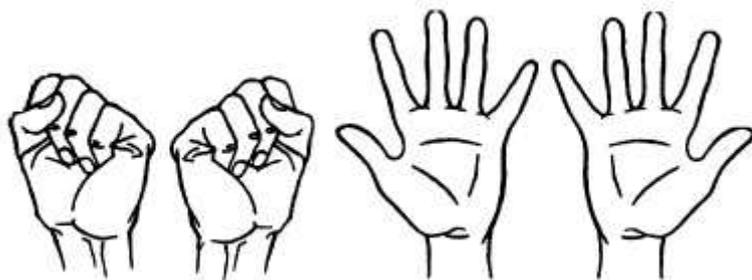


ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

Занятия и упражнения



У тебя есть две руки,
Есть и десять пальчиков.
Десять ловких и веселых,
Быстрых чудо-мальчиков.
Будут-будут наши пальчики трудиться,
Не пристало чудо-мальчикам лениться!

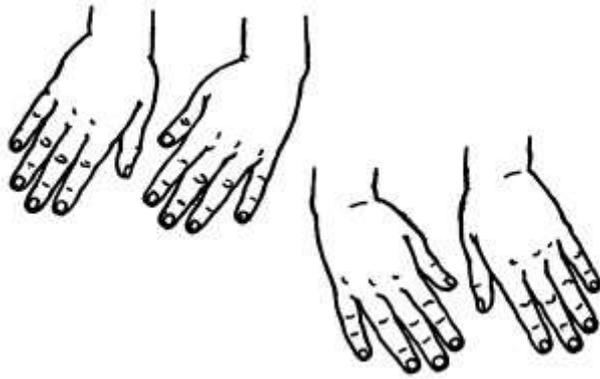


Сжимать в кулачки и разжимать пальцы двух рук.

УТОЧКА



На волнах качаясь,
Уточка плывет. |
То нырнет, то вынырнет
– Лапками гребет.

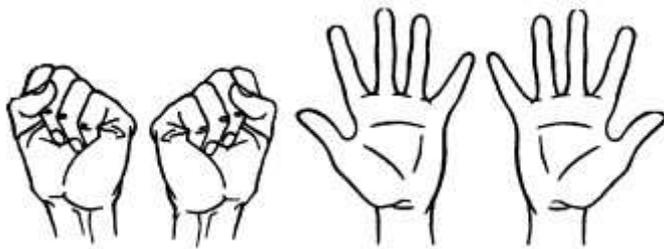


Совершать плавные движения кистями обеих рук справа налево, затем имитировать движения лапок утки в воде.

ЛИСТОЧКИ

Ты весной видел чудо? Как из маленький из почки Появляются листочки.

Сложить ручки в кулачок, а затем разжать их.



КОТИК



Гладим котика рукой.

Выгнул спинку он дугой.

Потянулся он, зевнул,

Замурлыкал и заснул.

Одной и другой рукой сделать расслабляющие упражнения для пальцев.

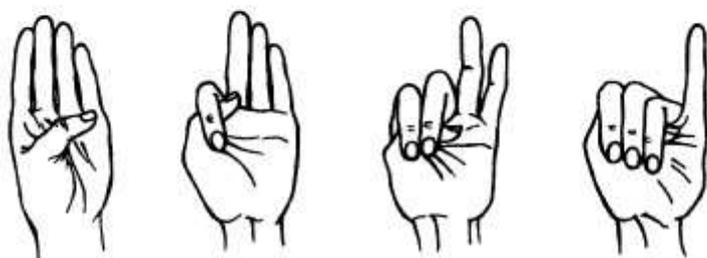
ОВОЩИ

Собираем мы в лукошко

И морковку, и картошку.

Огурцы, фасоль, горох

– Урожай у нас не плох.



Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого. Со слов: «Урожай у нас не плох», охватывать весь кулачок.

КУЛАЧОК

Как фасолинки в стручке,

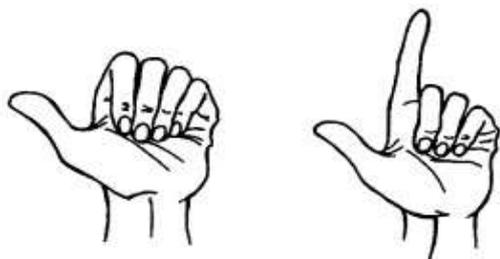
Наши пальцы в кулачке.

Кулачки мы разгибаем

И фасольки рассыпаем.

Раз, два, три, четыре, пять

– Собираем все опять.



Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.

МАСЛЕНИЦА

Положи блинок в ладошку

Угости мурлыку-кошку,

Угости щенка Трезорку,

Потом мальчика Егорку,

Дай блиночек мамочке,

Дай блиночек папочке.

Первая строчка – прочертить пальцем круг на ладошке.



На следующие пять строчек загибать пальцы с приговариванием соответствующих слов.

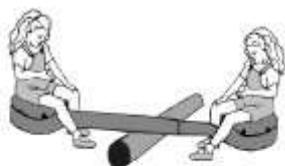
КАЧЕЛИ

Дети сели на качели,

И качели вверх взлетели.

Опустились плавно вниз.

Ну-ка, с нами прокатись!



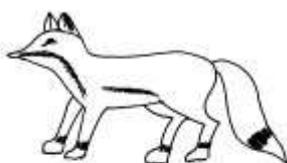
Упражнение выполнять вначале правой, затем левой рукой, далее – двумя руками. От запястья кисти рук с прямыми согнутыми пальцами поднимать вверх, а затем, слегка согнув пальцы, мягко опускать вниз.

ГУСАК

Долго кланялся гусак.

Он поклоны класть мастак.

