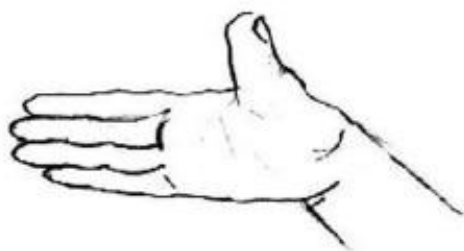


Кинезиологические упражнения

Упражнение: «Флажок-рыбка-лодочка»

- Ладонь ребром.
- Пальцы вытянуты и прижаты друг к другу. Указательный палец опирается на большой палец.
- Обе ладони поставлены на ребро и соединены «ковшиком», большие пальцы прижаты к ладони.



Упражнение: «Зайчик-колечко-цепочка»

- Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.
- Указательный и большой пальцы соединяются. Средний, безымянный, мизинец вытянуты вперед.
- Поочередно соединяем большой палец с указательным, со средним и т.д. и через них попеременно «пропускаем» «колечки» из пальчиков другой руки.



Упражнение: «Зайчик-коза-вилка»



- Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.
- Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный -прижать большим пальцем к ладони.
- Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

Упражнение: «Сарай-дом с трубой-пароход»

- Пальцы рук соединить под углом - «крыша». Большие пальцы прижаты к ладоням.
- Пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить друг с другом. Указательный палец одной руки выпрямить – это «труба».
- Обе ладони соединены «ковшиком», большие пальцы подняты вверх – это «труба».



Упражнение: «Дом-ёжик-замок»



- Пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить.
- Поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой.
- Ладони прижать друг к другу. Пальцы переплести.

Упражнение: «Гусь-курица-петух»

- Ладонь согнуть под прямым углом. Пальцы вытянуть и прижать друг к другу. Указательный палец согнуть и опирается на большой.
- Ладонь немного согнуть. Указательный палец упирается в большой. Остальные пальцы накалываются друг на друга в полусогнутом положении.
- Ладонь поднять вверх. Указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх – это «гребешок».



Упражнение: «Ножницы-собака-лошадка»



- Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.
- Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть.
- Большой палец правой руки поднять вверх сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх.