

Пальчиковая гимнастика за пять минут

Учителем-логопедом работаю много лет. Большим успехом у моих ребятшек пользуется «Пальчиковая гимнастика за пять минут», с помощью которой детей можно легко организовать на плодотворную работу и, заодно, «разогреть» детские пальчики, а значит и помочь хорошей работе язычка.

Тучка



Тучка солнце повстречала,

Поочерёдное сжимание в кулак («тучка») и разжимание (пальчики растопырены – «солнышко») ладоней обеих рук.

Погостить его позвала.

«Приглашающий» жест пр.рукой. Показать ладошку лев.руки (пальчики растопырены «солнышко»)

«Нет!» - ей солнышко в ответ.

Погрозить ук пальцем пр.руки.

Тучка закрывает свет.

Соединить кулачок пр. руки («тучка») с ладошкой лев.руки (пальчики растопырены – «солнышко»).

Кораблик



Плывёт кораблик по волнам.

Волнообразные движения кистями обеих рук вперёд от себя.

Дельфины слева, справа там.

Волнообразные движения лев.кистью, затем пр. кистью перед собой.

Волна кораблик догоняет

Лёгкие движения кистями от себя.

И ветер с парусом играет.

Помахать обеими руками влево-вправо над головой.

Ёжик



По тропинке, по дорожке
«Рисуем» соединёнными ладонями обеих рук
на столе тропинку. Разъединяем ладони -
рисуем дорожку.

Топают к нам чьи-то ножки.

«Пошлёпать» ладошками по столу.

Это ёж – колючий бок,

Движения вправо-влево соединёнными
ладонями (пальчики растопырить).

По грибам большой знаток!

Указательным и большим пальцами пр.руки
«нанизываем грибочки» на пальчики лев. руки.

Паучки

Паучки ползут по стенке.

«Перебирающие» движения пальчиками
обеих рук снизу-вверх перед собой.

Вот так сгибаются коленки.

Быстро слегка сжимать пальчики обеих рук.

Паутину наплетут,

Круговые «наматывающие» движения
кулачками обеих рук.

В неё мухи попадут.

Попеременные соединительные движения
обеими руками: кулак («муха») – ладонь
(пальчики растопырить «паутина»).



Рыбки

Рыбки в салочки играют.

И друг друга догоняют.

Поочерёдные «волнообразные» движения
правой и левой рукой перед собой.

Осьминог плывёт, пылит.

Рыбки все за камень – шмыг.

Колебательные движения кистями перед
собой (пальчики растопырены).

Соединить ладони перед собой.





Капли

Тучка по небу летала,
Движения руками над головой влево-вправо.
Ну и капли потеряла.

«Волнообразные» движения ладонями сверху-вниз.

Значит, дождь пойдёт - мы знаем.

«Побарабанить» пальчиками по столу.

Все под зонтиком гуляем.

Ладони соединить над головой («зонтик»).

Повороты головой влево-вправо.

Уточки

Утки в озере ныряют,

«Волнообразные» движения кистями обеих
рук вперёд от себя.

Ряску клювом подбирают.

Быстро сжимать «в щепотку» пальчики на
обеих руках

А потом на бережок,

Положить ладони на стол.

Друг за другом шлёп, да шлёп.

«Пошлёпать» ладонями обеих рук по столу.