ЛИСА

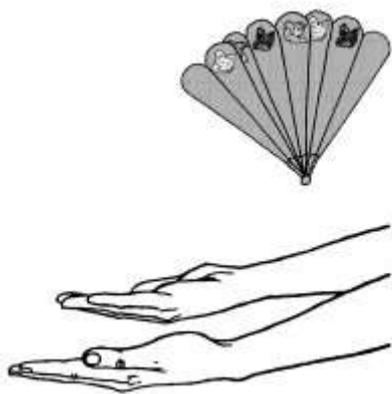


Лиса по лесочку петляла,

Хвостом следы заметала.

Соединить все подушечки пальцев руки и движениями пальцев и запястья раскачивать кисть вверх – вниз, затем вправо – влево.

ВЕЕР



Если в знойный летний день

Даже двигаться нам лень

– Мы возьмем красивый веер,

И подует легкий ветер...

Расслабить руки от локтя, превратив их в большой веер, которым обмахивают лицо в жаркий день.

ЗА ГРИБАМИ

Мы положим в кузовок

Самый маленький грибок:

Подосиновик, волнушку

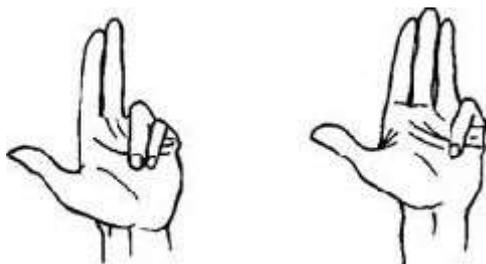
И забавную свинушку

Белый, рыжик, сыроежку,

Подберезовик, конечно,

А красавец мухомор

Пусть украсит косогор!



Поочередно загибать пальцы, начиная с мизинца.

БЕЛОЧКА

Сидит белочка в тележке,

Продает она орешки:

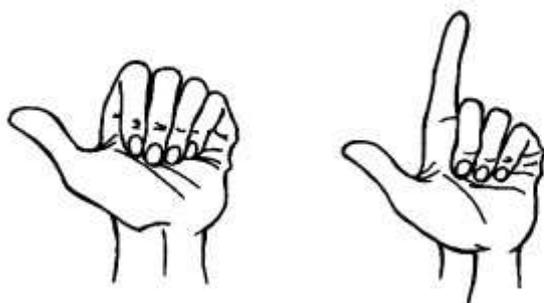
Лисичке-сестричке,

Воробью, синичке,

Мишке толстопятому,

Заиньке усатому...

(Народная песенка)



Поочередно разгибать пальцы, начиная с большого.

КУРИЦА

Как по нашей улице

Пробегала курица,

Растеряла всех цыплят -

Шустрых желтеньких ребят:

Первый цыпленок

Следит за лягушкой,

Второй и третий -

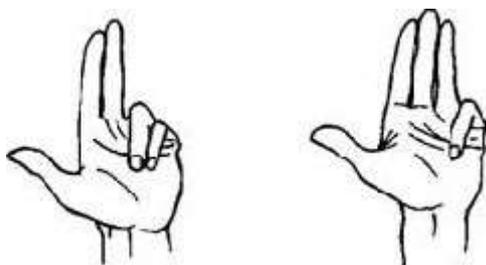
Возле кадушки.

Бабочку ловят

Четвертый и пятый.

Эх, попадет вам

От мамы, ребята!



Поочередно загибать пальцы, начиная мизинца.

ПАЛЬЧИКИ – СОЛДАТИКИ



Командир позвал солдат:

«Становитесь дружно в ряд!

Первый встал, за ним – второй,

Безмянный, быстро в строй!»



Поочередно разгибать пальцы, начиная с большого. Затем большим пальцем касаться всех остальных – «будить». Одновременно с восклицанием «Ура!» кулачок разжать, широко расставив пальцы в стороны.

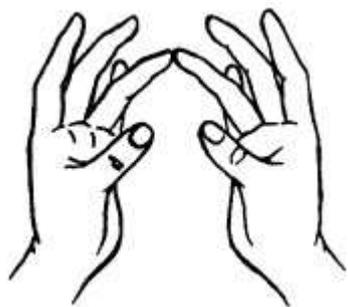
ВСТРЕЧА

На правой ручке – пальчики.

На левой ручке – пальчики.

Пришла пора им встретиться

– Готовьте чемоданчики!



Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, прикасаясь друг к другу кончиками.



ВОЛНА

Светит полная луна

– За волной бежит волна,

Ветер веет на просторе,

И всю ночь волнует море

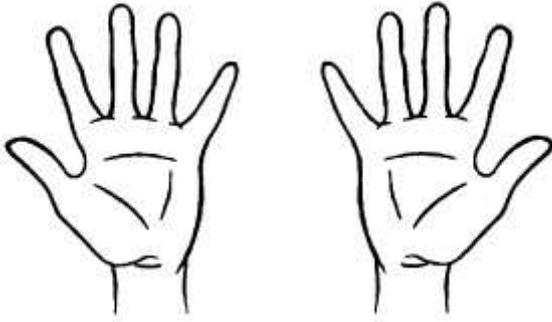


Волн спокойных мерный шум

Усыпляет праздный ум...

Но так долго вредно спать

– Нам давно пора вставать.



Соединить пальцы двух рук в замок, совершать волнообразные движения сцепленными руками. Затем разжать пальцы сразу двух рук.

ЗАМОК

Сцепим пальчики в замок

Чтоб войти чужой не мог.

Пустим только белочку,

Ежика и зайчика,

Пустим только девочку,

Пустим только мальчика.



Сцепить пальцы двух рук «в замок». При произнесении слов: «Пустим только...» – ладони разводить в стороны, затем быстро соединять.

