

Тема занятия: «Пальчиковая гимнастика для дошкольников»

ЦЕЛЬ: сделать пальчиковую гимнастику ежедневным мероприятием для детей дошкольного возраста. Развить интерес.

Задачи: развить мелкую моторику, снять напряжение с мышц кисти рук, так как дети дошкольного возраста, часто перенапрягают мышцы рук и кисти при рисовании и занятии творчеством.

Материал для занятий: иллюстрированные конспекты упражнений для совместной работы родителей и детей.

НАШИ ПАЛЬЧИКИ ИГРАЛИ

Наши пальчики играли,
Дружно всё изображали:

Домик, мостик и цветок,
И ворота, и замок.

Кошку, курочку и мышку,
И весёлого зайчишку,

Петуха, пчелу, лягушку
И улитку – их подружку.

Даже трёх богатырей,
Посмотрите поскорей!

Стол и стул, очки, колечко,
Лыжника и человечка,

Речку с рыбкой, пароход,
Птичку, что водичку пьёт.

Заготовили капусту –
Получилось очень вкусно!

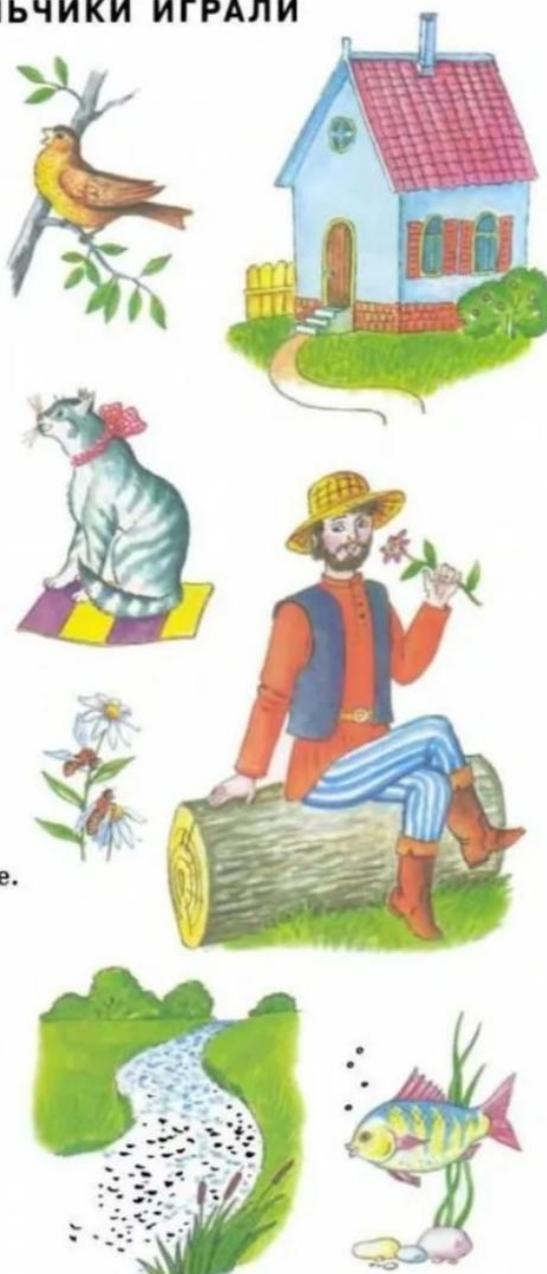
А потом месили тесто
Десять пальчиков – все вместе.

Делали фонарики
И флажки, и шарики.

Дружно пальчики трудились
И немного притомились.

