

Пальчиковые игры-упражнения

Цель. Формировать правильное звукопроизношение, умение и чисто говорить. Развивать координацию движений рук, мелкую моторику. Совершенствовать память, внимание, умение согласовывать движение и речь.

Все упражнения повторяются несколько раз.

Раз, два, три, четыре

жили мыши на квартире (рис 1)

Все вы знаете считалочку: «Раз, два, три, четыре- жили мыши на квартире. Чай пили, чашки били, по-турецки говорили: «Чаби-чиляби,чиляби-чаби-чаби».

А пальчики-мальчики умеют обыгрывать эту считалочку. Хоти научиться? Повторяйте за мной.

- **Раз** (хлопок в ладоши)
- **Два** (левая рука - перед лицом, ладонь смотрит -вправо; правая рука зажата в кулак, упирающийся в ладонь левой руки; локоть правой руки на уровне плеча).
- **Три** (хлопок в ладоши).
- **Четыре** (правая рука перед лицом, ладонь смотрит влево, левая рука зажата в кулак, упирающийся в ладонь правой руки на уровне плеча).
- **Жили** (хлопок в ладоши).
- **Мыши** (кулачок правой руки упирается в ладонь левой).
- **На** (хлопок в ладоши).
- **Квартире** (кулачок левой руки упирается в ладонь правой).
- **Чай пили** (кисти обеих рук соединены боковыми сторонами собраны в чашечку).
- **Чашки били** (ладони резко расходятся в разные стороны, лицевая сторона смотрит вниз).
- **По-турецки говорили** (руки скрещиваются до локтя плавными, волнообразными движениями кистей).
- **Чаби** (соприкасаются подушечки больших и указательных пальцев обеих рук один раз).
- **Чиляби** (венчаются подушечки больших и средних пальцев один раз).
- **Челяби** (встречаются подушечки больших и безымянных пальцев один раз).
- **Чаби-чаби** (встречаются подушечки больших пальцев и мизинцев обеих кистей рук два раза).

Примечание. Движения руками выполнять в достаточном напряжении.. Во время соединения подушечек пальцев четко проговаривать слова «чаби-чиляби, чиляби-чаби-чаби».

Доброе Утро, здравствуй,

Иван (рис. 2)

Пальцы сомкнуты, чуть растопырены, ладони соединены.

- Доброе утро, здравствуй, Иван (перекрещивают справа на лево большие пальцы).
- Доброе утро, здравствуй, Степан (перекрещивают указательные пальцы).
- Доброе утро, здравствуй, Сергей (перекрещивают средние пальцы) т.д. (все пальцы)

Прятки (рис. 3)

Покажите правую руку, левую руку. (Выполняют.) А теперь попробуйте выполнить такое задание. В правом кулачке спрячется левый Степан, в левом кулачке спрячется правый Никитушка. И т.д.

Цветок (рис. 4)

У каждого из вас кисти рук превратились в цветок. Лепестки закрыть плотно сомкнуты.

- Утром рано он закрыт (кисти рук находятся в исходном положении).
- Но к полудню ближе (ладони отходят друг от друга, подушечки больших пальцев прижаты к концам указательных, кисти рук напоминают полураскрытый бутон).
- Раскрывает лепестки, красоту я вижу (...разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок).
- К вечеру цветок опять закрывает венчик (пальцы сомкнуть — нераскрывшийся цветок).
- И теперь он будет спать (кисти рук в исходном положении).
- До утра, как птенчик (кисти рук положить под щеку — имитация сна).

Щупальца осьминога (рис. 5)

Пальцы сжаты в кулачки и развернуты к себе. Слова произносим четко!

- Много ног у осьминога (поочередно, начиная с большого, выпрямляют все пальцы — 1-я позиция).

- Все они ему нужны (пальцы в обратном порядке сгибаются в кулак — 2-я позиция).
- Заменяют ему руки (1-я позиция).
- Очень ловкие (2-я позиция) они (кулачки повернуть на себя и одновременно их раскрыть).

Качалочка (рис. 6)

Вспомним песенку «Качалочка»:

Качалочка, качалочка,

Качай меня, качай.

А братец мой Иванушка,

Встречай меня, встречай.

Сомкните кисти рук и ладони в крепкий замок.

