**Пальчиковая гимнастика для Ваших детей:**

От двигательной активности пальцев рук зависит развитие головного мозга, дети быстрее учатся писать, лучше говорят, обладают хорошей памятью, скорее успокаиваются после стрессов Заниматься с ребенком желательно каждый день ,в любое время, но желательно перед сном.

1. *Крепко сжать обе руки в кулачки, а потом растопырить пальцы в стороны. (повт. 10 р.)*
2. *Легко сжать обе руки в кулачки и медленно вращать кистями. Встряхнуть кисти. ( повт. 8 р.)*
3. *Сомкнуть большой и указательный палец в кольцо.*

*По три раза щёлкнуть в воздухе каждым пальцем.*

1. *Сомкнуть в кольцо средний и безымянный пальцы, сделать « козу», затем сделать « рожки». Повторить фигуры по три раза каждой рукой. Встряхнуть кисти.*
2. *Положить ладони на стол барабанить пальчиками по столу. Представим, что ребёнок играет на пианино ,а теперь нужно по 5 раз стукнуть каждым пальчиком*
3. *Массировать каждый пальчик, начиная от ногтевой фаланги, далее по пальчику, по ладони по ходу косточек. Выполнять в течение 1-2 минут.*
4. *Стоя с закрытыми глазами, руки в стороны, коснуться кончика носа указательным пальцем сначала правой, потом левой руки ( повт. 10 р.)*
5. *Стоя с закрытыми глазами, руки в стороны, коснуться правой рукой мочки левого уха (рука перед лицом), руки в стороны, ещё раз коснуться мочки левого уха рукой ( рука за головой). Поменять руки. ( повт. 10 р.)*

Мальчик-пальчик.

-Мальчик-пальчик, где ты был?

*(большой пальчик поворачивается)*

-С этим братцем в лес ходил,

*(большим пальцем пригибаем к ладони указательной)*

- С эти пальцем щи варил ,

*( средний пригибаем к ладони )*

- С этим братцем кашу ел,

*( безымянный пригибаем к ладони)*

-С этим братцем песни пел

*( мизинец пригибаем к ладони)*

Песни пел, да плясал,

Родных братьев потяшал!

*(поворачиваем кулачки «фонариками)*