**Пальчиковая гимнастика.**

Ученые-физиологи доказали, что упражнения на мелкую моторику рук способствуют развитию речи, мышления, интеллекта. Сначала руки “учат” мозг, затем мозг учит руки. Хорошо развитая кисть руки “потянет” за собой развитие интеллекта.

Упражнения:

**1.**

Пальцы делают зарядку, чтобы меньше уставать.  
А потом они в тетради будут элемент писать.

*(Дети вытягивают руки вперед, сжимают кулачки, а затем их разжимают. Так повторяется несколько раз.)*

**2**.

Две веселые лягушки ни минуты не сидят –  
Ловко прыгают подружки, только брызги вверх летят.

*(Дети сжимают кулачки и кладут их на парту пальцами вниз. Резко распрямляют пальцы и кладут ладони на парту. Затем резко сжимают кулачки и опять кладут их на парту.)*

**3**.

Наши пальчики сплетем и соединим ладошки.  
А потом, как только можем, крепко-накрепко сожмем.

*(Дети сплетают пальцы, соединяют ладони и сжимают как можно сильнее. Потом опускают руки и слегка ими трясут. Так 2-3 раза.)*

**4**.

Идет по парте человек, переставляет ножки.  
А если ножки смотрят вверх, то получились рожки.

**5**.

Пальчик вышел погулять, ключ забыл с собою взять.  
Что он делает теперь? Просто он стучится в дверь.

*(Ребята растопыривают пальцы, а затем начинают одновременно сгибать каждые пальцы на обеих руках одновременно, касаясь подушечками соответствующей ладони.)*

**6.**

Что такое? Что мы слышим?  
Это дождь стучит по крыше.  
А теперь пошел сильней  
И по крыше бьет быстрей.

*(Постукивание подушечкой большого пальца правой руки, затем левой.)*

**7**.

Бедный маленький цыпленок кушать захотел спросонок.  
Он по парте клювом бьет, будто бы пшено клюет.

*(Постукивание по парте подушечкой мизинца сначала одной рукой, затем другой)*

**8.**

Чтобы нам добыть огонь, трем ладонью о ладонь.  
Вдруг ладошка заискрится и бумажка загорится?

**9**.

Руки вытянем вперед, а потом свои ладошки  
Развернем наоборот и похлопаем немножко.

**10**.

“Я сильней наверняка!” - молвит правая рука.  
“Почему же! Вот и нет!” - спорит левая в ответ.

(*Сцепляют руки “в замок” и тянут в разные стороны, меняя руки местами.)*

**11**.

Как-то раз по речке Нил плыл огромный крокодил,  
Рядом вынырнул другой, закричал ему: “Постой!”.

**12**.

Раз огромный крокодил табуретку проглотил,  
А теперь разинул пасть: как бы парте не пропасть!

*(Ребята зажимают край парты между прямыми средним и безымянным пальцами как можно сильнее. Упражнение выполняется двумя руками несколько раз.)*

**13**.

Быстро пальчиком вращаем и сильнее нажимаем.  
Если долго так крутить, можно дырку просверлить.

*(Сжимают правую руку в кулачок, вытягивают большой палец, нажимают им на ладонь левой руки и делают вращательные движения в разные стороны.)*

**14**.

Без пальто гулял глупышка,  
И замерз он, как ледышка.  
Чтобы пальчик отогреть,  
Будем мы его тереть.

*(Растирают мизинец левой руки указательным и средним пальцем правой, затем то же самое делают с мизинцем правой руки)*

**15.**

Листья падают в саду, я их граблями смету.

*(Ладони на себя, пальцы переплетены между собой, выпрямлены и тоже направлены на себя).*

**16**.

Что такое? Просто смех! Расколоть нельзя орех.  
На ладошку положили и по очереди били.

*(Ребята растопыривают пальцы, а затем начинают по очереди сгибать все пальцы, касаясь подушечками соответствующей ладони. Повторяют четверостишие несколько раз.)*

**17**.

Пальцы в гости приходили.  
Тук-тук-тук – стучали в дверь.  
Только дверь им не открыли –  
Думали, там страшный зверь.

**18**.

Вдруг в лесу раздался стук.  
Это дятел долбит сук.  
Он деревья не калечит, он их просто  
Клювом лечит.

**19**.

Наши нежные цветки распускают лепестки.  
Ветерок чуть дышит, лепестки колышет.  
Наши алые цветки закрывают лепестки,  
Тихо засыпают, головой качают.

*(Руки сжаты в кулачки. Плавно разжимают кулачки, выпрямляют пальцы, помахивают кистями рук, снова сжимают пальцы в кулачки и опускают на парту.)*

**20**.

Мы ладони сложим вместе, словно их сцепили тестом.  
Начинаем опускать, только, чур, не разжимать.

**21**.

Кто из пальчиков ловчее? Ручку кто держать умеет?  
Пальцы дружно отвечают, головами все кивают.

*(Сгибают руки в локтях, держат кисти рук перед лицом. Сгибают и разгибают пальцы одновременно, не сжимая их в кулаки).*

**22.**

Пара ножниц есть у нас. Пригодятся нам не раз.  
Кто из нас такой отважный, что разрежет лист бумажный?

**23**.

Ушки длинные у зайки, из кустов они торчат.  
Он прыгает и скачет, веселит всех зайчат.

*(Пальчики в кулачок. Выстаивать вверх указательный и средний пальцы. Ими шевелить в стороны и вперед. Обеими руками.)*

**24**.

Две сестрицы – две руки: рубят, строят, роют,  
Рвут на грядке сорняки и друг дружку моют.  
Месят тесто две руки – левая и правая,  
Воду моря и реки загребают плавая.

**25**.

Вот помощники мои, их, как хочешь, поверни.  
По дороге белой, гладкой скачут пальцы, как лошадки:  
Чок-чок-чок, чок-чок-чок, скачет резвый табунок.

*(Сидя за партой, держать руки на столе ладонями вниз. Поочередно продвижение вперед обеими руками с одновременным сгибанием и разгибанием пальцев.)*