Комплексы пальчиковой гимнастики

Пальчиковые игры — вещь, совершенно необходимая[***маме***](http://www.7ya.ru/pub/moms/), воспитывающей малыша. Помимо развития мелкой моторики, это прекрасный способ отвлечь и развеселить ребенка, ведь в основе каждой игры — детская потешка или стихотворение. А если в семье много[***детей***](http://www.7ya.ru/baby/), пальчиковая гимнастика часто становится любимой игрой старших с младшими.

О том, что пальчиковая гимнастика нужна всем малышам и дошкольникам, знают многие родители. В современном мире, с его готовыми [**игрушками**](http://www.7ya.ru/pub/toys) и обилием бытовой техники, детские пальчики получают все меньше полезной работы. На помощь приходят пальчиковые игры — они развивают ловкость, подвижность, творческие способности, внимание и скорость реакции, а веселые стихи помогают снять нервное напряжение. Малыши, которые регулярно занимаются пальчиковой гимнастикой, лучше говорят, быстрее учатся писать, обладают хорошей памятью, развивают координацию движений, скорее успокаиваются после стресса.

Пальчиковая гимнастика очень хороша как ежедневное самостоятельное игровое занятие с малышом. Многие педагоги и воспитатели используют пальчиковую гимнастику на своих развивающих занятиях как физкультминутку, отдых и смену деятельности. Прекрасно подходят пальчиковые игры и для детских праздников — их легко включить в сценарий, ими удобно перемежать конкурсы, встав с малышами в хоровод.

► ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА (комплекс N 1)   
  
1. Ладони на столе (на счет "раз-два" пальцы врозь - вместе.)   
2. Ладошка - кулачок - ребро (на счет "раз, два, три").   
3. Пальчики здороваются (на счет "раз-два-три-четыре-пять" соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.)   
4. Человечек (указательный и средний пальцы правой, а потом левой руки бегают по столу).   
5. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно).  
  
Потешка "ПАЛЬЧИК-МАЛЬЧИК"  
Пальчик-мальчик, где ты был?   
С этим братцем в лес ходил.   
С этим братцем щи варил.   
С этим братцем кашу ел.   
С этим братцем песни пел.   
  
Взрослый показывает большой палец правой руки и говорит, как бы обращаясь к нему: прикасается кончиком большого пальца к кончикам всех пальцев от указательного до мизинца.  
  
► ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА (комплекс N 2)   
  
1. Коза (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки).   
2. Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).   
3. Очки (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).  
4. Зайцы (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и безымянный соединить).   
5. Деревья (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).  
  
Потешка "БЕЛКА"  
Сидит белка на тележке,   
Продает она орешки,   
Лисичке-сестричке,   
Воробью, синичке,   
Мишке толстопятому,   
Заиньке усатому.  
  
Взрослый и дети при помощи левой руки загибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца.  
  
► ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА (комплекс N 3)   
  
1. Флажок (большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе).  
2. Птички (поочередно большой палец соединяется с остальными).   
3. Гнездо (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать).   
4. Цветок (то же, но пальцы разъединены).   
5. Корни растения (прижать корни - руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).  
  
Потешка "ЭТОТ ПАЛЬЧИК"  
Этот пальчик - дедушка,   
Этот пальчик - бабушка,   
Этот пальчик - папочка,   
Этот пальчик - мамочка,   
Этот пальчик - я,  
Вот и вся моя семья.   
  
Детям предлагается согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем, слушая потешку, по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.