

Пальчиковые игры и упражнения.

Уважаемые родители! Я рекомендую вам поиграть в очень интересные пальчиковые игры и упражнения

Исследования учёных доказали, что уровень развития детской речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук

Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит - развивать речь ребёнка.

Также известно, что на основе проведённых опытов и обследования большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребёнок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которые не только оказывают благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребёнка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, это в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

для детей младшего дошкольного возраста

ШАЛУН

Наша Маша варила кашу

Кашу сварила, малышей кормила.
(чертить круговые линии на ладошке малыша)
Этому дала, этому дала,
Этому дала, этому дала,

(загибать пальцы с проговариванием соответствующих слов)

А этому - не дала.
Он много шалил,
Свою тарелку разбил.
(со словами последней строчки пальцами другой руки брать мизинчик и слегка покачивать)

БЕЛОЧКА

(по мотивам народной песенки)
Сидит белка на тележке,
Продаёт свои орешки;
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке косолапому,
Заиньке усатому.
(поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с большого)

ДЕТКИ

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем пальчики считать -
Крепкие, дружные,
Все такие нужные.
(поднять кисть правой (левой) руки вверх, широко раздвинуть пальцы; поочерёдно сгибать их в кулачок, начиная с большого)

Тише, тише, тише, не шумите!

Наших деток не будите!

Птички станут щебетать,

Будут пальчики вставать.

(раскачивать кулачок вверх-вниз по ритмике стихотворных строк, а на слове “вставать” - открыть кулачок, широко раздвинув пальцы)

ПО ГРИБЫ

Раз, два, три, четыре, пять,
Мы идём грибы искать!
Этот пальчик в лес пошёл,
Этот пальчик гриб нашёл.
Этот пальчик чистить стал.
Этот пальчик жарить стал,
Этот пальчик всё съел,

Оттого и потолстел.
(попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)

ПАЛЬЧИКИ

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять!
Раз, два, три, четыре, пять,
В домик спрятались опять.
(поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке)

ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ

Раз, два, три, четыре, пять, (загибать пальцы, начиная с большого)
Будем листья собирать. (сжимать и разжимать кулачки)
Листья берёзы, листья рябины, (загибать пальчики, начиная с большого)
Листья тополя, листья осины,
Листики дуба мы соберём.

ЕСТЬ ИГРУШКИ У МЕНЯ

Есть игрушки у меня: (хлопать в ладоши)
Паровоз и два коня,
Серебристый самолёт,
Три ракеты, вездеход,
Самосвал,
Подъёмный кран. (загибать поочередно пальчики)

ПАСТУШОК

Ой, ду-ду, ду-ду, ду-ду,
Потерял пастух дуду. (пальцы обеих рук сложены колечком и поднесены ко рту, имитировать игру на трубе)

А я дудочку нашла,
Пастушку я отдала. (хлопки в ладоши)
Ну-ка, милый пастушок,
Ты спеши-ка на лужок,
Там Бурёнка лежит
На теляток глядит.
А домой не идёт,
Молочка не несёт.
Надо кашу варить,

Деток (можно произносить имя вашего малыша)
Кашей кормить. (указательным пальцем одной руки круговые движения по ладошке другой руки)

ОЧКИ

(большой палец правой и левой руки вместе с остальными образуют колечко, колечки поднести к глазам)
Бабушка очки надела
И внучонка разглядела.

СТУЛ

(левая ладонь - вертикально вверх, к её нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе); если малыш легко выполнит упражнение, можно менять положение руки на счёт раз)

Ножки, спинка и сиденье -

Вот вам стул на удивленье.

СТОЛ

(левая рука - в кулачок, сверху на кулачок опускается ладошка; если ребёнок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук: правая рука в кулачке, левая ладонь сверху кулачка)

У стола 4 ножки

Сверху крышка, как ладошка.

ЛОДКА

(обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням, как ковшик)
Лодочка плывёт по речке,
Оставляя на воде колечки.

