**Приложение 9**

**Пальчиковая гимнастика**

**Пальчиковая гимнастика**

В народной педагогике действие руками – один из ведущих методов образовательной работы. Очень важно максимально включить мелкие движения пальцев в повседневную жизнь ребёнка – всё это развивает моторику, которая влияет на речевую и мыслительную деятельность детей.

Использование пальчиковой гимнастики предполагает выполнение следующих *правил*:

* пальчиковые игры необходимо использовать систематически, ежедневно;
* место имеет значение, главное – интерес ребёнка;
* длительность упражнения зависит от эмоционального отклика детей – нельзя заставлять их выполнять упражнения насильно.

Формирование мелкой моторики у детей ведётся в трёх *направлениях*:

* самомассаж и специальные игры-упражнения для развития мелких движений пальцев;
* приобретение навыков самообслуживания, обучение умению целенаправленно управлять движениями в бытовых ситуациях;
* формирование моторики в специально-организованной деятельности, с использованием настольных и подвижных игр.

У детей дошкольного возраста довольно часто наблюдается задержка в развитии речи, хотя они и здоровы. Чтобы повысить работоспособность коры головного мозга, улучшить артикуляционные движения, подготовить руку к письму необходимо систематически тренировать движения пальцев и всей кисти рук, которые выступают важнейшим фактором в развитии ребёнка.

Пальчиковую гимнастику начинают проводить с младшего возраста, индивидуально или с подгруппой, в любой удобный отрезок времени в течение дня: во время утренней гимнастики, физкультминуток, в свободное время утром и после сна по 2-3 минуты. Особенно рекомендуется проводить гимнастику с детьми, имеющими речевые проблемы.

Наиболее часто используется в работе пальчиковая гимнастика стихотворного ритма, которая помогает поставить правильное дыхание, развить речевой слух. Особенно нравится детям такая гимнастика, как: «Дом и ворота», «Гости», «Кто приехал?». Нравится детям и то, что они имеют возможность проводить пальчиковую гимнастику, выступая в роли ведущего, он чувствует ответственность и дорожит тем, что именно ему поручена эта роль. Это является, своего рода, мотивацией детей.

**Дом и ворота**

На поляне дом стоит,

*Пальцы обеих рук делают "крышу".*

Ну, а к дому путь закрыт.

*Руки повернуты ладонями к груди,*

*средние пальцы соприкасаются, большие - вверх - "ворота".*

Мы ворота открываем,

*Ладони разворачиваются.*

В этот домик приглашаем.

*"Крыша".*

**Индюк**

Индюк из города идет,

Игрушку новую везет.

Игрушка не простая,

Игрушка расписная.

*Пальчики обеих рук "идут" по столу.*

**Гости**

Стала Маша гостей созывать:

И Иван приди, и Степан приди,

И Матвей приди, и Сергей приди,

А Никитушка - ну, пожалуйста.

*Вращение кистей рук к себе. Поочередный массаж пальцев на обеих руках.*

**Кто приехал?**

Кто приехал? Мы, мы, мы.

*Хлопать кончиками пальцев.*

Мама, мама, это ты? Да, да, да.

*Хлопать кончиками больших и указательных пальцев*.

Папа, папа, это ты? Да, да, да.

*Большие и средние пальцы.*

Братец, братец, это ты? Да, да, да.

*Большие и безымянные пальцы.*

Ах, сестричка, это ты? Да, да, да.

*Большие пальцы и мизинцы.*

**Строим дом**

Целый день тук да тук -

Раздается звонкий стук.

*Руки сжаты в кулаки, большой палец поднят вверх, постукивает по указательным пальцам.*

Молоточки стучат,

*Стучать кулаком о кулак.*

Строим домик для ребят (зайчат, бельчат).

*Пальцы соединить, показать "крышу".*

Вот какой хороший дом,

*Сжимать-разжимать пальцы.*

Как мы славно заживем.

*Вращать кисти рук.*

**Цветок**

Вырос высокий цветок на поляне,

*Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить.*

Утром весенним раскрыл лепестки.

*Развести пальцы рук.*

Всем лепесткам красоту и питанье

*Ритмично двигать пальцами вместе - врозь.*

Дружно дают под землей корешки.

*Ладони опустить вниз, тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.*

**Засолка капусты**

Мы капусту рубим,

*Движения прямыми кистями вверх-вниз.*

Мы морковку трем,

*Пальцы обеих рук сжаты в кулачки, движения кулаков к себе и от себя.*

Мы капусту солим,

*Имитировать посыпание солью из щепотки.*

Мы капусту жмем.

