*ДЕПАРТАМЕНТА ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ*

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ГОРОДА МОСКВЫ«ШКОЛА № 1191»**

|  |
| --- |
| 125430, г.Москва, ул. Митинская, д.48/2 Tel./fax. 8(495)751-68-71, Tel. 8(495)794-25-34, E-mail: sch1191@szouo.ru |

Пальчиковая гимнастика дома и в детском саду

Пальчиковая гимнастика развивают ловкость пальцев, их подвижность, а весёлые стишки помогают детям снять моральное напряжение.

Но это ещё не вся польза, какую приносит пальчиковая гимнастика. Дело в том, что на пальцах и на ладонях есть «активные точки», массаж которых положительно сказывается на самочувствии, улучшает работу мозга.

Кроме огромной пользы для развития познавательных способностей ребенка, пальчиковые игры также помогают наладить с ребенком доброжелательные отношения. А еще для ребенка они - интересный мостик между ним и окружающим миром. Ведь в пальчиковой гимнастике, по обыкновению, отображается мир реальный - люди, животные, явления природы.

|  |
| --- |
| **«Пропавший малыш»**  У меня пропали ручки,  Где же рученьки мои,  *(спрятать руки за спину)*  Раз, два, три, четыре, пять,  Покажитесь мне опять.  *(показать руки)*  У меня пропали ушки,  Где же ушеньки мои,  *(закрыть уши руками)*  Раз, два, три, четыре, пять,  Покажитесь мне опять.  *(открыть уши)*  У меня пропали глазки,  Где же глазоньки мои,  *(закрыть глаза руками)*  Раз, два, три, четыре, пять,  Покажитесь мне опять.  *(открыть глаза)* |
| **«Шла по полю черепаха»**  Шла по полю черепаха  *(шагать руками по столу, растопырив пальцы)*  И дрожала вся от страха,  *(потрясти руками)*  Говорит себе: кусь-кусь,  Никого я не боюсь.  *(погрозить указательными пальцами)* |
| **«Это носик, это ротик»**  Это носик, это ротик,  Это кругленький животик,  Ушки, щечки, волосенки,  И, конечно же, глазенки.  *(показываем на части лица, в соответствии с текстом)* |
| **«Ротик наш умеет кушать»**  Ротик мой умеет кушать,  Нос дышать, а ушки слушать,  Могут глазоньки моргать,  Ручки все хватать, хватать.  *(показывать движения в соответствии с текстом)* |
| **«С мамой весело играем»**  С мамой весело играем,  Ручкой ушки закрываем.  *(хлопаем в ладоши)*  Ушко раз, ушко два,  Куда вы спрятались друзья?  С мамой весело играем,  Глазки ручкой закрываем.  *(хлопаем в ладоши)*  Раз - глазок, два - глазок,  Куда ты спрятался дружок?  С мамой весело играем,  Ручкой щечки закрываем.  *(хлопаем в ладоши)*  Щечка раз, щечка два,  Закачалась голова. |
| **«Вот дедушка»**  Вот дедушка, вот бабушка,  Вот папочка, вот мамочка,  Вот деточка моя,  *(зажимаем по одному пальцы в кулак, начиная с большого)*  Вот вся моя семья!  *(накрыли кулак, другой ладонью)* |
| **«Ладошки вверх, ладошки вниз»**  Ладошки вверх, ладошки вниз,  А теперь их на бочок  И зажали в кулачок.  *(в соответствии с текстом)*  Кулачок, ладошка.  На ладошку села кошка.  *(на раскрытую ладонь поставить собранные в щепотку пальцы другой руки)*  И пошла она, пошла,  *(перебирать пальцами по руке до подмышки)*  Мышку там она нашла.  *(пощекотать подмышкой)* |
| **«Капуста»**  Мы капусту, рубим, рубим,  Мы капусту жмем, жмем.  Мы капусту солим, солим,  Мы морковку трем, трем,  А потом в рот кладем. |
| **«Две сороконожки»**  Две сороконожки бежали по дорожке,  *(бегущие движения пальцами рук)*  Встретились, обнялись,  *(хлопнуть в ладоши)*  Крепко поцеловались,  *(сцепить пальцы рук в замок)*  Насилу расстались и попрощались.  *(разъединить с трудом и помахать)* |