ПАРОХОД

(обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а большие пальцы подняты вверх)

Пароход плывёт по речке

И пытит он, словно печка.

КОЗА

(внутренняя сторона ладони опущена вниз, указательный палец и мизинец выставлены вперёд, средний палец и безымянный палец прижаты к ладони и охвачены большим пальцем)

У козы торчат рога,

Может забодать она.

ЖУК

(пальчики сжаты в кулачок, указательный палец и мизинец разведены в стороны, ребенок шевелит ими)

Жук летит, жук жужжит

И усами шевелит.

ДОМИК

Я гуляю во дворе (хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой
рукой)

Вижу домик на горе (ритмичные хлопки ладошками)

Я по лесенке взберусь (раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев)

И в окошко постучусь.

Тук, тук, тук, тук! (поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой)

ЗАМОК

На двери висит замок (руки в замке)
Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая)
Потянули, (потянули)
Покрутили, (вращаем руки)
Постучали (стучим основанием ладоней)
И – открыли! (руки разжимаются)

КОМАР

Летит муха вокруг уха, жжж (водим пальчиком вокруг уха)
Летят осы вокруг носа, ссс (водим пальчиком вокруг носа)
Летит комар, на лоб - оп (пальчиком дотрагиваемся до лба)
А мы его - хлоп (ладошкой до лба)
И к уху, зззз (зажимаем кулачок, подносим его к уху)
Отпустим комара? Отпустим! (подносим кулачок ко рту и дуем на него, разжимая ладошку)

КОТИК

(выполнять действия по смыслу)

Котик лапкой умывается
Видно, в гости собирается
Вымыл носик.
Вымыл ротик.
Вымыл ухо.
Вытер сухо.

ТАБУНОК

Это помощники мои, (руки находятся на столе, ладони вниз).

Их как ты хочешь, поверни. (поворачиваем ладони в разные стороны)

По дороге серой, гладкой

(проводим руками по столу)

Скачут пальцы, как лошадки.

Скок-скок-скок, скок-скок-скок,

Скачет наш табунок. (продвижение вперед левой, а потом правой рукой, сгибая и разгибая пальцы рук).

В ГОСТИ

К Жоре гости прибежали (пальчики рук «бегут» по столу)

Все друг другу ручки жали. (делаем несколько рукопожатий)

Здравствуй, Миша! (большие и указательные пальцы рук соединяем подушечками, образуя кольца)

Здравствуй, Вера! (Соединяем подушечки средних и больших пальцев)

Рад, Гриша! (соединяем безымянные и большие пальчики)

Рад, Лера! (здороваются большие пальцы и мизинчики)

Хотите пирожок?

(ладошки соединяем в виде пирожка)

А может, коржик? (показываем раскрытые ладошки)

Или же рожок? (сжимаем кулачки на обеих руках)

Вот горох вам на дорожку. (ребенок раскрывает свои ладошки, а вы легонько стучите по ним, как будто сыпется горох)

Вы берите понемножку! (ребенок щиплет ладошку, как бы собирая горох)

С ручек все встряхните крошки. (трясем кистями рук и хлопаем в ладошки)

РЕПКА

Мы репку сажали, (пальцами как будто роем ямку на ладошке)

Репку поливали. (имитируем, как из лейки льется вода)

Выросла репка (выпрямляем все пальчики рук)

Хороша и крепка! (ладонь открытая, пальцы согнуть в крючочки. Этими крючочками своих пальцев возьмитесь за крючочки ребенка и тяните. Каждый тянет в свою сторону.)

А вытянуть не можем!

Кто нам поможет?

Тянем-потянем, тянем-потянем! Ура! (расцепляем руки, трясем кистями).

ОЛАДУШКИ

Когда мама месит тесто,

Всем так интересно

(одна рука сжата в кулачок, как будто держит кастрюльку, другой делаем движения, словно месим)

Ладушки, ладушки!

(дружно хлопаем в ладоши)

Что пекли? Оладушки.

