|  |  |
| --- | --- |
| **Солнышко.**  Солнце вышло из-за тучки  Солнце вышло из-за тучки.  Побежал по небу лучик!  Лучик на нос Ване сел,  А потом улетел!  *(Кулак разжимается.*  *Пальчики растопырены,*  *шевелятся. Указательным пальчиком дотроньтесь*  *до носа малыша.*  *Спрячьте руку за спину.)*  **Ёжик.**  Вышел ежик на дорожку,  У него – четыре ножки!  У него – иголки  Будто бы у елки!  *(Прикоснитесь кончиками пальцев к столу, сымитируйте пальчиками шаги. Раскройте ладошку,*  *Растопырьте пальцы.)*  **Зайка**  Зайка утром встал,  За морковкой побежал!  *(Сложите руку: указательный и средний пальцы – «ушки»,*  *остальные пальчики – в кулак. Зайкины «ушки» превращаются в ножки, которыми Вы «бежите»*  *по руке малыша.)*  **Этот пальчик**  Этот пальчик - дедушка,  Этот пальчик - бабушка,  Этот пальчик - папочка,  Этот пальчик - мамочка,  Этот пальчик - я,  Вот и вся моя семья.  *Детям сгибают пальцы левой руки в кулачок, затем, слушая потешку, по очереди разгибают их, начиная с большого пальца.*  **Кошка**  А у кошки  Ушки на макушке *(средний и безымянный пальцы упираются в большой, указательный и мизинец подняты,*  Чтобы лучше слышать  Мышь в её норушке.  **В детский сад**  *Сжать пальцы в кулак; поочерёдно разгибать их, начиная с большого;*  *-*Встали братцы все широко *расставить пальцы в стороны.*  -Большой палец встал один,  -Указательный – за ним.  -Средний будит безымянный.  Т-от поднял мизинчик малый.  -Встали братцы все – ура!  -В детский сад идти пара. | **Цветочки.**  По весне из почек  Выросли цветочки.  У цветочков – лепестки  А на них сидят жуки:  Раз-два-три-четыре-пять!  Лепестки скорей погладь!  ( *Разгибайте пальчики из кулака.) Указательным пальцем другой руки*  *«пересчитайте» лепестки.*  *Рукой малыша погладьте свою ладонь.*  **Братцы.**  Вышли братцы  Прогуляться.  А потом по одному все попрятались в дому!  (*Разгибайте пальчики по одному.*  *Загибайте пальчики по одному в кулак.)*  **Кулачок**  Как сожму я кулачок,  Да поставлю на бочок.  Разожму ладошку,  Положу на ножку.  *(сжать руки в кулачки, поставить кулачки большими пальцами вверх, распрямить кисть, положить руку на колено ладонью вверх)*  **Замок**  *Ручки складываете в замок, переплетая пальцы. Читая стишок, ритмично раскачиваете «замок»:*  - На двери висит замок.  - Кто его открыть бы мог?  - Постучали,  *Ритмично постукиваете друг об друга основаниями ладоней, не расцепляя пальцы*  - Покрутили,  *Не расцепляя пальцы, одну руку тянете к себе, другую от себя, попеременно меняя их.*  - Потянули  *Тянете ручки в разные стороны, выпрямляя пальцы, но не отпуская замок полностью.*  - И открыли!  *Резко отпуская руки, разводите их широко в стороны.*  **Домик**  *Поочерёдно разгибать пальцы, начиная с большого.*  *-*Раз, два, три, четыре, пять! *(Разгибать пальцы) .*  *-*Вышли пальчики гулять *(Сжимать и разжимать пальцы)*  -Раз, два, три, четыре, пять!  -В домик спрятались опять |

**Упражнения для кистей и пальцев рук**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Пальчиковый бассейн»**  Ребёнок опускает кисти рук в сосуд с однородным наполнителем (вода, песок, различные крупы, любые мелкие предметы) и в течение 5 – 10 минут перемешивает содержимое. Затем взрослый предлагает сосуд с наполнителем другой фактуры. После нескольких проб ребёнок с закрытыми глазами опускает рук в сосуд и старается отгадать его содержимое, не ощупывая пальцами его отдельные элементы.  **«Пальчики здороваются»**  Исходное положение – сидя на пятках, руки согнуты в локтях, ладони прямые, большой палец противопоставлен остальным. Ребёнок выполняет упражнение двумя руками одновременно: два раза ударяет каждым пальцем по большому пальцу, начиная от указательного к мизинцу и обратно.  **«На лыжах»**  На столе пред ребёнком лежат резьбой вверх две пробки от пластиковых бутылок – это лыжи. Ребёнок ставит в них указательный и средний пальцы, как ноги.  Двигается на лыжах, делая по шагу на каждый ударный слог.  Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,  Мы любим забавы холодной зимы.  То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно.  **«Шарик»**  Пальцы обеих рук в щепотке и соприкасаются кончиками.  Надуваем быстро шарик –  Он становится большим (дуть на ладонь и пальцы – они принимают форму, напоминающую шар). | **«Рисунок на крупе»**  Взрослый берёт яркий поднос и тонким равномерным слоем рассыпает по нему любую крупу. Проводит пальчиком ребёнка по крупе. Получится яркая контрастная линия. Затем предлагает малышу самому нарисовать несколько произвольных линий. Можно вместе нарисовать какие – нибудь предметы (забор, дождик, волны), буквы.  **«Спрячь платочек»**  Ребёнок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый мешок) так, чтобы он целиком уместился в кулачке.  **«Прикрепи прищепки»**  На уровне плеч ребёнка натянута верёвка, у него в руках бельевые прищепки. На каждый ударный слог ребёнок цепляет прищепку на верёвку.  Прикреплю прищепки ловко  Я на мамину верёвку.  **«Котёнок кусается»**  Бельевой прищепкой ребёнок «кусает» ногтевые фаланги поочерёдно (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стихотворения.  Сильно кусает котёнок глупыш,  Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)  Но я, же играю с тобою, малыш,  А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш!»  (Взрослый проверяет на своих пальцах, чтобы прищепка не была слишком тугой  **«Фонарики»**  Ладони, выпрямив и раздвинув пальцы, держать перед собой;  Пальцы сжать (фонарики погасли), разжать (фонарики зажглись). |