**ВОТ КАК ПЛЯШЕТ НАШ БОЛЬШАК**

Вот как пляшет наш Большак:

И вот эдак и вот так!

*(Изо всех сил шевелят большим пальцем ноги.)*

Дед Егор срубил забор.

Щели и дыры, чтобы виден был вор.

*(Разводят пальцы ног как можно шире, а потом с силой поджимают их.)*

Пять и пять пошли гулять

Вот их стало – дважды пять.

*(По возможности разворачивают ступни ног друг к другу, соединяют их и делают «волну» – по очереди совмещают пальцы ног, от мизинца к большому пальцу.)*

**ПАЛЬЧИКИ ШАГАЮТ**

Дети сидят, держась руками за край сиденья, выставив ноги вперед на пятки, и энергично шевелят всеми пальцами ног.

Вот как пальчики шагают,

И мизинец, и большой,

Указательный и средний,

Безымянный – вот какой!

*Дети делают круговые движения ногами, касаясь пола всей ступней («рисуют кружочки»).*

Нарисуем мы кружочек,

Постараемся скорей!

Нарисуем мы кружочек,

Постараемся ровней!

*Все «шагают» на месте, высоко поднимая колени, опуская ногу на пятку (попеременно то правую, то левую ногу).*

А теперь шагаем дружно,

Корпус держать прямо нужно.

Раз-два, раз-два –

Марширует детвора!

**РИСОВАНИЕ ПРИ ПОМОЩИ НОГ**

**1**. Большим пальцем ноги (как правой, так и левой) можно рисовать без следа, понарошку, намечая контуры букв, цифр, геометрических фигур, к примеру, на ковре. Летом в песочнице или на берегу водоема можно рисовать на песке. Но если есть возможность, хорошо иметь плоский поддон с песком в группе детского сада или в домашних условиях.

**2**. Можно раскатать по полу рулоны обоев и рисовать при помощи всей стопы, предварительно окрашенной, причем все что угодно: от коллективных абстракционистских композицией до детективных историй «в следах». Этот вид работы очень грязный. Его реально проводить только в малых группах. К тому же по окончании нужно иметь возможность вымыть ноги. Такие занятия приводят детей в восторг и остаются в памяти как праздник.

**РИСОВАНИЕ ПРИ ПОМОЩИ НОГ**

**1.** Очень нравится детям писать ногами, зажимая карандаш между большим пальцем ноги и остальными четырьмя. Это особенно полезно на этапе освоения форм букв и цифр и способствует гармонизации работы обоих полушарий мозга.

**2.**Такие упражнения особенно полезны детям, по каким-то причинам испытывающим страх перед листом бумаги, имеющим неудачный опыт обучения письму. «Ножное письмо» – это игра, в которой никто не будет ругать за неточную линию. Представим себе, что мы маленькие цифровые обезьянки…