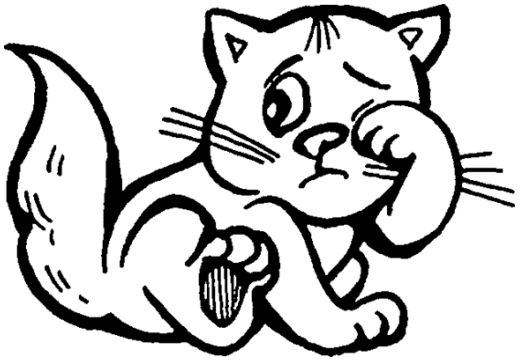
Пальчиковые игры

Очень важной частью работы по развитию мелкой моторики являются пальчиковые игры, которые активизируют работу головного мозга ребёнка, способствуют развитию речи и помогают подготовить руку к письму.
В ходе этих игр у детей вырабатываются ловкость, умение управлять своими действиями и концентрировать внимание на одном виде деятельности.
К 5 годам дети уже научаются выполнять задания, требующие достаточной точности и согласованности движений кистей рук.
Все упражнения, предлагаемые здесь, надо выполнять в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала одной, а затем другой рукой. Следите за правильностью их выполнения. Делайте упражнения в течение нескольких минут, 2—3 раза в день.



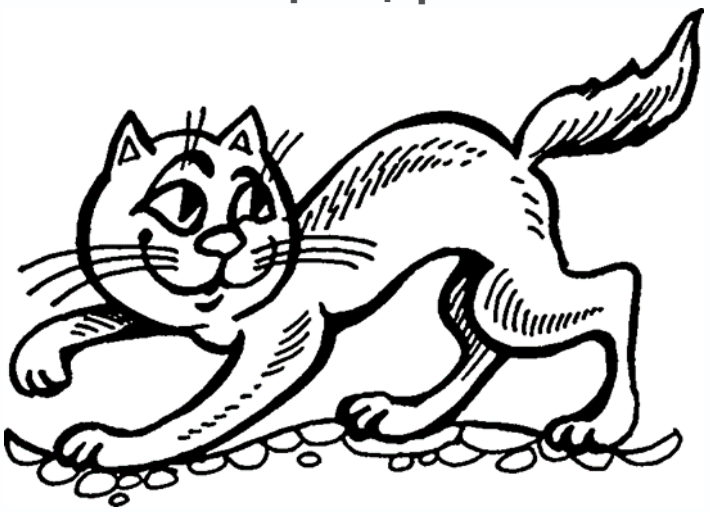
1. "Котёнок"

Сожмите и разожмите пальцы обеих рук.
Ты, котёнок, не пищи! Лучше маму поищи.

2. "Белка"

Поочерёдно разгибайте все пальцы, начиная с большого. Сначала выполняйте упражнение правой рукой, а затем — левой.
Сидит белка на тележке, Продаёт она орешки Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке, Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.

3. "Цап-царап"



Ребёнок кладёт свою ладонь поверх вашей. Вы читаете стишок, а малыш внимательно слушает вас. При словах "цап-царап" он должен отдёрнуть ручку, чтобы его пальчики не попали в ваш "капкан". Затем в игру вступает другая рука. Через некоторое время можно поменяться ролями.

По ладошке, по дорожке Ходит маленькая кошка, В маленькие лапки Спрятала царапки. Если вдруг захочет — Коготки поточит. Цап-царап!

