

Пальчиковая гимнастика для школьников

Специалисты в области детской психологии и логопедии уже давно установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени развития тонкой моторики руки. Если движения пальцев развиваются “по плану”, то и развитие речи также в пределах нормы. Если же развитие пальцев “отстаёт”, то отстаёт и развитие речи.

Почему же две эти составляющие так взаимосвязаны? Дело в том, что наши предки общались при помощи жестов, добавляя постепенно возгласы, выкрики. Движения пальцев постепенно совершенствовались. В связи с этим происходило увеличение площади двигательной проекции кисти руки в мозге человека. Речь развивалась постепенно.

Примерно так же развивается речь и мелкая моторика у ребенка, т.е. сначала начинают развиваться движения пальцев рук, когда же они достигают достаточной тонкости, начинается развитие словесной речи.

Учителя в школах отмечают, что многие 7-летние дети с речевыми нарушениями плохо координируют движения руки и глаза, у них слабо развита мелкая мышечная моторика и координация пальцев рук. Дети не умеют строить свою деятельность и копировать предъявленный им образец, недостаточно хорошо ориентируются во времени и пространстве. Отмечается снижение темпа графической деятельности. Всё это в дальнейшем может привести к неуспеваемости в школе.

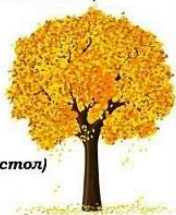
Многих сложностей можно избежать, проведя целенаправленную работу по развитию мелкой моторики пальцев рук.

Изучив проблему и учтя рекомендации учителей начальных классов, мы предлагаем включать в ежедневные занятия с ребенком задания и упражнения, направленные на развитие тонкой моторики пальцев рук.

Предложенные упражнения улучшают умственную деятельность, способствуют запоминанию, улучшают процесс письма в будущем. Эти упражнения можно проводить как «минутку отдыха» в течении всего дня.

«Осень»

Ветер по лесу летал,
Ветер листочки считал:
(плавные волнообразные движения ладонями)
Вот дубовый,
Вот кленовый,
Вот рябиновый резной,
Вот с берёзки – золотой,
(загибают по одному пальчику на обеих руках)
Вот последний лист с осинки
Ветер бросил на тропинку.
(спокойно укладывают ладони на стол)



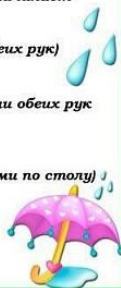
«Компот»

Будем мы варить компот,
Фруктов нужно много. Вот!
(левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают»)
Будем яблоки крошить,
Грушу будем мы рубить.
Отожмём лимонный сок,
Слив положим и песок.
(загибают пальчики по одному, начиная с большого)
Варим, варим мы компот.
Угостим честной народ.
(опять «варят» и «мешают»)



«Вышел дождик погулять»

Раз, два, три, четыре, пять,
(удары по столу пальчиками обеих рук. Левая начинает с мизинца, правая – с большого пальца)
Вышел дождик погулять.
(беспорядочные удары по столу пальчиками обеих рук)
Шёл неспешно, по привычке,
А куда ему спешить?
(шагают) средним и указательным пальчиками обеих рук по столу)
Вдруг читает на табличке:
«По газону не ходить!»
(ритмично ударяют по ладоням, то кулачками по столу)
Дождь вздохнул тихонько:
(часто и ритмично бьют в ладоши)
- Ох!
(один хлопок)
И ушёл. Газон засох.
(ритмичные хлопки по столу)



«Овощи»

У Лариски – Две редиски.
А у Вовки – Две морковки.
У Алёшки – Две картошки.
Да ещё у Петьки –
Две хвостатых редьки.
У Серёжки сорванца –
Два зелёных огурца.



«Дружные пальчики»

- Пальчик, пальчик, где ты был?
(пальчики сгибаются в кулачок и разгибаются)
- С этим пальцем в лес ходил.
- С этим пальцем щи варил.
- С этим пальцем кашу ел.
- С этим пальцем песни пел.
(на каждую строчку загибается один пальчик)



«Семья»

Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
Этот пальчик – я!