- Качалочка (пальцы правой руки выпрямить, вся кисть в напряжении, пальцы левой руки согнуты, крепко держат кисть правой руки — 1-я позиция).
- Качалочка (меняют положение кистей рук, пальцы левой руки выпрямить, а правой кистью руки крепко зажать левую кисть — 2-я позиция).
- Качай меня (1-я позиция).
- Качай (2-я позиция).
- А братец мой Иванушка, встречай меня (кисти обеих рук со сцепленными пальцами развернуть к лицу и на каждое слово соединять большие пальцы подушечками).
- Встречай (соединить большие пальцы так, чтобы были видны ногти).

Поймай рыбку за хвостик (рис, 7)

Дети, встаньте в круг. Рассчитайтесь на 1—2-й. Кто из вас получил номер

1 — рыбак; дети под номером 2 - рыбки. Повернитесь лицом друг к другу. Руки согнуты в локтях, соединены пальцы и ладони. Все дружно говорим:

- Рыбак сидит на берегу и мл рыбок в сеть свою (ладони и палец плотно прижаты).
- Раз, два, три (дети, выполняют роль рыбки, делают скользящие движения вниз по кистям рук рыбака до ладоней, на мгновение замирают).

- Лови (дети-рыбки резкими, скользящими движениями вниз по ладоням убирают пальцы-хвостики, а дети рыбаки сгибают пальцы на обеих руках пытаясь поймать рыбку за хвост т. е. за кончики пальцев; затем они меняются ролями).

Выгляни в окошко (рис. 8)

Пальцы сжаты в кулаки.

Кулаки — это домики, в которых живут Иваны. У домиков по три окна: третье — верхнее, расположено между указательными и средним пальцами. Второе — среднее, расположено между средними и безымянными пальцами. Первое — нижнее между безымянными и мизинцам. Какое окно я назову, в то и выгляну ваши Иваны.

- Среднее (дети хлопают три раза, за это время они должны представить где расположено это окно, в которое выглянет Иван, после чего сразу приводят пальцы рук в нужное положение, а именно: подушечки больших пальцев обеих рук выглядывают между первыми фалангами средних и безымянных пальцев, все пальцы собраны в кулак).

На сигналы «нижнее, верхнее» пальцы детей занимают соответствующие положения.

Загляни под печку (рис. 9)

Наигрались, нагулялись пальчики (круговые вращения кистями рук) зашли в дом, легли на печку (ладони обеих рук лежат на столе, пальцы чуть растопырены, спина прямая,) локти на весу, чуть отведены от туловища).

- Только уснули пальчики-мальчики, как под печкой кто-то зашуршал (произносят звук «ш-ш-ш-ш»).
- Полез Иван под печку посмотреть: не мышка ли норوشка? (Большие пальцы обеих рук согнуть и положить под ладонь, подушечки остальных пальцев плотно прижаты к столу.)
- Никого не увидел Иван и вернулся на печку (большие пальцы принимают и. п.).
- А под печкой снова кто-то шуршит («Ш-ш-ш-ш»).
- Полез под печку Степан, затем Сергей и т. д. (Все пальцы по очереди выполняют то же движение, что и большие. После каждой манипуляции дети произносят звук «ш-ш-ш-ш».)
- Спугнул Никитушка мышонка, забрался на печку, все братцы потянулись (пальчики поднять вверх 3 раза, ладони не отрывать от стола) и крепко-крепко уснули.

Примечание. Во время выполнения движения одного пальца все остальные подушечками плотно прижаты к столу.

Улитка (рис. 10)

Кулачки лежат на столе, локти чуть разведены.

- Улитка, улитка, высуну рога, дам тебе, улитка, я пирога. (Улитка пугливая, боязливая, рожки показывает не все сразу.)
- Улитка (большие пальцы обеих рук «появляются» из кулака и ложатся на стол).
- Улитка (мизинцы обеих рук выходят из согнутого положения и ложатся на стол).
- Высуну (указательные пальцы делают то же самое).
- Рога (все пальчики убегают и прячутся в кулак).
- Дам тебе (большие пальцы обеих рук вновь ложатся на стол).
- Улитка (такое же движение делают мизинцы).
- Я (выходят из кулака указательные пальцы).
- Пирога (все пальцы вновь собираются в кулак).

Дети, будьте внимательны, рожки улитки показывают по очереди: большой — мизинец — указательный.

Проснись-потянись (рис. 11)

Ладони плотно прижаты к крышка стола, пальцы, которые не участвуют в работе, также прижаты к крышке стола.

Покажите мне ваши ладони. Широко расставьте пальцы. У каждого есть имя: большой — Иван, указательный — Степан, средний — Сергей, безымянный — Матвей, мизинец - Никитушка.

