Простые правила игры

1. Старайтесь, чтобы в игры вовлекались все пальчики (особенно безымянный и мизинчик – они самые ленивые).

 2. Обязательно чередуйте три типа движений:

 сжатие;

 растяжение;

 расслабление.

Как еще активизировать пальчики

1. Дайте газету, листы бумаги – пусть рвет (только следите, чтоб в рот не отправлял эти «откуски»).

 2. Нанижите на крепкую нитку крупные пуговицы – пусть перебирает.

 3. Дайте деревянные бусы, счеты, пирамидки.

 4. Нарисуйте на пластмассовых пробках мордочки, наденьте на пальцы. У вас получится пальчиковый театр.

Это только малая толика тех игр и занятий, которыми можно увлечь ребенка и с пользой провести время.

Несколько упражнений пальчиковой гимнастики для детей в стихах!

 Дом

Я хочу построить дом,

(Руки сложить домиком, и поднять над головой)

 Чтоб окошко было в нём,

 (Пальчики обеих рук соединить в кружочек)

 Чтоб у дома дверь была,

 (Ладошки рук соединяем вместе вертикально)

 Рядом чтоб сосна росла.

 (Одну руку поднимаем вверх и "растопыриваем" пальчики)

 Чтоб вокруг забор стоял,

 Пёс ворота охранял,

 (Соединяем руки в замочек и делаем круг перед собой)

 Солнце было, дождик шёл,

 (Сначала поднимаем руки вверх, пальцы "растопырены". Затем пальцы опускаем вниз, делаем "стряхивающие" движения)

 И тюльпан в саду расцвёл!

 (Соединяем вместе ладошки и медленно раскрываем пальчики - "бутончик тюльпана")

 Друзья - садоводы

Палец толстый и большой

 В сад за сливами пошёл.

 (Ладошка собрана в "кулачок". Отгибаем большой пальчик, выпрямляем его, затем сгибаем наполовину. Снова сгибаем и так несколько раз)

 Указательный с порога

 Указал ему дорогу.

 (Отгибаем указательный пальчик, далее "сгибаем-разгибаем")

 Средний палец самый меткий,

 Он сбивает сливы с ветки.

 (Отгибаем средний пальчик, "сгибаем-разгибаем" его. При этом нужно стараться не сгибать указательный и большой пальцы)

 Безымянный подбирает,

 (Отгибаем также безымянный, постараться не шевелить предыдущими пальчиками)

 А мизинчик-господинчик

 В землю косточки бросает!

 (Отгибаем мизинчик)

 Кораблик

 По реке плывёт кораблик,

 (Прижимаем нижние части ладошек друг к другу, верхние открыты - показываем "кораблик")

 Он плывёт издалека,

 (Приставляем горизонтально левую руку к глазам - "смотрим вдаль")

 На кораблике четыре очень храбрых моряка.

 (Показать 4 пальца)

 У них ушки на макушке,

 (Приставляем обе ладошки к своим ушам)

 У них длинные хвосты,

 (Кончики пальцев обеих рук соединяем вместе и далее медленно разводим руки в стороны)

 И страшны им только кошки, только кошки да коты!

 (Показываем две открытые от себя ладошки, затем пальчики слегка сгибаем - получаются "коготки")

 В конце этой игры можно спросить у ребёнка:

 -Что за моряки были на кораблике?

 Ответ: мышки

 Лодочка

Две ладошки прижму,

 И по морю поплыву.

 (Прижать друг к другу обе ладошки, при этом не соединяя большие пальцы)

 Две ладошки, друзья, -

 Это лодочка моя.

 (Делать волнообразные движения руками - "лодочка плывёт")

 Паруса подниму,

 (У соединенных вместе рук в форме "лодочки" поднять вверх большие пальцы)

 Синим морем поплыву.

 (Продолжить волнообразные движения руками - "лодочкой")

 А по бурным волнам

 Плывут рыбки тут и там.

 (Полностью соединить друг с другом две ладошки для имитации рыбок и снова волнообразные движения - "рыбки плывут")

 Мышка

Мышка в норку пробралась,

 (Делаем двумя ручками крадущиеся движения)

 На замочек заперлась.

 (Слегка покачиваем скрещенными в замок пальчиками)

 В дырочку она глядит,

 (Делаем пальчиками колечко)

 На заборе кот сидит!

 (Прикладываем ручки к голове как ушки и шевелим пальчиками)