ИГРА В ПРЯТКИ



Прячься, Петенька,

Прячься, Анечка,

Прячься, Зиночка,

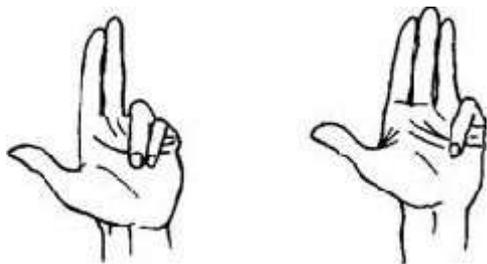
Прячься, Манечка!

Не найдет вас

Веселый мальчик,

Хоть и самый

Большой он пальчик.



Поочередно сгибать все пальцы правой, затем левой руки, начиная с мизинца.

МЕДВЕДЬ

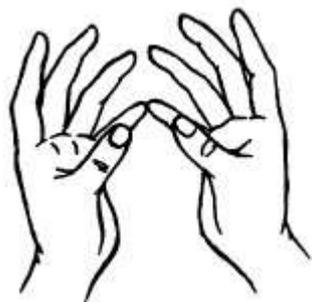
Бурый мишенька зимой

Крепко спал в берлоге.

Весною он проснулся,

Зевнул и потянулся:

«– Здравствуй, рыжая лисичка,
– Здравствуй, белочка-сестричка!
– Здравствуй, серенький волчонок!
– Здравствуй, беленький зайчонок!»



Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Прodelать то же самое левой рукой.

ДРУЖНЫЕ РЕБЯТКИ

Здравствуй, Петенька!

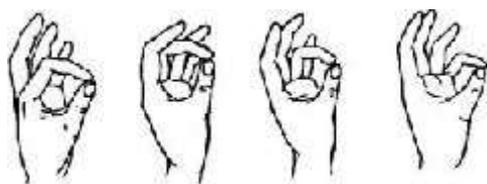
Здравствуй, Анечка!

Здравствуй, Зиночка!

Здравствуй, Манечка!

Ах, и дружные ребятки,

Поиграем вместе в прятки.



Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.

ЩЕЛЧОК

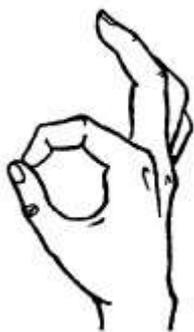
Один щелчок,

Другой щелчок

– Я так смогла,

И ты так смог!

Кончик указательного пальца правой руки сильно вдавить в подушечку большого пальца. Остальные пальцы поднять вверх.



ЛАПКИ

Стоит на задних лапках кот,

И в гости мышек он зовет.

Показывает лапки,

А лапки – цап-царапки!

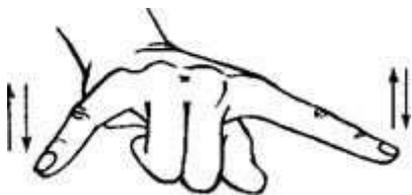


Поджать подушечки пальцев правой руки к верхней части ладони. Большой палец прижать к указательному Произносить громко «мяу!» несколько раз. Можно продолжать игру со второй рукой. В заключение провести занятие двумя руками.

ЖУК

Указательный палец резким движением вперед делает сильный щелчок в воздух (несколько раз). По аналогии выполнять щелчки средним, безымянным пальцами и мизинцем.

Жук сидит на веточке. Вы не бойтесь, деточки. Попробуйте-ка сами Пошевелить усами!



Сжать кулачок. Указательный палец и мизинец развести в стороны («усы»). Пошевелить «усами».

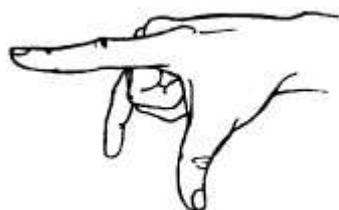
КОМАРИК

Комарик летит,

Комарик пищит,

Не нравится нам

Его аппетит!



Сжать кулачок. Указательный палец выдвинуть вперед – это «хоботок», которым «комарик» пытается «укусить». Мизинец и большой палец, расслабив, опустить вниз – это «лапки».

ЩЕНОК

Крутит хвостиком щенок

– Увидал в саду цветок.



Вытянуть указательный палец правой руки и вращать им, затем то же самое – пальцем левой руки.

ВЕРТОЛЕТ

Вверх взлетает вертолет,

Будь внимательным, пилот!

Четыре пальца левой руки, кроме большого, сжать в кулак. Большой палец поднять вверх и выполнять круговые движения.



Вертолет лети, лети,

Лопастей быстрей крути.



Пальцы обеих рук, кроме указательных и больших – в положении плетеной корзинки. Указательные пальцы выдвинуть вперед и соединить их подушечками (получается «хвост вертолета»).

Ножки

Вот бегут босые ножки

Прямо к речке по дорожке



Указательный и средний пальцы правой, затем левой руки «ходят» по столу.

Дождик

Дожди к-дожди к,

Не дожди!

Не дожди!

Ты подожди!

Выйди, выйди, солнышко

– Золотое доньшко.

(Народная потешка)

Барабанчики

Твои пальчики-барабанчики

Там-там-там

Тук-тук-тук

Раздаётся звонкий звук



Подушечки правой и левой руки прижать к столу. Попеременно постукивать ими по поверхности стола, как игра на пианино.

КОЗА

Идет коза рогатая

За малыми ребятами.

– Кто кашу не ест?

Молоко не пьет?

Забодаю, забодаю...

Бородатая коза

Крутит серые глаза.

Рогами качает

– Сейчас забодает.