«Наша группа»

В нашей группе все друзья.
(ритмично стучат кулачками по столу)
Самый младший – это я.
Это Маша,
Это Саша,
Это Юра,
Это Даша.
(разжимают кулачки, начиная с мизинчика)



«Как у нас семья большая»

Как у нас семья большая
Да весёлая.
(ритмичные хлопки в ладоши и удары кулачками попеременно)
Два у лавки стоят,
(загнуть большие пальцы на обеих руках)
Два учиться хотят,
(загнуть указательные пальцы на обеих руках)
Два Степана у сметаны обедаются.
(загнуть средние пальцы)
Две Даши у каши питаются.
(загнуть безымянные пальцы)
Две Ульки в люльке качаются.
(загнуть мизинцы)



«Сидит белка на тележке»

Сидит белка на тележке,
Продаёт она орешки.
(хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно)
Лисичке-сестричке, Мишке толстопятому,
Воробью, синичке, Зайчье усамоту.
(загибают по одному пальчику, начиная с большого)
Кому в платок,
Кому в зобок,
Кому в лапochку.
(хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно)



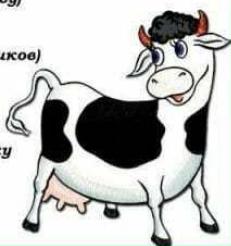
«Рыбка»

Рыбка плавает в водиче,
Рыбке весело играть.
(сложенными вместе ладонями дети изображают, как плывёт рыбка)
Рыбка, рыбка, озорница,
(грозят пальчиком)
Мы тебя хотим поймать.
(медленно сближают ладони)
Рыбка спинку изогнула,
(сложенными вместе ладонями изображают, как плывёт рыбка)
Крошку хлебную взяла.
(делают хватательные движения обеими руками)
Рыбка хвостиком махнула,
Рыбка быстро уплыла.
(снова «плывут»)



«Бурёнушка»

Дай молочка, Бурёнушка,
Хоть капельку – на доньшке.
(показывают, как доят корову)
Ждут меня котятки,
Малые ребятки.
(делают «мордочки» из пальчиков)
Дай им сливок ложечку,
Творогу немножечко,
Масла, простоквашки,
Молочка для кашки.
(загибают по одному пальчику на обеих руках)
Всем даёт здоровье
Молоко коровье.
(снова доят)



«Каша»

Каша в поле росла,
(дети подняли руки, шевелят пальчиками)
К нам в тарелку пришла.
(идут пальчиками по столу)
Всех друзей угостим,
По тарелке дадим.
(в правой ладошке «мешают» указательным пальцем левой руки)
Птичке-невеличке,
Зайцу и лисичке,
Кошке и матрешке,
(загибают по одному пальчику на обеих руках)
Всем дадим по ложке!
(разжимают кулачки)



«Обувь»

Посчитаем в первый раз,
Сколько обуви у нас.
(попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу)
Туфли, тапочки, сапожки
Для Наташки и Серёжки,
Да ещё ботинки
Для нашей Валентинки,
А вот эти валенки
Для малышки Галеньки.
(на каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого)



«Ботинки»

Всюду, всюду мы вдвоём
Неразлучные идём.
(средний и указательный пальчики «шагают» по столу)
Мы гуляем по лугам,
По зелёным берегам,
Вниз по лестнице сбежали,
Вдаль по улице шагали,
После лезем под кровать,
(загибают по одному пальчику, начиная с большого)
Будем там тихонько спать.
(укладывают ладони на стол)



«Новые кроссовки»

Как у нашей кошки
На ногах сапожки.
Как у нашей свинки
На ногах ботинки.
А у пса на лапках
Голубые тапки.
А козлёнок маленький
Обувает валенки.
А сыночек Вовка -
Новые кроссовки.
(загибают на обеих руках пальчики по одному, начиная с большого)
Вот так,
Вот так,
Новые кроссовки.
(шагают по столу указательным и средним пальцами обеих рук)



«Мы во двор пошли гулять»