| **«Мы делили апельсин»**  Мы делили апельсин, (сделать руками шар)  Много нас, а он один. (показать один палец)  Эта долька для кота, (прямые ладони к голове)  Эта долька для ужа, (ползающие движения сложенными ладонями)  Эта долька для ежа, (изобразить пальцами ежика)  Эта долька для чижа (помахать крылышками)  А для волка кожура, (ладони вверх)  Он сердит на нас беда, (погрозить указательным пальцем)  Разбегайся, кто куда (разбегаются пальцы). |
| **«Наши алые цветы»**  Наши алые цветы *(Ладони сложены в бутоны)*,  Распускают лепестки *(раскрываем пальцы)*.  Ветерок чуть дышит, лепестки колышет  *(шевелим пальцами)*.  Наши алые цветы, закрывают лепестки  *(складываем пальцы в бутон)*,  Тихо засыпают, головой качают  *(покачать сложенными ладонями)*. |
| **«Раз-два, на дворе у нас весна»**  Раз-два, раз-два, на дворе у нас весна.  *(хлопаем в ладоши)*  Солнце греет веселей *(руки вверх)*,  Слышите журчит ручей *(рука к ухо)*,  Птицы с юга прилетают *(помахать руками)*,  И цветочки расцветают  *(Ладони сложены в бутоны, раскрывать пальцы)*.  Раз-два, раз-два, здравствуй, милая весна!  *(хлопаем в ладоши)* |
| **«Пальчик, пальчик, где ты был?»**  С этим братцем в лес пошел,  С этим братцем гриб нашел,  С этим братцем чистил стал,  С этим братцем жарить стал,  Ну а этот все съел, оттого и потолстел.  *(зажимаем пальцы по очереди, начиная с мизинца)* |
| **«Есть в лесу из бревен дом»**  Есть в лесу из бревен дом,  Есть окошко в доме том.  Посмотрите в то окно,  В доме тихо и темно.  Мы тихонько кулачком постучимся в этот дом.  Выглянул какой-то зверь.  «Ме-е-е», - сказал и запер дверь.  Мы погромче кулачком постучимся в этот дом.  Выглянул какой-то зверь.  «Му-у-у», - сказал и запер дверь.  Громко-громко кулачком постучимся в этот дом.  Выглянул какой-то зверь.  «Гав-гав», - сказал и запер дверь.  Сидит кошка на окошке: «Мяу, мяу», - говорит.  «Хватит в этот дом стучать, дайте нам чуть-чуть поспать». |
| **«Раз-два, раз-два. Дружная у нас семья»**  Раз-два, раз-два, Дружная у нас семья.  *(хлопаем в ладоши)*  Утром солнышко встречаем, *(руки вверх)*  Работать папу провожаем *(машем рукой)*  С мамочкой потом играем, *(руками фонарики)*  Вместе книжечку читаем, *(ладони вверх и рядом)*  Очень вкусненько едим, *(показываем, как едим)*  А потом немножко спим *(сложенные ладошки под голову)*  Раз-два, раз-два, Дружная у нас семья.  *(хлопаем в ладоши)* |
| **«Рыбка по морю плывет»**  Рыбка по морю плывет,  Рыбка в озере живет.  *(волнообразные движения сложенными ладонями)*  Хвостиком ударит вдруг,  *(один раз хлопнуть в ладоши)*  И услышим мы: «Плюх-плюх».  *(шлепнуть ладонями по столу)* |
| К нам на стол забрался слон,  Начал громко топать он.  *(Постучать ладонями по столу)*  И лошадки прибежали  И копытцами стучали.  *(Легко постучать кончиками пальцев по столу)*  Осторожны и легки  Приползали паучки.  *(Медленно перебирать пальцами по поверхности стола)*  А лягушки проскакали –  И в болотце убежали.  *(Отталкиваться сжатыми пальцами от стола, приподнимая* *кисти рук)*  Тихо по земле шурша  Ползет змейка не спеша.  *(Волнообразные движения кисти рук, подушечки пальцев не отрываются от стола)*  А теперь мы будем киски  Эй, не подходите близко-  Поцарапаем немножко-  Не ребята мы, а кошки.  *(Пальцы обеих рук вместе, а потом каждая рука по очереди легко царапает стол)* |

Материал подготовила воспитатель Кузнецова Юлия Николаевна