(Народная потешка)

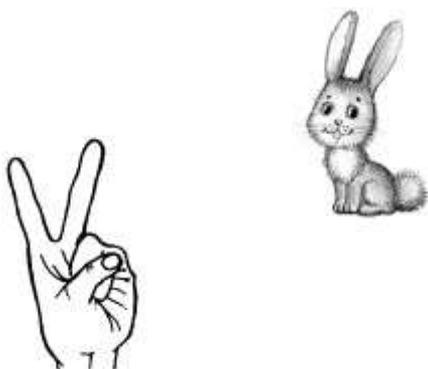
Пальцы рук поджать, только указательный и мизинец держать выпрямленными. Это – «коза». Со словами: «Забодаю, забодаю!» – «коза» начинает двигаться вперед.



Зайчик

Зайка серый, что дрожишь?

От лисы ты убежишь.

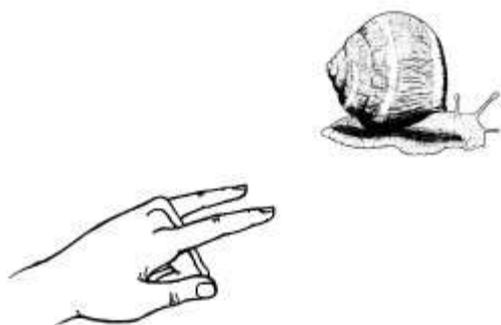


Локтем опереться на стол, указательный и средний пальцы развести в стороны, остальные сжать в кулачок.

УЛИТКА

Выставив крутые рожки,

Ползет улитка по дорожке.

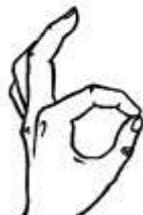


Пальцы сжать в кулачок. Выдвинуть указательный палец и мизинец. Продвигаясь медленно вперед, «улитка» шевелит «усиками».

КОЛЬЦО

Выйди, Оля, на крылечко

Подарю тебе Колечко.



Большой и указательный пальцы соединить в кольцо, остальные развести в стороны.

Складываем пальчики -

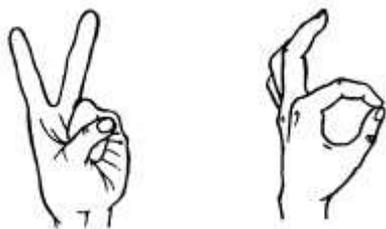
Получились зайчики

Ещё раз сложили -

Колечко получили.



Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую:



1) пальцы – в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны;

2) большой и указательный пальцы соединить в кольцо, остальные пальцы развести в стороны.

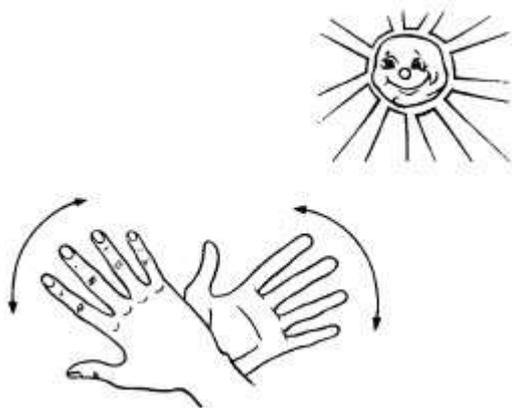
Солнышко

Солнышко в глазки

Светит ребятам

Мы поиграем

С солнышком в прятки



Образовать два кружка из больших и указательных пальцев обеих рук, соединив их.

СТУЛ

Без молотка,

И без гвоздей,

Стул смастерим мы

Для гостей!



Левую руку поднять вертикально вверх. Прямые пальцы плотно прижать друг к другу. Правую руку в положении кулачка прижать к левой ладошке большим пальцем к себе. Если упражнение выполняется легко, то можно менять положение рук попеременно на счет «раз»-«два».

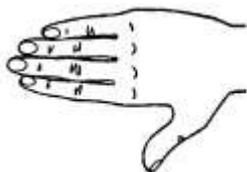
ФЛАЖОК

Сложи-ка, дружок,

Из пальцев флажок!

Флажок мы возьмем,

На праздник пойдём.



Четыре прямых пальца правой руки, кроме большого, плотно прижать друг к другу. Отвести правую руку в сторону. Развернуть ее так, чтобы большой палец, оттянутый до отказа, оказался внизу.

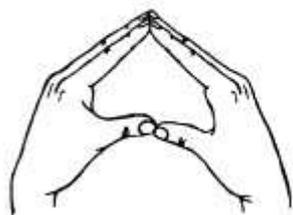
ДОМ

Мы построим новый дом

Дружно в доме заживём

В нашем домике-окошко

Загляни туда Антошка.



Создать угол «крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом. Большие пальцы соединить по прямой линии. Получится треугольная «крыша» с «окном». Раздвинуть шире запястья, а локти прижать к туловищу.

ФОНАРИК – ШАРИК

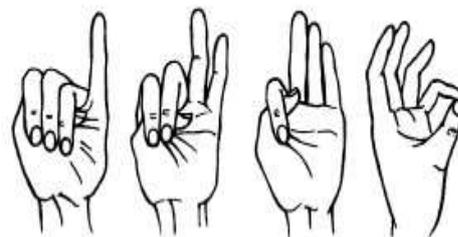
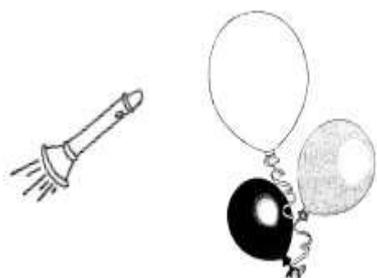
Взяли в руки мы фонарик,

А потом – воздушный шарик.

Светит, светит нам фонарик,

Запускаем в небо шарик.

Кончики пальцев обеих рук прижать друг к другу ладошками образовать маленькую, а затем большую окружность.



МИЗИНЧИК

Наш мизинчик

Утром встал,

Безымянного поднял.