Раз, два, три, четыре, пять,
(загибают пальчики по одному)
Мы во двор пришли гулять.
(идут по столу указательными и средними пальчиками)
Бабу снежную лепили,
(лепят комочек двумя ладонями)
Птичек крошками кормили,
(«крошат хлебушек» всеми пальчиками)
С горки мы потом катались,
(ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)
А ещё в снегу валялись.
(кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной)
Все в снегу домой пришли.
(отряхивают ладошки)
Съели суп и спать легли.
(движения воображаемой ложкой; руки под щеку)



«Птички»

Эта птичка – соловей,
Эта птичка – воробей,
Эта птичка – совишка,
Сонная головушка.
Эта птичка – свистистель,
Эта птичка – коростель.
(загибают по одному пальчику на обеих руках)
Эта птичка – злой орлан.
(машут сложенными накрест ладонями)
Птички, птички, по домам.
(машут обеими руками, как крыльями)



«Уточка»

Шла уточка бережочком,
Шла серая по крутому.
(идут) двумя пальчиками по столу переваливаясь)
Вела детей за собою,
И малого, и большого,
(загибают безымянный палец, мизинец)
И самого любимого.
(загибают указательный палец)



«Сорока – белобока»

Сорока-белобока
Кашику варила,
Сорока-белобока
Детишек кормила.
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
Этому не дала:
Ты воды не носил,
Дров не рубил,
Каши не варил -
Тебе ничего нет!



«Кормушка»

Сколько птиц к кормушке нашей
Прилетело? Мы расскажем.
(ритмично сжимают и разжимают кулачки)
Две синицы, воробей,
Шесть цезглов и голубей,
Дятел в пёстрых перышках.
(на каждое название птицы загибают по одному пальчику)
Всем хватило зёрнышек.
(ритмично сжимают и разжимают кулачки)



«Апельсин»

Мы делили апельсин.
(дети разламывают воображаемый апельсин на дольки)
Много нас, **(показывают 10 пальцев)**
А он один. **(показывают 1 палец)**
Эта долька – для ежа.
Эта долька – для стрижа.
Эта долька – для утят.
Эта долька – для котят.
Эта долька – для бобра.
(загибают по одному пальчику на каждую строчку)
А для волка – кожура.
(бросательные движения правой рукой)
Он сердит на нас – беда!!!
(сжимают кулаки и прижимают их к груди)
Разбегайтесь – кто куда!!!
(бегут) пальцами по столу)



«Есть у каждого свой дом»

У лисы в лесу глухом
Есть нора – надёжный дом.
Не страшны зимой метели
Белочке в дупле на ели.
Под кустами ёж колючий
Нагребаёт листья в кучу.
Из ветвей, корней, коры
Хатки делают бобры.
Спит в берлоге косопалый,
До весны сосёт там лапу.
(загибают по одному пальчику)
Есть у каждого свой дом,
Всем тепло, уютно в нём.
(хлопки ладонями)



«Машина каша»

Маша каши наварила,
Маша кашей всех кормила.
Положила Маша кашу
(сгибают и разгибают кулачки)
Кошке – в чашку,
Жучке – в плошку,
А коту – в большую ложку.
В миску курицам, цыплятам
И в корытце поросётам.
(загибают по одному пальчику)
Всю посуду зачала,
Всё до крошки раздала.
(сгибают и разгибают кулачки)



«Где пообедал воробей?»

Где пообедал, воробей? **(машут перекрёстными ладошками)**
В зоопарке у зверей!
(ладошки изображают раскрывающуюся пасть)
Пообедал я сперва За решёткою у льва.
Подкрепился у лисицы,
У моржа попил водичку.
Ел морковку у слона.
С журавлём поел пшена.
Погостил у носорога,
Отрубей поел немного.
Побывал я на пиру
У хвостатых кенгуру.
Был на праздничном обеде
У мохнатого медведя.
(на каждое название животного загибают по одному пальчику сначала на левой, затем на правой руке)
А зубастый крокодил чуть меня не проглотил.
(изображают раскрывающуюся пасть животного)