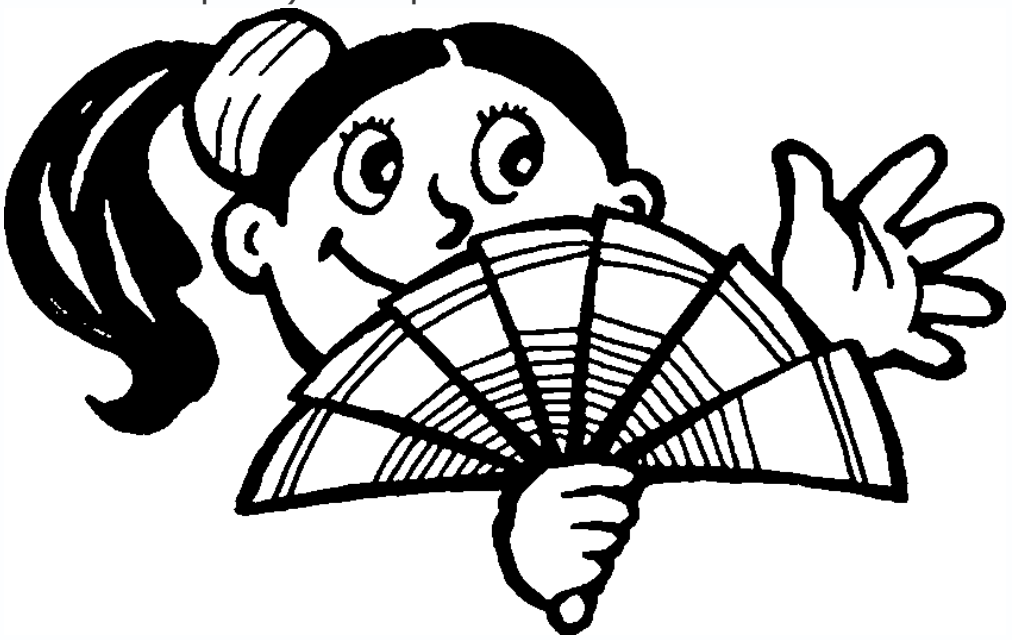
4. "Весёлые пальчики"

Сожмите пальцы в кулак. Поочерёдно разгибайте их, начиная с большого. Затем поверните кисть вправо-влево 5 раз.

Большой палец —танцевал, Указательный — скакал, Средний палец —приседал, Безымянный — всё кружился, А мизинчик — веселился.

5."Веер"

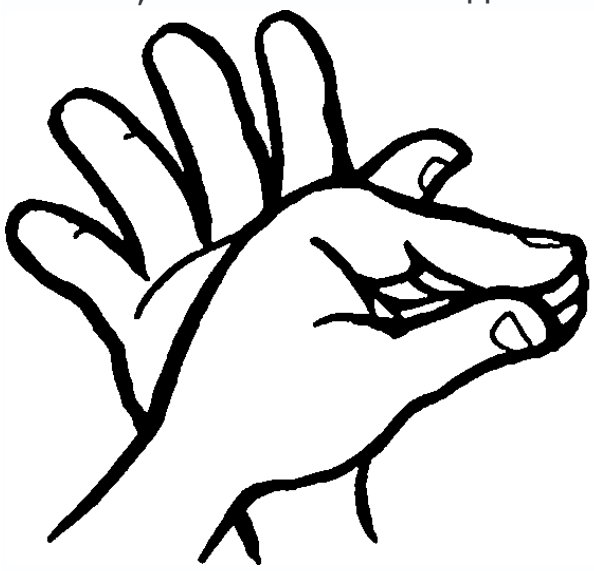
Ладони держите перед собой, пальцы прижаты ("веер закрыт"). Широко расставьте, а потом прижмите пальцы друг к другу ("открываем и закрываем веер"). Помашите кистями на себя и от себя ("обмахиваемся веером") 6—8 раз.



6. "Павлин"

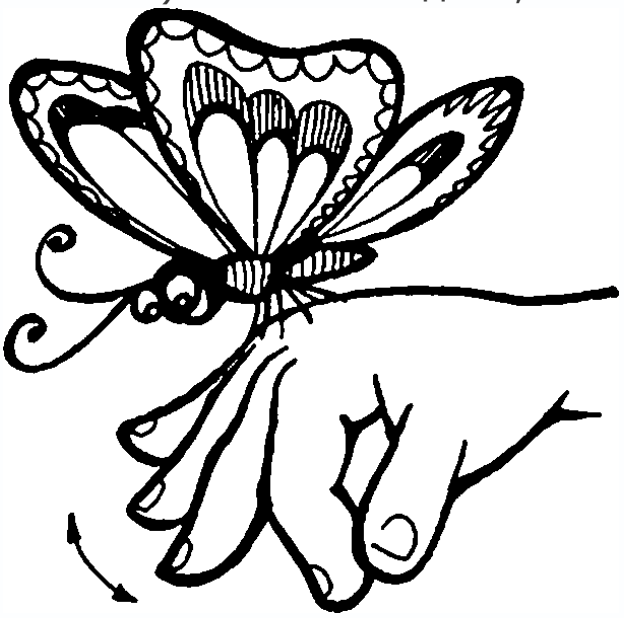
Все пальцы левой руки присоедините к большому пальцу. Ладонь правой руки с раскрытыми пальцами приставьте к тыльной поверхности левой руки ("хвост павлина"). Соединяйте и расставляйте пальцы ("павлин раскрывает и закрывает хвост").

