*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 бочокИ 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 прибежалиИ копытцами стучали.*(Легко постучать кончиками пальцев по столу)*Осторожны и легкиПриползали 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 шуршаПолзет змейка не спеша.*(Волнообразные движения кисти рук, подушечки пальцев не отрываются от стола)*А теперь мы будем кискиЭй, 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