«На ёлке»

Мы на ёлке веселились, **(ритмичные хлопки в ладоши)**
И плясали и резвились. **(ритмичные удары кулачками)**
После добрый Дед Мороз
Нам подарки преподнёс. **(дети «шагают» средним и указательным пальцами обеих рук по столу)**
Дал большущие пакеты,
(рисуют) руками большой круг
В них же – вкусные предметы:
(ритмичные хлопки в ладоши)
Конфеты в бумажках синих,
Орешки рядом с ними,
Груша,
Яблоко, один
Золотистый мандарин.
(загибают на обеих руках пальчики, начиная с большого)



«Ёлочка»

Перед нами ёлочка
(пальцы рук переплетены, из больших пальцев – верхушка «ёлочки»)
Шпичечки, иголки.
(кулачки; указательные пальчики выставлены)
Шарики, фонарики,
(шарики из пальцев вверх, вниз)
Зайчики и свечки,
(ушки из указательного и среднего пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты)
Звёзды, человечки.
(ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный пальцы стоят на столе)



«Подарки»

Дед Мороз принёс подарки:
(шагают пальчиками по столу)
Буквари, альбомы, марки,
Куклы, мишек и машины,
Попугая и пингвина,
Шоколадок полмешка
И пушистого щенка!
(на каждое название подарка загибают по одному пальчику сначала на правой, потом на левой руке)



«Пирог»

Падал снег на пирог.
(дети два раза медленно опускают ладони на стол)
Кот слетел себе пирог.
А пока летел и пёк,
(прижимая ладонь к ладони, показывают, как лепят пирог)
Ручейком пирог утёк.
(бегут) пальчиками обеих рук по столу)
Пирожки себе пеки
Не из снега – из муки.
(опять показывают, как пекут пирог)



«Однажды хозяйка с базара пришла»

Хозяйка однажды с базара пришла,
Хозяйка с базара домой принесла **(шагают пальчиками по столу)**
Картошку, капусту, морковку, горох, петрушку и свёклу,
(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)
Ох! (хлопок)
Вот овощи спор завели на столе –
Кто лучше, вкусней и нужней на земле.
(попеременные удары кулачками и ладонями)
Картошка? Капуста? Морковка? Горох? Петрушка или свёкла?
(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)
Ох! (хлопок)
Хозяйка тем временем ножик взяла
И ножиком этим крошить начала **(стучат ребром каждой ладони по столу)**
Картошку, капусту, морковку, горох, петрушку и свёклу.
(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)
Ох! (хлопок)
Накрытые крышкой, в душном горшке
Кипели, кипели в крутом кипятке **(ладони складывают крест-накрест на столе)**
Картошка, капуста, морковка, горох, петрушка и свёкла.
(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)
Ох! (хлопок) И суп овощной оказался неплох! **(показывают, как едят суп)**



«Грибы»

Топ-топ – пять шагов,
(дети шагают) пальчиками по столу)
В тучесочке пять грибов.
Мухомор красный –
Гриб опасный.
(сгибают и разгибают кулачки)
А второй – лисичка,
Рыжая косичка.
Третий гриб – волнушка,
Розовое ушко.
А четвёртый гриб – сморчок,
Воробятый старичок.
Пятый гриб – белый,
Ешь его смело!
(на каждое двустишие дети разгибают по одному пальчику, начиная с большого)



«За ягодами»

Раз, два, три, четыре, пять,
(пальчики обеих рук «здороваются», начиная с больших)
В лес идём мы погулять.
(обе руки «идут» указательными и средними пальцами по столу)
За черникой,
За малиной,
За брусникой,
За калиной.
Землянику мы найдём
И братишке отнесём.
(загибают пальчики, начиная с большого)



«Алёнка»

Алёнка-маленка
Шустра, быстра:
(хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза)
Воды наносила,
Сарафан дошила,
Носок довязала,
Ягод насобирала,
Песню допела,
(загибают пальчики по одному)
Везде поспела.
В охотку ей дело.
(хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза)