(одной рукой как-будто держим сковородку, другой словно льем на нее тесто)

Раз – оладушек для папы.

(как бы раскладываем оладушки по воображаемым тарелкам)

Два – оладушек для мамы.

Три —

Четыре —

(называем разные имена людей, которые знает ребенок)

А Миша-дружок

Получает пирожок!

(сцепляем кисти рук)

Очень вкусно!

ХОЗЯЙСТВО

Наши уточки с двора:

Кря-кря-кря. (пальцы слаживаем как раскрытый клюв)

Наши гуси у пруда: Га- га- га. (как будто открываем, закрываем клюв)

Наши гуленьки в саду: Гу- гу-гу. (руки поднимаем вверх, машем кистями)

Наши курочки в окно: Ко-ко-ко. (стучим указательным пальчиком)

А вот Петя-петушок рано-рано поутру (спину выпрямляем, голову поднимаем, руки ставим в стороны)

Нам споет: Ку-ка-ре-ку! (машем руками как крыльями и кукарекаем)

МОИ ПАЛЬЧИКИ

Мои пальчики расскажут, (хлопаем в ладоши с растопыренными пальчиками)

Что умеют – нам покажут. (пальцы рук прикасаются к друг с другу 4 раза)

Их 5 на каждой руке. (показываем растопыренные пальцы)

Сделать все смогут, всегда помогут. (хлопаем в ладоши)

Они на дудке играют, (далее все движения соответствуют тексту)

Вещи стирают,

Везде подметают,

Щиплют, ласкают,

Мячик кидают-

Пять и пять моих быстрых пальчиков. (показываем пальцы обеих рук)

ПИРОГ

Тесто ручками помнем, (сжимаем и разжимаем пальчики)

Пирог сладкий испечем. (слаживаем ладони обеих рук в виде пирога)

Серединку смажем джемом, (гладим пальчиками ладонь одной руки)

А верхушку вкусным кремом. (приподнимаем ладошки выше и выполняем круговые движения)

И кокосовой крошкой

Присыпаем пирог немножко, (имитируем посыпание крошки пальчиками обеих рук)

А потом и чай заварим, (как-будто помешиваем чай)

Пирогоми вас одарим. (слаживаем пальцы в кулачки)

ЖУЧОК

Этот маленький жучок по земле гуляет, (Перебираем пальцами по ступням.)
Листик сладенький найдёт и его кусает. (Щипаем ступни.)
Чтоб ещё листочек съесть,
Хочет он повыше влезть. (Перебираем пальчиками по ногам (со ступней до коленей)).
Этот маленький жучок по траве гуляет...(Перебираем пальцами по коленям).

Этот маленький жучок по кустам гуляет... (Перебираем пальцами по животу).

Этот маленький жучок выше залезает, (Перебираем пальцами по груди).
Вот он ямочку нашёл, ("Жучок заползает" в ямочку на плече у шеи.)
Лёг и отдыхает. (Пальчики сжимаем в кулаки.)
Он не будет вас кусать,
Хочет он чуть-чуть поспать. (Опускаем голову вниз, глаза закрываем.)

КОТЯТА

(Ладонки складываем, пальцы прижимаем друг к другу. Локти опираются о стол).
У кошечки нашей есть десять котят, (Покачиваем руками, не разъединяя их).
Сейчас все котята по парам стоят:
Два толстых, два ловких,
Два длинных, два хитрых,
Два маленьких самых
И самых красивых. (Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).

ПТИЧКИ

Птички прилетали,
Крыльями махали.
Сели. Посидели.
И дальше полетели.
(пальцами обеих рук производить движения вверх- вниз)

ЛАДОНЬ-КУЛАК

Хочешь? Тоже делай так:
То ладонь, а то - кулак.
(руки положить на стол, ладони прижаты к столу; одновременно сжать два кулачка {позиция "кулак"- "кулак"}; разжать пальцы одной руки и прижать её к столу {позиция "рука" - "кулак"}; для усложнения увеличить темп движения)

