

Подбор упражнений для пальчиковой гимнастики

«УЛИТКА»

Тычет рожками улитка —



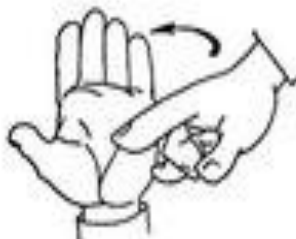
Правая рука: большой палец придерживает средний и безымянный. Указательный палец и мизинец — прямые.

Заперта в саду калитка.



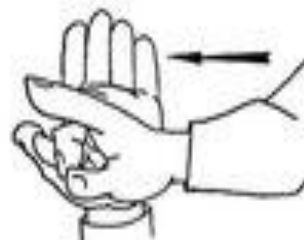
Тычет «рожками» в ладонь левой руки.

Отвори скорей калитку,

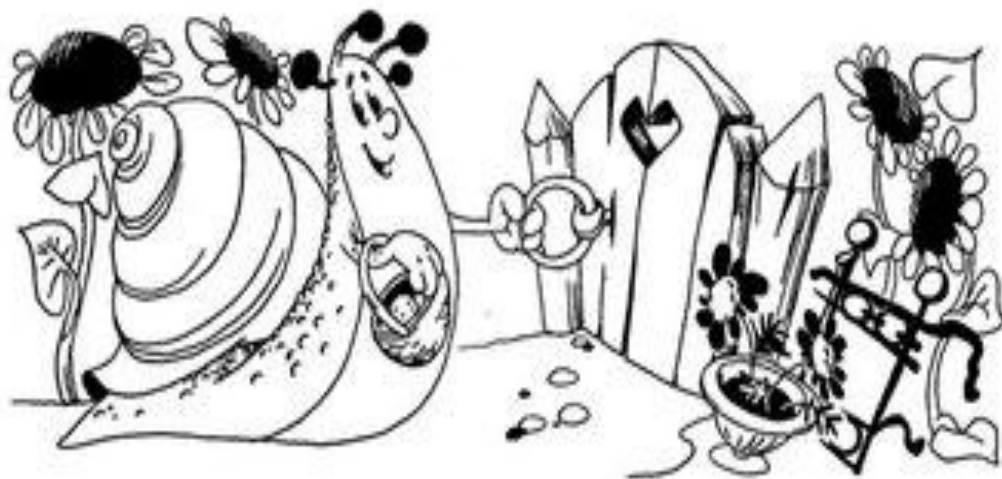


Левая рука «открывает калитку».

Пропусти домой улитку.



Правая рука «проползает».



«БОРОВИЧОК»

На полянке — толстячок.



Правая рука сжата в кулак.

Это — гриб-боровичок.



Ладонь левой руки
накрывает правую руку.

А под ним, собрав пожитки,

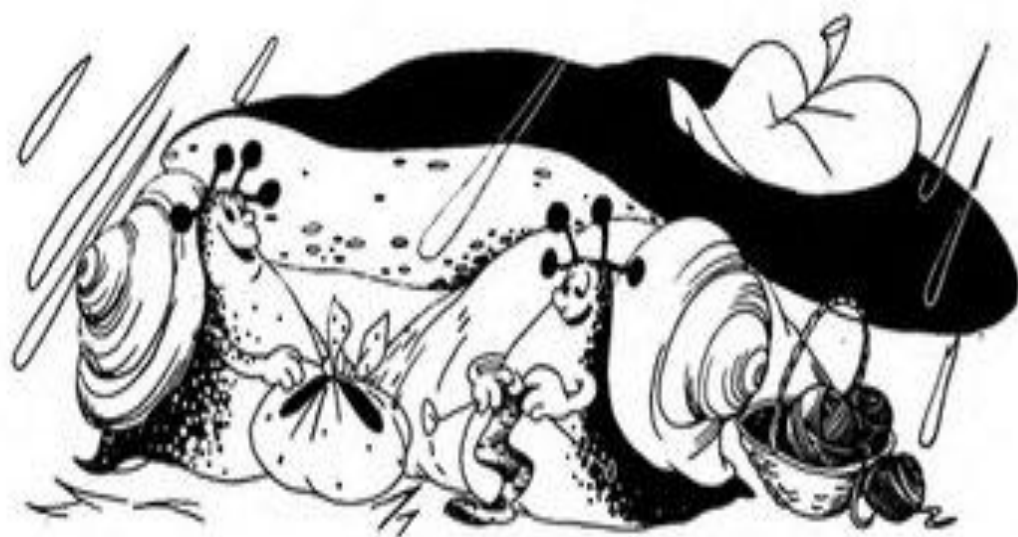


Левая рука остается
сверху.