Средний пальчик потянулся,

Указательный проснулся.

Должен и большой вставать,

– Братьев в садик провожать.

Кисти руки сжать в кулачок. Поочередно разгибать пальцы, начиная с мизинца. С последней фразой большим пальцем и мизинцем касаться друг друга.

ПАЛЬЧИКИ

Сел на диванчик

Маленький мальчик.

Сел рядом с ним

Безымянный пальчик.

Средний сел и указательный,

А большой

следит внимательно.

– Пальчик-мальчик,

Где ты был?

– С этим братцем

– В лес ходил.

С этим братцем – Щи варил.

С этим братцем – Кашу ел.

С этим братцем – Песни пел!

(Народная песенка)



Поочередно сгибать и разгибать цы, начиная с мизинца.

Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы.

УТРО

Светит солнышко в окошко

Под окошком дремлет кошка.

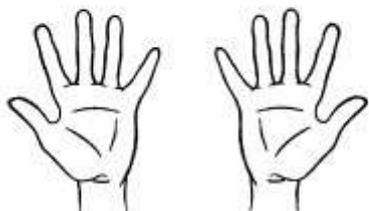


Ладони скрестить, пальцы широко раздвинуть, образуя «солнышко и лучики».

Деревья

Появились мы из почки

По утру дрожат листочки.

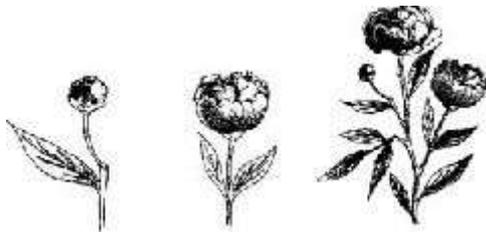


Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы

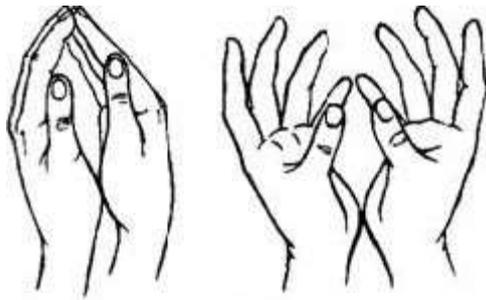
пион

Распускается бутон

– Превращается в пион.



Подушечки пальцев обеих рук сомкнуть. Ладони немного округлые. Получается «бутон». Нижние части ладоней прижать друг к другу а пальцы широко раздвинуть по кругу и немного прогнуть. Получается «цветок».



34

БАБОЧКА

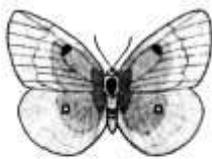
Бабочка-капустница

Над цветком летала,

Весело порхала

– Пыльцу собирала.

Скрестить запястья рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу Пальцы прямые. Легким, но резким движением рук в запястьях имитировать полет бабочки.



ПТЕНЧИКИ

Приносила пташка

Птенчикам букашек.

Птенчики ждали

– Рты разевали,

Громко кричали.



Все пальцы правой руки обхватить левой ладонью. Получается «гнездо». Шевеление пальцами правой руки создает впечатление живых птенцов в гнезде.

ПО БРЕВНЫШКУ

По бревну, по бревнышку

Проползла бокашечка,

Пролетела бабочка,

Пропорхала пташечка.

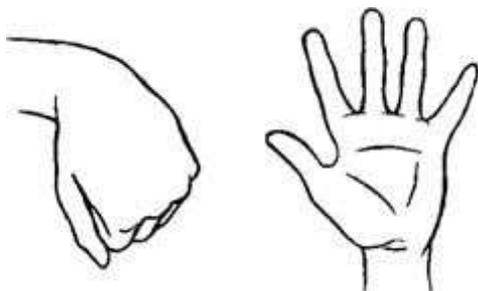
(Народная потешка)

Передвигать пальцы левой и правой руки по поверхности стола, имитируя перемещение букашки. Скрестить запястья рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. Легким, но резким движением рук в запястьях имитировать полет бабочки и пташечки.

Дом

Мы с тобою красим дом

Дружно в нём мы заживём



Синхронно двигать кисти обеих рук из положения висящих кулачков до поднятых вверх кистей с раздвинутыми в стороны пальцами.

ЦВЕТЫ

Расцвели в саду цветы

Небывалой красоты.

К солнцу тянутся цветочки,

Пять волшебных лепесточков.

Синхронно двигать кисти обеих рук из положения висящих кулачков до поднятых вверх кистей с раздвинутыми в стороны пальцами.

ПТИЧКА

На ладонь посадим птичку,

Кормим милую синичку.

Птичка зернышки клюет,

Деткам песенку поет:

«Тень, тень, потетень,

Я летаю целый день».



Ждёт синичку пять птенцов —

Голосистых молодцов.

Детки в гнездышке сидят

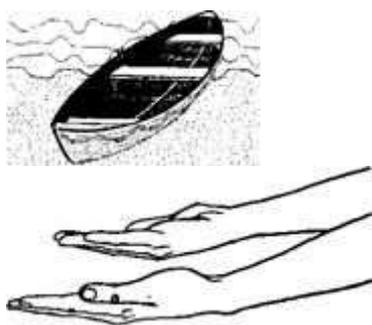
И, конечно, есть хотят.

Поставить руку локтем на стол. Пальцы сложить в виде клюва. Ритмично наклонять кисть к ладошке, имитируя движение, как птичка клюет зернышки.

Лодочка

Миля в лодочке плывет,

Песни весело поет.



Ладонь руки – вверх, сложить пальцы «лодочкой». Плавно совершать качающие движения руки влево-вправо.

ВЕСЕЛЫЙ ОРКЕСТР

Дали мы Антошке

Веселую гармошку.