- Все пальчики-мальчики креп «спят» (кости рук, пальцы чуть расставлены, плотно прижаты к крышке стола).
- Но вот выглянуло солнышко заиграли лучи. Иваны проснулись, потянулись (большие пальцы обеих рук поднять как можно выше от стола кисти напряжены; опустить).
- Степаны проснулись, потянулись (то же движение делают указательные пальцы и так до Никитушки).

Примечания. 1. По мере закреплений детьми этого упражнения следует его усложнить. Имена называть в обратном порядке или вразброс. 2. Пальцы обеих рук поднимать одновременно на «раз», на «два» опускать, ладони при этом напряжены, плотно прижаты к столу.

Поздоровайтесь с гномом Кешей (рис. 12)

Пальцы, которые не работают сжаты в кулак. При рукопожатии ребенок должен сказать вежливые, ласковые слова, что обычно говорят при встрече: «Доброе утро, милый! Кеша»; «Дорогой Кеша, как поживаешь?»; «Здоров ли ты, Кеша?»; «Приятно встретиться, Кеша» и т. д.

- Посмотрите: кто пришел? (Показать тряпичную игрушку, например гнома Кешу.)
- Он хочет с вами поздороваться. Руки у него маленькие, слабые, Кеша с каждым хочет поздороваться. Пожмите ему правую руку своим большим пальцем и мизинцем правой руки. Остальные пальцы: указательный, средний и безымянный — подушечками прижмите к ладони.

А теперь большим и мизинцем левой руки пожмите гному левую руку, не забывая сказать ему доброе, ласковое слово либо поприветствовать его.

Большие и маленькие (рис. 13)

Дети, напрягите пальцы на обеих руках. Вот какие они! Растопырьте пальцы. А теперь они стали маленькие-маленькие. Согните их и коснитесь подушечками (кончиками пальцев) верхней стороны ладоней, т. е. у основания пальчиков.

- Были маленькие мы (пальцы согнуты, прижаты к ладони).
- Стали вдруг большие (расправить пальцы, растопырить).
- Шалунишки, шалуны (движение «фонарики»).
- А дружные какие! (Сцепляют пальцы обеих рук в замок, ладони сжаты.)

Раз, два, три, четыре, пять, будем пальцы разминать (рис. 14)

- Раз, два, три, четыре, пять, будем пальцы (на каждое слово дети делают хлопки).
- Разминать (на это слово пальцы сжать в кулаки).
- Это Ваня (показывают большие пальцы обеих рук).
- Самый сильный, самый толстый и большой (большими пальцами покачивать из стороны в сторону).
- Степа нужен для того, чтоб показывать его (большие пальцы остаются вынутыми из кулака, а указательные на обеих руках немного двигаются).
- А Сергей, он самый длинный, и стоит он в середине (выводят средние пальцы из кулаков).

- А Матвей, он безымянный, он избалованный самый (выводят безымянные пальцы).
- А Никита, хоть и мал (вывести мизинцы).
- Очень (прижать к ладоням большие пальцы).
- Ловок (согнуть указательные, средние и безымянные пальцы на обеих руках, прижать к ладоням).
- И удал (подушечки мизинцев повернуты к лицу, приближаются к губам, после поцелуя, через низ вывернуть кисти рук от себя).

Пенек (рис. 15)

Помните сказку «Маша и медведь»? Соедините ладони обеих рук. Сейчас будем делать скользящие движения кистью правой руки вниз по кисти левой руки.

- Идет медведь по лесу, устал, говорит (пальцы правой руки остановились на уровне ладони левой руки).
- Сяду на пенек, съем пирожок (на слово «сяду» пальцы правой руки давят на ладонь левой, приводя последнюю в горизонтальное положение, а пальцы левой руки остаются в вертикальном положении).

То же самое повторяем с кистью левой руки.

Стала Маша гостей приглашать (рис. 16)

Послушайте русскую народную песенку.

Стала Маша гостей приглашать:

«И Иван — прийди,

И Степан — прийди,

И Сергей — прийди,

И Матвей — прийди,

А Никитушка — ну, пожалуйста».

А теперь покажем своими пальчиками, как Маша приглашала гостей. Соедините ладони и пальцы обеих рук.

- Стала Маша гостей приглашать (ладони раскрываются как цветок, описывают полукруг, соединяясь ребром и мизинцами, пальцы направлены от себя, лицевая сторона смотрит вверх).

- И Иван, приходи (большие пальцы обеих кистей рук дети одновременно сгибают, касаясь ладоней, задерживают в таком положении).
- И Степан, приходи (указательные пальцы делают то же самое).
- И Сергей, приходи (средние пальцы повторяют движение предыдущих пальцев).
- И Матвей, приходи (то же).
- А Никитушка (мизинцы напряжены, выпрямлены).
- Ну пожалуйста (сгибают и направляют к ладони мизинцы).