В дождик прячутся улитки.



Правая рука — «улитка».



«МАЛЬЧИК С ПАЛЬЧИК»

— Мальчик с пальчик, где ты был?
— С этим братцем в лес ходил,
С этим братцем щи варил,
С этим — кашу ел,
С этим братцем песни пел.



Перебираем пальцы
ребёнка по одному
на каждую строчку,
слегка потряхивая
за ногтевые
фаланги.



«ЦАРЁВ ДВОР»

«Жил-был царь,



Обе руки приставляются к вискам основаниями ладоней. Ладони выпрямлены — «корна».

У царя был двор.



Руки разводятся на уровне груди — изображаем «двор».

На дворе был кол,



Одна рука ставится на локоть, пальцы вверх, сжаты, ладонь прямая.

На колу — мочало,



Развести пальцы.

Его ветром качало».



Покачать кистью.

Не начать ли сказочку сначала?



«КУЛАЧОК»

Сначала выполняем упражнение одной рукой, потом — обеими синхронно.

Руки ребёнка лежат
на коленях ладонями вниз.

Как сожму я кулачок



Сжимаем руку в кулак.

Да поставлю на бочок,



Ставим кулак большим
пальцем вверх.

Разожму ладошку,



Распрямляем кисть.

Положу на ножку.



Рука кладётся на колено
ладонью вниз.



«БАРАНЫ»

Так бодались два барана



Оба кулака «бодаются».

На мосточке утром рано.



Хлопки на ударные слоги.

Уступить не захотели —

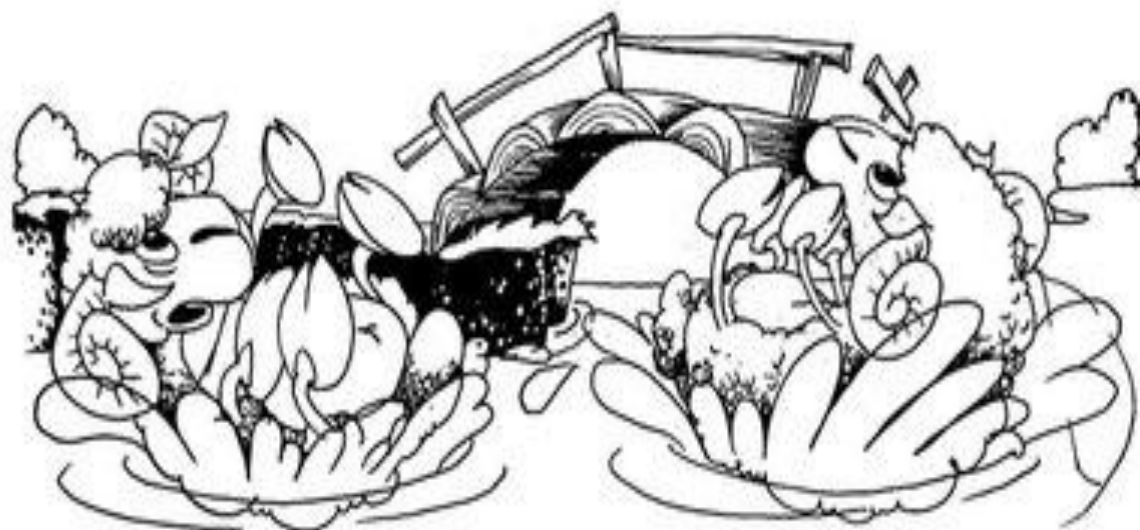


Снова «бодаются».

Вместе в речку полетели.



Ладони «уронить» на колени.



«ПАЛЬЧИКИ»

Мы с (имя ребёнка) играем,	5-й
Пальцы все перебираем:	4-й
Этот пальчик — всех длинней,	3-й
Этот пальчик — всех умней,	2-й
Этот пальчик — всех короче,	1-й
Этот — стать побольше хочет,	1-й
Этот — знает все игрушки,	2-й
Этот — ушки на макушке,	3-й
Этот — прячется в тенёк,	4-й
Этот — маленький сынок.	5-й



Несильно разминаем ребёнку подушечки пальцев (ногтевые фаланги). Большой палец взрослого ставится подушечкой на ноготь ребёнка, и подушечка ребёнка «перебирается» между большим и указательным пальцами взрослого.