Взял наш Петя барабан,

Коле нравится баян.

На трубе дудит Егор

– Веселится весь наш двор!



Имитировать игру на разных музыкальных инструментах.

СЧИТАЛОЧКА

Гусь гнездо свое чинил,

Гусь считалку сочинил,

И гогочет, и гогочет:

Заучить считалку хочет!

(Г. Лагздынь)

Большой и указательный пальцы соединить в «клюв», а остальные – в кулачок.



ГУСЬ

Ты сердитый белый гусь,

Но тебя я не боюсь!

Поставить руку локтем на стол, все пальцы – прямые. Четыре пальца, кроме большого, выдвинуть вперед и плотно прижать друг к другу («голова гуся»). Большой палец опустить немного вниз. Получается «гусь» с открытым «клювом».

ЧЕРЕПАХА

Черепашка в пруд ползет – Домик на спине везет. Ты быстрее, быстрее ползи! Домик весело вези!

Подушечками пальцев и нижней частью ладони прикоснуться к столу, образуя «полушарие». Вытянуть указательный палец с упором на стол и подтянуть им вперед весь домик «черепашки» средним, безымянным пальцами и мизинцем.



БРАТЦЫ

Ходили по два братца

К морю прогуляться.

Ну а старший не гулял,

Он за столик всех сажал,

Вкусной кашей угощал.

Ладонь положить на стол. Прямые пальцы соединить. Раздвинуть в стороны поочередно две пары пальцев: сначала мизинец и безымянный, затем – средний и указательный. Большим пальцем «звать» братьев и «кормить» их кашей.

ВЯЖЕМ ШАРФИК

То крючок, то петелька,

Вяжем шарфик Петеньке.

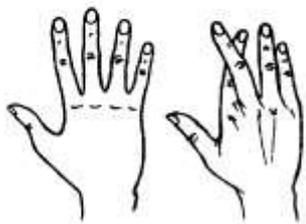
Сцепить мизинцы обеих рук друг с другом, как два крючка, чтобы их трудно было расцепить. По аналогии делать фигуры и другими парами пальцев: безымянными, средними, указательными и большими.

КРЕСТИКИ – НОЛИКИ

Крестики и нолики

– У ребят на столике.

X		X
0	0	
X		0



А попробуйте, друзья,

Девочки и мальчики,

Крестики и нолики

Складывать из пальчиков!

Кисти рук с прямыми пальцами положить на стол:

- 1) крестики – зацепить безымянный палец за мизинец или средний за указательный. Удерживать это положение пальцев как можно дольше;
- 2) нолики – соединить подушечками большой палец с указательным, затем – со средним, безымянным пальцами и с мизинцем.

КРУЖОК

Постарайся-ка, дружок, Сложить пальчики в кружок!

Раз – кружок, два – кружок, Теперь три, четыре, пять – Начинаем все опять.

А вот эти пальчики – Два драчливых мальчика.



Соединить подушечками большой палец с указательным, затем со средним, безымянным пальцами и с мизинцем.

КУЛАЧОК

Сжали ручку в кулачок,

Положили на бочок:

Чок– чок, кулачок,

Чок– чок, на бочок!



Руки положить на стол:

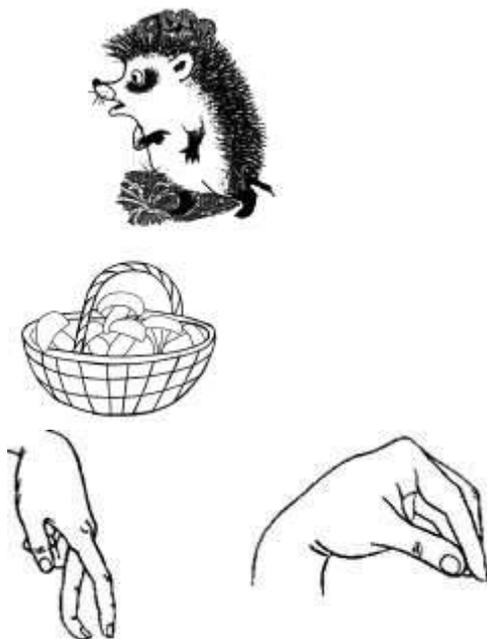
- ладони прижать к столу;
- одновременно сжать два кулачка (позиция «кулак» – «кулак»);
- разжать пальцы одной руки и прижать ее к столу (позиция «рука» – «кулак»);

Для усложнения увеличить темп движения.

ЕЖИК

Шел по лесу Хмурый ежик. Не жалел Коротких ножек.

Нес детишкам Он грибочки. Растерял их Возле кочки.



Пальцы правой и левой руки как будто шагают по парте. Затем пальцами обеих рук «собирать» потерянные грибочки.

ПАЛЬЧИКИ

Встают послушно пальчики,

Воспитанные мальчики.

Стоят – не шелохнутся,

Зови – не отзовутся.



Поочередно разгибать пальцы правой, затем левой руки, начиная с большого. Широко расставить пальцы в стороны, на некоторое время зафиксировать их в этом положении.

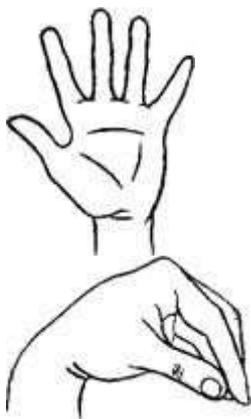
БУСИНКИ

Рассыпались у Люсеньки

Все маленькие бусинки.

Их соберем в коробочку,

Наденем на веревочку.