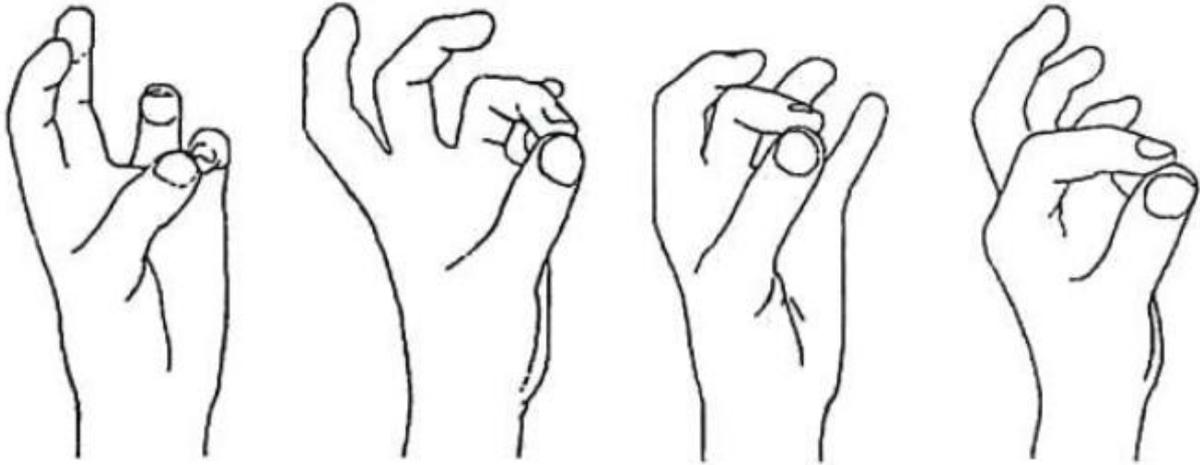
Пальчики ложатся спать,
Чтобы завтра вновь играть.

(О. Перова)



«Пальчики здороваются»

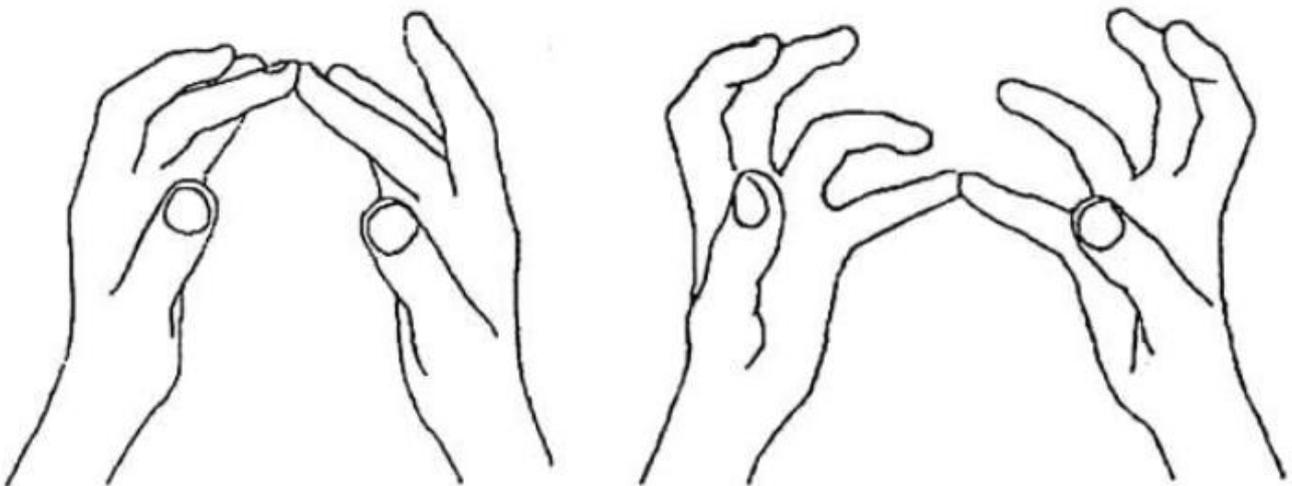
Раз, два, три, четыре, пять —
Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять —
В домик спрятались опять.



Поочередно сгибать все пальчики, начиная с мизинца; затем разгибать их в том же порядке.

«Здравствуй!»

Здравствуй, солнце золотое!
Здравствуй, небо голубое!
Здравствуй, вольный ветерок!
Здравствуй, маленький дубок!
Мы живем в одном краю —
Всех я вас приветствую!