У весёлого павлина Фруктов полная корзина. В гости ждёт друзей павлин, А пока павлин один.

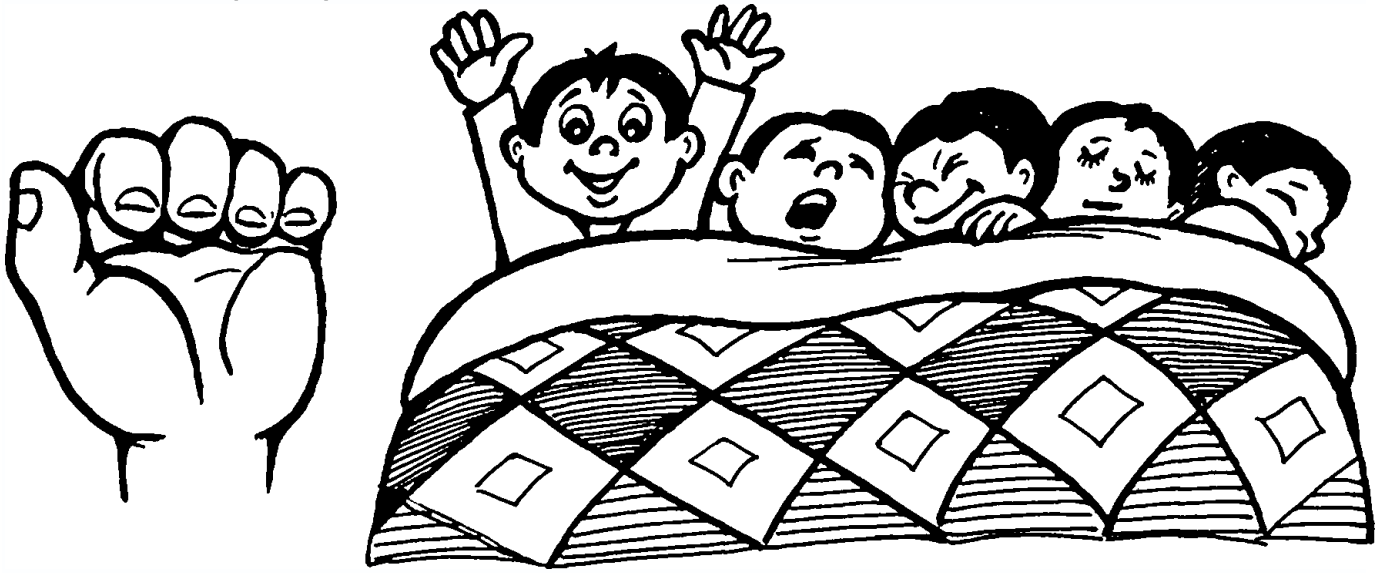


7. "Бабочка"

Сожмите пальцы в кулак. Поочерёдно выпрямите мизинец, безымянный и средний пальцы, а большой и указательный соедините в кольцо. Выпрямленными пальцами делайте быстрые движения ("бабочка машет крыльями") — сначала одной, потом другой рукой.



8. "На зарядку становись!"

Поочерёдно пригибайте пальцы к ладошке, начиная с мизинца. Затем большим пальцем касайтесь всех остальных, как бы поднимая их на зарядку. После этого сделайте зарядку — 5 раз сожмите и разожмите кулачок.

Пятый палец — крепко спал. Четвёртый палец —лишь дремал. Третий палец —засыпал. Второй палец — всё зевал. Первый палец бодро встал, На зарядку всех поднял.