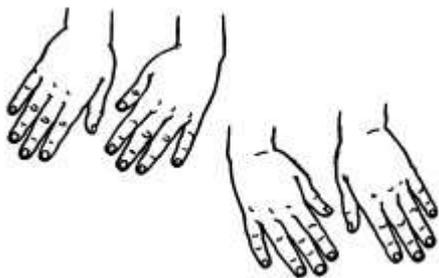


«Собирать» бусинки в коробочку. Затем «надевать» бусинки на веревочку.

РЫБКИ

Рыбки пляшут в синем море

– Хорошо им на просторе.



Вытянуть ладошки и качать запястьями влево и вправо. Текст повторить несколько раз.

Солнечные зайчики

Задрожали пальчики,

Как солнечные зайчики.

Пляшут, пляшут зайчики,

И трепещут пальчики.



Поднять обе руки ладонями к себе, пальцы расставить широко. Энергично пошевелить пальцами.

ВАТРУШКИ



Мы для милого Ванюшки

Испекли бы три ватрушки.

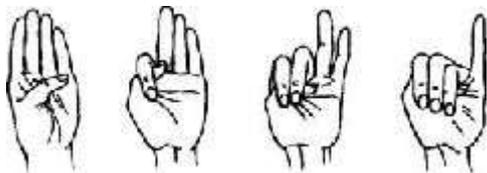
Только нет у нас пока

Ни муки и ни песка,

Ни яиц, ни соли,

Ни дрожжей, ни молока.

Кулачки правой и левой руки сжимать и разжимать одновременно. Начиная со слов: «Только нет у нас пока...» – поочередно сгибать пальцы, начиная с большого.



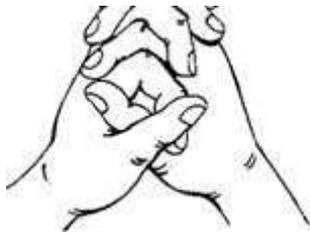
РУБИМ ДРОВА

Чтобы печку истопить,

Надо дров нам нарубить.

Рубим, рубим мы дровишки —

Пусть тепло будет детишкам.



Имитировать движения рук дровосека, пальцы «сплести», соединить ладони и стиснуть их как можно сильнее.

КОЗЛЯТКИ

Веселятся на площадке

Тонконогие козлятки.

На травке кувыркаются,

Прыгают, бодаются.

Мама-козочка строга,

Оттаскала б за рога,

Но нет пока что рожек

У деток – тонконожек.



Указательный и большой пальцы левой и правой руки энергично перемещаются по поверхности стола, затем кулачки упираются друг в друга («бодаются»). Со слов: «Мама-козочка строга...» – поднимать два растопыренных пальца левой руки вверх, а правой рукой сжимать «рожки».



50

ВЕСЕЛЫЕ ПАЛЬЧИКИ

Этот пальчик в лес пошел,

Этот пальчик гриб нашел,

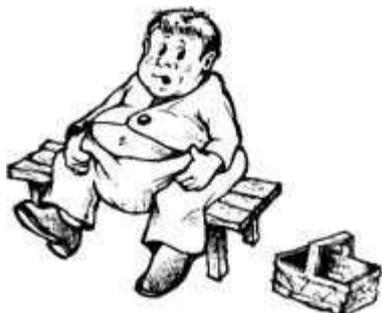
Этот пальчик чистить стал,

Этот пальчик жарить стал,

А этот пальчик все съел,

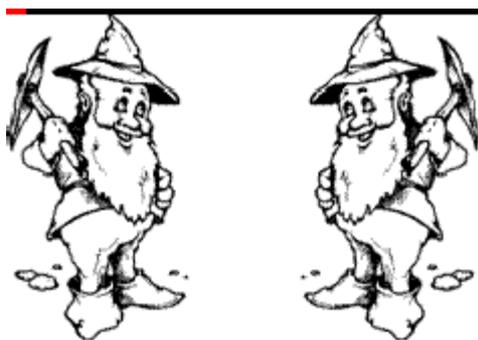
Оттого и растолстел.

(Народная потешка)



Поочередно сгибать пальцы правой, а тем левой руки, начиная с мизинца.

Гномики



Маленькие гномики

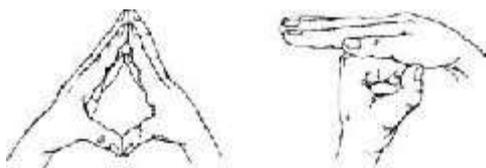
Ловко строят домики.

Чтоб гостей им пригласить,

Надо столик смастерить.

Чтоб гостей им посадить,

Надо стульчик смастерить.



1. Создать угол-«крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом. Большие пальцы соединить по прямой линии. Получится треугольная «крыша» с «окном». Раздвинуть шире запястья, а локти прижать к туловищу. Получится «высокий дом».

2. Правую руку в положении кулачка зафиксировать на столе, левую руку с прямыми пальцами, плотно прижатыми друг к другу, разместить на кулачке, получается стол.

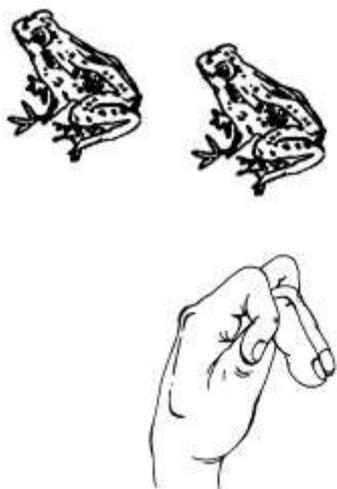
3. Левую руку поднять вертикально вверх. Прямые пальцы плотно прижать друг к другу.

Если упражнение выполняется легко, то можно менять положение рук попеременно на счет «раз», «два».

ЛЯГУШКИ

Две зеленые лягушки

Скачут к пруду по опушке.



Сжать руки в кулачки и положить их на стол пальцами вниз. Резко выпрямить пальцы, – рука как бы подпрыгивает над столом, и кладут ладони на стол. Затем резко сжимают кулачки и опять кладут их на стол. Повторить несколько раз.