*Сжимать и разжимать пальцы.*

**Строим стенку.**  
- Строим стенку,  
- Выше, выше,   
*Прямые ладони держим горизонтально перед собой (мизинец каждой смотрит вниз, большой палец – вверх, внутренняя поверхность ладоней обращена к груди), поочередно «нижнюю» ладонь кладем на «верхнюю», имитируя кирпичную кладку.*  
- Добрались уже до крыши!   
*к моменту произнесения этих слов «стенка» должна «дорасти» примерно до глаз. Складываем из ладоней двухскатную крышу: конек – соприкасающиеся кончики средних пальцев, скаты – ладони и предплечья.*- Чья крыша выше?  
- Выше, выше, выше!  
*Сложенные руки тянутся-тянутся-тянутся вверх! Взрослые, следите, чтоб ваш позвоночник растягивался вслед за руками! (одна девочка даже на стул вставала, чтобы ее крыша была выше!)*- Прорубили мы окошко,  
- И дверку для кошки,  
- И дырочку для мышки:   
- Пи-пи-пи-пи–пи!   
*Называемые отверстия изображаются большими и указательными пальцами: большой четырехугольник, арка, маленькая круглая дырочка. Строки про мышку произносятся тоненьким голоском.*

**Улитка.**  
*Руки на уровне груди: одна ладонь сжата в кулачок, другая ее накрывает – это раковина улитки.*- Улитка-улитка,   
- Отвори калитку,   
- выходи из дома,  
- Будем знакомы!   
*Когда четверостишье прочитано, быстро проталкиваем кулачок «наружу» – теперь кулачок не спрятан, а лежит на предплечье другой руки, зато запястье за кулачком плотно охвачено ладонью другой руки.*- Улитка-улитка,   
- Высуни рога,   
- Дам пирога!  
*Разжимаете два пальца кулачка. Лучше, если Вы разожмете мизинец и безымянный – «улитка» будет больше похожа. Если Ваш ребенок при этом разжимает, например, указательный и средний, или даже все пальцы – не поправляйте.*- Улитка-улитка, пошли гулять!  
*На этих словах улитка ничего не делает – она слушает вас и решает, что ответить (недолго).*  
- Поползли, поползли, поползли…  
*«Улитка» ползет по предплечью, потом по плечу. Естественно, «ракушку» она за собой тащить не может, «ракушка» незаметно исчезла.*  
- Ой! Щекотно! Пойду к другой улитке!  
(При повторении – до свидания, улитки!)  
*«Рожки» щекочут ухо или шею. Повторяете все то же самое, руки меняются ролями.*  
  
**Гусеница.**  
- Гусеница, гусеница,  
*Ладонь одной руки «ползет», как гусеница, складываясь и разгибаясь, по внутренней стороне другой руки от плечевого сустава до кончика пальцев. (Не наоборот, т.к. гусеница заползла на травинку с земли!)*  
- Бабочкина дочка,  
*«ползет» обратно к плечу по внешней стороне руки*  
- По травинкам ползает,   
*То же проделываем, меняя руки: «от корня к верхушке»*  
- Кушает листочки:  
*И по другой стороне обратно.*  
- Ам!  
*Ладони складываем вместе перед собой. При каждом слове «Ам!» одна ладонь скользит по другой ладони вверх и «кусает» всеми пальцами, кроме большого, прямые пальцы другой ладони. Потом ладони меняются ролями.*   
- Ам!  
- Ам!  
- Ам!  
- Ам!  
- Поела   
*Останавливаемся, сложенные вместе ладони расслабляются…*  
- Спать захотела.   
*… одна сжимается в кулачок, другая ее накрывает – держит кулачок, как яблоко.*   
- Проснулась –   
*Постепенно расправляем ладони…*  
- Бабочкой обернулась!   
*Руки перекрещиваем в районе запястий, ладони теперь – крылья бабочки.*- Полетела, полетела, полетела!   
*Машем «крыльями» (запястья или предплечья перекрещены, левая ладонь машет возле правого плеча и наоборот). Можно постепенно разгибать локти, чтобы бабочка летела вверх или вдаль.*  
**Круговорот воды в природе.**  
- Кап-кап, кап-кап, кап-кап – дождик капает, кап-кап, кап-кап, кап-кап.  
*Барабаним пальцами по голове, плечам – как угодно.*  
- Буль-буль, буль-буль, буль-буль – ручьи бегут, буль-буль, буль-буль, буль-буль.  
*Бежим или поочередно пальцами одной руки по другой от плеча до ладони, или пальцами обеих рук по ногам*   
- Жур-жур, жур-жур, жур-жур – река течет, жур-жур, жур-жур, жур-жур.  
*Ладонь на ладонь, пальцы переплетаем, это речка, которая течет по направлению от нас – если ручьи бежали по рукам, то на уровне пояса, если по ногам – над полом, сами при этом приседаем или сгибаем одну ногу, смотря куда речке бежать.*  
- И в море большое-большое-большое впадает…  
*Разводим руки широко в стороны, описывая ими большой круг, на третьем слове “большое” ведем руки обратно, на слове “впадает” – руки прижимаем к груди.*  
- А с моря в жару пар поднимается,  
*Рисуем в воздухе спиральки пара снизу вверх. Если на предыдущих этапах пришлось присесть – встаем, тянемся за руками вверх.*- К небу летит и в тучки превращается. А из туч дождик идет.  
*Тучку изображают сцепленные над головой руки.*  
- Кап-кап   
*и т.д.*