

**Пальчиковая гимнастика – одно из направлений сенсорного воспитания и речевого развития детей .**



Сенсорное воспитание, направленное на формирование полноценного восприятия окружающей действительности, служит основой познания мира, первой ступенью которого является чувствительный опыт. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т.е. от того, насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее. Отдельным направлением в сенсорном воспитании является развитие у детей мелкой моторики – движений кистей и пальцев рук. Упражнения пальчиковой гимнастики стимулируют процесс речевого развития ребенка, способствуют развитию двигательного центра мозга, отвечающего, в том числе и за развитие мелкой моторики. Восточные медики установили, что массаж большого пальца повышает функциональную активность головного мозга, указательного – оказывает благотворное влияние на состояние желудка, среднего – на кишечник, безымянного – на печень и почки, мизинца – на сердце. Так что пальчиковая гимнастика не только положительно воздействует на речевые функции, но и на здоровье ребенка.

Все упражнения пальчиковой гимнастики делаются в медленном темпе и сопровождаются показом и четким произнесением текста. Повторять такие упражнения нужно как можно чаще. Постепенно малыш запомнит тексты стихотворений и сможет произносить их вместе со взрослым.

#### «Кулачки - ладошки»

Есть у любого два кулачка. (Воспитатель сжимает кулаки, сгибает руки в локтях и поднимает их вверх)

Хлопнул один по другому слегка. (Слегка ударяет одним кулаком по другому)

Ну а ладошки не отстают. (Разжимают пальцы)

Следом за ним весело бьют. (Соединяет основания ладоней и начинает хлопать таким образом, чтобы пальцы соприкасались друг с другом)

Кулачки быстрее бьют, (Быстро ударяет одним кулаком по другому)

До чего стараются!

И ладошки тут как тут, (Быстро хлопает в ладоши)

Так и рассыпаются.

Кулачки давай сердиться, (Еще быстрее ударяет одним кулаком по другому)

Громко хлопать стали.

А ладошки – баловницы (Еще быстрее хлопает в ладоши)

Тоже не отстали.

#### «Замок»

На двери висит замок. (Попросить малыша сжимать ладонь в кулачек)

Кто его открыть бы мог? (Кулачки поворачивать в разные стороны)

Повертели, покрутили, (Тихонько стучать по кулачкам)

Постучали и открыли. (Попросить ребенка разжать кулачки)

#### «Капуста»

Мы капусту рубим, рубим. (Вместе с ребенком ударяйте ребрами ладоней по крышке стола)

Мы морковку трем, трем. (Сожмите руки в кулачки и трите ими друг о друга)

Мы капусту солим, солим. (Делайте движения, имитирующие посыпание солью)

А потом все жмем, жмем. (Сжимайте и разжимайте кулачки)

#### «Паучок»

Паучок бежал по ветке, (Скрестите руки на уровне груди. Пальчики правой руки бегут по предплечью левой, а затем наоборот)

А за ним бежали детки.

Хлынул дождик: ой – е – ей! (Прижмите ладошки к лицу и сокрушенно покачайте головой)

Смыло паучков водой. (Помашите руками, словно стряхивая паучков и водичку)

#### «Как живешь?»

- Как живешь?

- Вот так! (Воспитатель сжимает кулак и поднимает большой палец вверх)
- А плывешь?
- Вот так! (Вытягивает руки вперед, прижав пальцы друг к другу, и совершает круговые движения кистями)
- Машешь вслед?
- Вот так! (Машет кистями рук)
- Ждешь обед?
- Вот так! (Подпирает кулаком подбородок)
- А шалишь?
- Вот так! (Надувает щеки и ударяет по ним ладонями)

#### «Наш малыш»

Этот пальчик – дедушка,  
 Этот пальчик – бабушка,  
 Этот пальчик – папочка,  
 Этот пальчик – мамочка,  
 Этот пальчик – наш малыш. (Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого)

#### «Цепочка»

Пальчики перебираем

И цепочку получаем. (Большой и указательный пальцы левой руки образуют кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой – указательный, большой – средний и т.д. Это упражнение можно варьировать, меняя положение пальцев)

#### «Зайка и барабан»

Зайка взял свой барабан

И ударил: трам – трам – трам. (Пальчики сжаты в кулачок. Указательный и средний пальцы вытянуты вверх и прижаты один к другому. Безымянным и мизинцем стучит по большому пальцу)

#### «Апельсин»

Мы делили апельсин, (Пальцы обеих рук сложить образуя шарик: большой с большим, указательный с указательным и т.д.)

Много нас, а он – один, (Кулачки поочередно сжимаем и размижаем)

Эта долька для чижа, (Пальчиками правой руки обхватить большой палец левой руки в кольцо и покрутить)

Эта долька для ежа, (Пальчиками правой руки обхватить указательный палец левой руки в кольцо и покрутить)

Эта долька для зайчат, (Пальчиками правой руки обхватить средний палец левой руки в кольцо и покрутить)

Эта долька для бобрят, (Пальчиками правой руки обхватить безымянный палец левой руки в кольцо и покрутить)

Эта долька для бельчат, (Пальчиками правой руки обхватить мизинец левой руки в кольцо и покрутить)

А для волка – кожа. (Руки приложить к голове и покачать)

Беда – разбежались кто куда. (Изобразить бегущие пальцы по ножкам)

#### «Сидит белка на тележке»

Сидит белка на тележке (Попросить ребенка подпереть голову кулачком)

Продает она орешки:

Лисичке – сестричке, (Малыш загибает пальчики)

Воробью, синичке,

Мишке толстопятому,

Зайке усатому

Кому в платок,  
Кому в зобок,  
Кому в лапочку. (Кулачок малыша сжат)

«Новый дом»

Чтобы дом построить новый, (Изобразить руками крышу домика)  
Запасают тес дубовый, (Попросить малыша загибать пальчики на своей ручке)  
Кирпичи, железо, краску,  
Гвозди, паклю и замазку.  
А потом, потом, потом...  
Начинают строить дом.