МЫШКА

Дети пили молоко,

Ели с медом пышку

И не знали, что под стол

Забралась к ним мышка.

Нет в стакане молока,

На тарелке – пышки,

Ну а крошки на столе

Доедает мышка.

Поставить руку локтем на стол. Пальцы сложить щепоткой. Ритмично наклонять кисть руки вниз, имитировать сбор крошек с поверхности стола.



В ЦИРКЕ

На арене цирка – вышка,

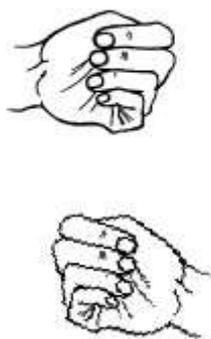
А на вышке – две мартышки.

И они взлетают ловко,

Вверх под купол

– На веревке. Вниз скользят

Как акробаты, Очень ловкие ребята!



Сложить руки в кулачки. Имитировать движения рук по веревке вверх, а затем вниз.

КИСКА

Как проснется

Наша киска,

Суп не станет
Есть из миски,
А зарядку потихоньку
Будет делать Кошка Пронька.
То прогнет, То выгнет спинку.
Ножку вытянет вперед.
За ушком себя почешет,
Помурлычет и зевнет.



Одной, затем другой рукой сделать рас слабляющие движения для пальцев. Имити ровать ладошками движения кошечки.



КОЛЕСА

Стучат колеса:
Тук-тук-тук,
И под веселый
Этот стук,
Мы едем
К бабушке своей,
Везем подарочки мы ей.
Бабуля выйдет на порог
И вкусный вынесет пирог.



Подушечки правой и левой руки прижать к столу. Поочередно постукивать ими по поверхности стола, как игра на пианино.

ТАНЮША

У нашей Танюшки

Живые игрушки:

Котенок – миленок,

Щенок – лопушка,

И мышка смешная

По кличке Норушка.

Сжать пальцы в кулачок. Поочередно раз гнать их, начиная с большого.

Гладит Танюшка Щенка-лопушку,

Щекочет миленка За ушком.

А мышка-норушка,

Грустит за подушкой.

Одной, затем другой рукой сделать расслабляющие движения для пальцев.

Не видит хозяйка,

Что мышка Норушка

Давно уж доела ватрушку.

И ждет, когда крошки от пышки

Достанутся маленькой мышке.



Поставить руку локтем на стол. Пальцы сложить щепоткой. Ритмично наклонять кисть руки вниз, имитировать сбор крошек с поверхности стола.

Приложения

Схема обследования уровня сформированности двигательных кистевых и пальцевых навыков[\[3\]](#)

Задача 1. Выявить состояние способности воспроизводить простые действия с реальным и воображаемым предметом.

Задача 2. Выявить способность воспроизводить по подражанию непредметные кистевые и пальцевые позы.

Тест 1

Манипуляции с предметом

Ребенка просят поймать мяч – те же действия, но с более

Оценка в баллах:

Легко ловит мяч – 3 балла

Ловит мяч не всегда, но движения правильные – 2 балла

Пытается ловить мяч, но движения неловкие – 1 балл

Отказывается ловить мяч – 0 баллов

Тест 2

Манипуляции без предмета (для детей, начиная с 3,5–4–летнего возраста)

Просят показать жестами: 1) ряд символических действий, а именно как: хмурят брови, улыбаются, здороваются, прощаются, едят, пьют, рубят дрова, водят машину, посылают воздушный поцелуй; 2) ряд описательных действий: какой формы яблоко, арбуз, мяч какой формы огурец, палочка.; как показать, что человек высокий, низкий, худой и пр.

Оценка в баллах: Здесь и далее в данном разделе – принцип оценки тот же, что и в задании поймать мяч.

Методы коррекционной работы:

Игры с предметами, фиксирующими те или иные позы; предметно-практическая деятельность, имеющая ту же цель.

Упражнения по формированию кистевого, пальцевого, жестово-мимического праксиса (те же, задания, что и при обследовании, только в тренинговом варианте, пальчиковая гимнастика).

Выполнение под музыку отрабатываемых движений кистью и пальцами.

Закрепление правильных кистевых и пальцевых поз в действиях со спортивными снарядами (мячом, веревкой, пальчиковая гимнастика и пр.)

Тест 3

Воспроизведение кистевых и пальцевых поз

Дается задание повторить ряд поз: сжать ручку в кулачок, распрямить ладошку и т. п. привести кисть в положение вверх, вниз, повернуть вправо, влево, поднести к подбородку, к уху с монолатеральной и контрлатеральной стороны, ко лбу («отдать честь»), воспроизвести позу «козы» (вытянуть вперед два пальчика – указательный и средний).

Методы коррекционной работы:

Проведение игр, состоящих из ряда действий, например, поймай мяч, брось его мне, а сам отбеги в кружок, нарисованный на полу.

Выполнение под музыку отрабатываемых практических действий, требующих переключения с одной позы на другую.

Выработка умения правильно держать карандаш, класть его в коробку, закрывать коробку и пр.

Пальчиковая гимнастика.

Выполнение правильных переключений в действиях со спортивными снарядами (мячом, веревкой и пр.).

Предметная деятельность:

Хорошо зарекомендовала себя разнообразная предметная деятельность, которая способствует развитию мелкой моторики:

– застегивание и расстегивание пуговиц;

– шнурование ботинок;

– шнуровка на специальных рамках;

- нанизывание колец на тесьму;
- игры с мозаикой;
- сортировка мозаики по ячейкам;
- игры с конструкторами;
- перебирание круп, зерен (например, фасоль отделить от гороха, поделки из риса).