Пальчиками правой руки по очереди «здороваться» с пальчиками левой, похлопывая друг друга кончиками.

СОБАКА

Вариант 1.

Исходное положение. Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть.

Мизинец то опускать, то поднимать, имитируя движение собачьей пасти.

Ав-ав-ав — я не пугаю,
Я с ребятами играю!



Вариант 2.

Исходное положение. Указательный палец и мизинец поднять вверх. Остальные пальцы выпрямить и собрать в «щепоть», имитируя собачью пасть.

Шла собака через мост,
Четыре лапы, пятый хвост.
Если мост обвалится,
То собака свалится.



ЛОШАДЬ

Большой палец правой руки поднять вверх. Сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх.

Потом можно поменять руки.

Конь ретивый
С длинной гривой
Скачет, скачет по полям
Тут и там! Тут и там!



Пальчиковые загадки

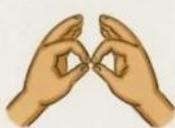
— А сейчас пальчики будут загадывать интересные загадки. Я буду показывать, а ты отгадывай; потом повторяй движение за мной.

«Очки». Обеими руками изображаем «колечки» — соединяем большой и указательный пальцы, остальные пальцы выпрямлены или немного согнуты. Поднимаем руки и подносим их к глазам.

«Домик». Прямые ладони соединяем под углом, кончики пальцев соприкасаются.

«Лодка». Ладони с прижатыми друг к другу пальцами поставлены на ребро, соединяем их «ковшиком». А если в этой фигуре поднять большие пальцы, то получится «пароход».

«Цепочка». Большие и указательные пальцы соединяем — получаются колечки, одно колечко обхватывает другое — получается цепочка. Цепочку можно делать и из других пальцев — большой и указательный, большой и средний и т. д.



«Очки»



«Домик»



«Лодка»



«Цепочка»

Театр теней

В театре теней можно устраивать настоящие спектакли. Например, если немного шевелить пальцами — «ногами черепахи» и двигать обе руки, черепаха медленно поползет.



Медведь и зайчик могут «поговорить» с малышом. Например, расспросить его, что он знает о лесных жителях.



А про верблюда или орла можно рассказать сказку или сочинить историю.



Пальчиковая гимнастика.

Из гнезда торчат
Клювы маленьких стрижат.
Клювик раз,
Клювик два.
Лапки, лапки
Голова.

соединяем большой палец с указательным
соединяем большой палец со средним
соединяем большой палец с безымянным
соединяем большой палец с мизинцем
сжимаем и разжимаем кулачки
рисуем в воздухе руками круг.



Моя семья

Этот пальчик — дедушка,
 Этот пальчик — бабушка,
 Этот пальчик — папочка,
 Этот пальчик — мамочка,
 Этот пальчик — я.
 Вот и вся моя семья!

Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого.



Вышли пальчики гулять

Раз, два, три, четыре, пять —
 Вышли пальчики гулять.
 Раз, два, три, четыре, пять —
 В домик спрятались опять.

На первые строчки — поочередное разгибание пальчиков из кулачков, начиная с большого пальца. На следующие строчки — поочередное сгибание пальчиков в кулачки, начиная с мизинца.



Прятки

В прятки пальчики играли
 И головки убирали.
 Вот так, вот так —
 И головки убирали.

Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: поочередное сгибание каждого пальчика на обеих руках.



Капустка

Мы капустку рубим-рубим,
 Мы капустку солим-солим,
 Мы капустку трем-трем,
 Мы капустку ждем-ждем.

Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередно поглаживать пальцы, потирать кулачок о кулачок, сжимать и разжимать кулачки.

В пальчиковой гимнастики можно использовать малый мяч, можно массажный.

Пальчиковая гимнастика.

- Этот пальчик — маленький (массируем мизинчик).
- Этот пальчик — слабенький (безымянный).
- Этот пальчик — длинненький (средний).
- Этот пальчик — сильненький (указательный).
- Этот пальчик — большачок (большой).
- А все вместе — кулачок (сжимаем в кулачок)

