

Гимнастика для сладких пальчиков

Известно, что речевой центр и центр, управляющий движениями пальцев, находятся в коре головного мозга рядом друг с другом. Поэтому работа пальцев оказывает стимулирующее воздействие на речевой центр и способствует умственному развитию ребенка. Если вы хотите, чтобы ваш малыш быстрее заговорил, занимайтесь с ним пальчиковой гимнастикой каждый день.

В этом разделе предложены некоторые наиболее простые упражнения для пальцев рук малыша. В любом книжном магазине вы можете приобрести специальную литературу по пальчиковым играм и научить ребенка новым, более сложным упражнениям. Играйте с ним как можно чаще, сопровождая работу рук чтением детских стихов. Чтобы увлечь ребенка пальчиковой гимнастикой, взрослому следует заранее выучить подходящие стихотворения наизусть и разобраться в работе рук так, чтобы впоследствии с легкостью показать и объяснить малышу игру.

Для пальцев рук также полезны различные мозаики, трафаретные настольные игры, игры по типу «вдень шнурок в дырочку» или «собери бусины на веревочку», — подобные игры могут увлечь малыша надолго, а вы в это время можете спокойно отдохнуть или поболтать по телефону. И вам удобно, и ребенку полезно!

Пальчики здороваются

Малыш сидит или стоит, держит руки перед собой. Сначала соединяет большие пальцы рук: «Здравствуй, правый палец, —

привет, левый!». Потом соединяет указательные пальцы: «Привет, правый, — давно не виделись, левый!». Затем средние пальцы, безымянные и, наконец, мизинцы. Сопровождайте соединение пальчиков смешным диалогом, так будет веселее!

Идет коза рогатая...

Малыш изображает «козу», вытянув указательный палец и мизинец одной, затем другой руки. Взрослый при этом читает стишок:

*Идет коза рогатая За малыши
ребятами. Ножками топ-топ.*

Топаете ногами вместе с ребенком.

Глазками хлоп-хлоп.

Открываете и закрываете глаза вместе с малышом.

*Кто каши не ел, Молока не пил,
Забодаю, забодаю...*

Бодаете друг друга «козой» в животик.

Очки

Ребенок соединяет большой и указательный палец правой и левой руки и изображает очки на глазах.

Длинноухий зайчик

Этот стишок — один из самых любимых моей дочки. Ей очень нравится изображать зайчика. Это просто и весело, однако перед тем, как научить ребенка этой игре,

разберитесь в ней сами, тогда и вашему малышу она понравится.

Вытяните два пальца правой руки, указательный и средний, вверх, изображая зайца. Рукой делайте прыгающие движения к себе, как будто зайка скачет:

*Длинноухий зайка в огород пошел. Большой кочан
капусты заинька нашел.*

На этих словах сложите пальцы левой руки в кулачок.

«Попробую капусту!» — заинька сказал. Погрыз
кочан немножко...

*При словах «погрыз» соедините большой и безымянный
пальцы правой руки, сжимайте и разжимайте их, как будто
зайка ест капусту («ам-ам»).*

И дальше поскакал.

*Уберите импровизированный ротик зайки, оставив одни
ушки на правой руке, и сделайте прыгающее движение рукой
от себя, как будто зайка убегает.*

Прятки

*Взрослый читает стишок, а малыш сжимает и разжимает
пальчики.*

В прятки малыши играли И головки
убирали. Вот так, вот так. Так головки
убирали.

Сорока-ворона

Этот стишок всем знаком. Сопровождайте его игрой пальчиков, и получится развивающая гимнастика. При произнесении текста ребенок сначала водит указательным пальцем правой руки по ладони левой.

На словах «этому дала» малыши сгибает поочередно каждый палец руки, кроме мизинца, которому каши не досталось, потому что он «дров не рубил, воды не носил».

Сорока-ворона кашу варила,

Деток кормила.

Этому — дала,

Этому — дала,

Этому — дала,

И этому — дала,

А этому — не дала.

Ты дров не рубил,

Воды не носил, Тебе и нет ничего!

Мальчик-с-пальчик

Ребенок соединяет большой палец поочередно с указательным, средним, безымянным, мизинцем на одной руке, затем на другой.

Мальчик-с-пальчик, где ты был? С этим

братцем в лес ходил. С этим братцем щи варил.

С этим братцем кашу ел. С этим братцем песни

пел.

Белка

Малыш держит руку ладошкой кверху. Указательным пальцем другой руки водит по ладони, затем поочередно загибает пальцы.

Сидит белка на тележке, Продает орешки:
Лисичке -сестричке, Воробью, синичке,
Мишке толстопятому, Заиньке усатому...

Апельсин

Малыш поочередно разгибает пальцы, сжатые в кулачок, начиная с мизинца, а взрослый читает стихотворение:

Мы делили апельсин, Много нас, а он
один! Эта долька для ежа, Эта долька для
стрижа, Эта долька для чижа. Эта долька
для кота. Эта долька для бобра. Ну а
волку — кожура.

Волку ничего не досталось. Малыш разводит ручками. Моя дочь при этом недоуменно пожимала плечами.

Алые цветы

Малыш соединяет обе руки ладонями друг к другу в форме тюльпана. Медленно раскрывает пальцы:

*Наши алые цветы Раскрывают
лепестки.*

Покачивает кистями рук:

*Ветерок чуть дышит, Лепестки
кольшет.*

Медленно закрывает пальцы:

*Наши алые цветы Закрывают
лепестки.*

Покачивает сложенными кистями: *Тихо*
засыпают, головой качают.

Паучки

Это очень веселый стишок. Ваш ребенок, наверняка, будет смеяться, выполняя это упражнение.

Паучок ползет по ветке.

Поставьте правую руку крабом и карабкайтесь по спинке малыша, передвигая пальцами.

А за ним ползут все детки.

На этих словах поставьте крабом и левую руку. Теперь бегите по спинке и головке малыша двумя руками.

*Дождик с неба вдруг полил, Паучков на
землю смыл.*

Изобразите руками дождик. Кистями обеих рук делайте движения вверх-вниз, поглаживая малыша по грудке или спинке сверху вниз.

Солнце стало пригревать.

Соедините запястья рук вместе и разведите пальцы в стороны.

Паучок ползет опять.

Пальцы правой руки, сложенные крабом, опять поползли по малышу.

*А за ним ползут все детки, Чтобы
погулять по ветке.*

К правой руке присоединяется левая рука, пальцы которой сложены крабом, и «паучки» в виде пальцев двух рук ползают по животу, спинке и головке маленького.

Сделайте сначала это упражнение сами, а потом научите ребенка. Пусть он сделает то же самое, изображая паучка. Правда, вам в этом случае придется изображать дерево.