Затем кисти обеих рук принимают исходное положение.

Второй куплет песни.

Стала Маша гостей угощать.

И Ивану — блин,

И Степану — блин,

И Сергею — блин,

И Матвею — блин,

А Никитушке — мятный пряничек.

Движения пальцев и кистей рук выполняют точно так же, как и в первом куплете.

Утята (рис. 17)

У меня в руке волшебная кисточка, и сейчас она превратит ваши пальчики в утят. Средний палец — утка - папа, у папы голос низкий. Безымянный палец — утка-мама, у мамы голос нежный. Мизинец — это утенок, у утенка голос высокий, пронзительный, тонкий.

Как утка-папа кричит? Басом: «Кря, кря».

А утка-мама? Нежно: «Кря, кря, кря».

А утенок? Пищит: «Кря, кря, кря».

- Указательные пальцы свернули в колечко и положили в ложбинку больших пальцев. Подушечки средних пальцев и больших соприкасаются. Так крикает утка-папа громко, зычно: «Кря, кря, кря».
- При соединении подушечек безымянных пальцев и больших — крикает утка-мама («Кря, кря, кря»).

- А когда работают подушечки мизинцев и больших пальцев, крикает утенок: «Кря, кря, кря, кря, кря, кря» (быстро, тоненьким, пискливым голоском).

Мамочка (рис. 18)

Кончики пальцев обеих рук соединены, ладони на некотором расстоянии друг от друга.

Баран (рис. 19)

- Шел баран по крутым горам (указательные и средние пальцы обеих рук имитируют шаг, остальные пальцы согнуты и прижаты к ладоням).
- Вырвал травку (пальцы обеих р напряжены, из положения «разведен в стороны» собираются в пучок соприкасаясь подушечками, рвут травку, выполняется 2 раза).
- Положил на лавку (кисти рук опускают на крышку стола).

Примечание. Баран может ходить рвать травку по горам — плечам, по горам — коленям, по горам - столам, по горе — голове.

Если дети четко, чисто проговаривают текст, темп выполнения движений можно увеличить.

Кукушка (рис. 20)

- Летела кукушка мимо сада (руки согнуты в локтях, скрещены перед грудью. Выполняют плавные, волной образные движения от предплечья до кончиков пальцев).
- Поклевала (лицевая сторона левой ладони развернута, направлена вверх, пальцы от себя; пальцы же правой руки собраны в «щепотку», четыре раза — на каждый слог — касаются левой ладони, «птица клюет»).
- Всю рассаду (положение рук меняется, выполняются те же действия, что во время проговаривания слова «поклевала»).
- И кричала: «Ку-ку (пальцы имитируют крик птицы — то, как она раскрывает и закрывает клюв).
- Мак (сжимаются пальцы в кулак).
- Раскрывай один кулак (по очереди раскрывают каждый кулак по два раза).

Уж как шла лиса по тропке (рис. 21)

- Уж как шла лиса по тропке (указательный и средний пальцы левой руки «бегут» от плеча до кончиков пальцев правой руки, вытянуты вперед).
- Нашла грамоту в охлопке (указа-тельный и средний пальцы правой руки «бегут» от плеча до кончиков пальцев левой руки, вытянутой вперед).
- Она села на пенек и читала весь денек.
- Мамочка-мама (на каждый слог мизинцы размыкаются и смыкаются).
- Милая моя (то же — безымянные пальцы).
- Мамочка-мама (подушечки средних пальцев производят те же движения).
- Я люблю тебя (указательные пальцы соединяются и разъединяются. При соприкосновении подушечек больших пальцев дети губами имитируют поцелуй).

Пальцы вытянуть пошире (рис. 22)

- Пальцы вытянуть пошире (на эти слова пальцы растопырены, напряжены).
- Раз, два, три, четыре, пять (на каждый счет убирать в кулак по одному пальцу на обеих руках начиная с большого и заканчивая мизинцем).
- Сжать их вместе — три, четыре — и на месте поплясать (пальцы раскрываются и выполняют движение «фонарики»).
- На носок (подушечки мизинцев встречаются, остальные пальцы, помимо большого, согнуты, прижаты к ладоням).
- Потом на пятку (встречаются подушечки больших пальцев).
- Дружно делаем (соприкосновение подушечек мизинцев).
- Зарядку (соприкосновение подушечек больших пальцев).

Р. МОИСЕЕВА, г. Томск