

СБОРНИК ПАЛЬЧИКОВЫХ ИГР ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧИ

МАССАЖНЫЕ ИГРЫ
ГИМНАСТИЧЕСКИЕ ИГРЫ
ПРЕДМЕТНЫЕ ИГРЫ

СБОРНИК

Как надо играть с малышом?

- Перед игрой кратко в доступной форме объясните ребенку суть игры.
- Играйте сами с увлечением, погрузитесь в мир вашего малыша.
- Не давайте малышу сразу большой объем и много задач. Освоить одну-две пальчиковых игры в день — достаточно.
- Поощряйте успехи ребенка и закрывайте глаза на его ошибки.
- Игра должна доставлять радость вам обоим.
- Бывает, что малышу вдруг приходится не по душе какая-то из пальчиковых игр. Не заставляйте его играть в нее.



Пальчиковые игры для самых маленьких

Сорока-ворона

Взрослый водит пальцем по раскрытой ладонке ребенка и говорит:

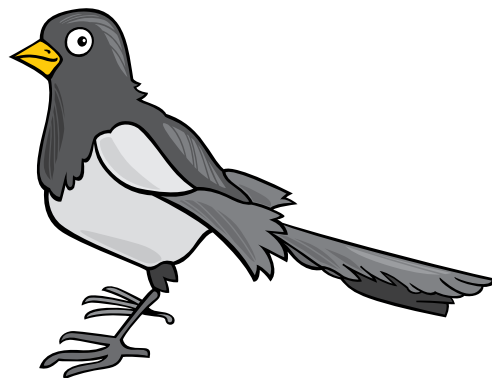
— Сорока-ворона кашу варила,
деток кормила:

(поочередно берет пальчик, покачивает его и загибает к ладошке)

— Этому дала,
этому дала,
этому дала
этому дала,
а этому (покачивает посильнее) — не дала!

Ты в лес не ходил,
ты дров не рубил,
ты печь не топил!
Тебе нет ничего!

* * *



Пальчики-грибочки

Поочередно берем за пальчики, начиная с мизинца, покачиваем каждый и прижимаем к ладошке:

Этот пальчик в лес пошел,
этот пальчик гриб нашел,
этот пальчик чистить стал,
этот пальчик жарить стал.

Ну, а этот (большой пальчик) — взял, и съел,
потому и потолстел!

У пальчиковых игр есть еще одно преимущество - они помогают прочнее налаживать тесный контакт родителя с ребенком. Ведь для малыша нет ничего лучше игры, а пальчиковые игры очень увлекательны, и нравятся детям. Но если малыш не хочет повторять за Вами движения пальчиковых игр, то просто играйте сами, рано или поздно он к Вам присоединится.

Два козленка

(На обеих ручках прижимаем большими пальцами средние и безымянные).

Как-то раз к кому-то в гости
Шёл козлёнок через мостик,
(Держим кисти горизонтально, сближаем руки).

А навстречу шёл другой,
Возвращался он домой.

(На первый слог каждой строчки соединяем руки с размаха).

* * *

Пять утят

Пять утят плывут вперёд,
На берегу их мама ждёт,
(Одна из рук — «мама утка» — стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы сложены щепоткой. Вторая рука — утята. Выполняем волнообразные движения по направлению к «утке».

Количество разогнутых пальцев соответствует количеству утят)

Но только четверо утят
Вернулись к мамочке назад.
(постепенно пальцы загибаются)

Четверо утят плывут...

Трое утят плывут...

Двое утят плывут...

Вот один плывёт вперёд,
На берегу его мама ждёт,

(На слова «На берегу их мама ждёт» «киваем» кистью руки («мамой-уткой»).

И сразу пятеро утят

Вернулись к мамочке назад.



Главная цель пальчиковых игр – переключение внимания, улучшение координации и мелкой моторики, что напрямую воздействует на умственное развитие ребенка. Кроме того, при повторении стихотворных строк и одновременном движении пальцами у малышей формируется правильное звукопроизношение, умение быстро и четко говорить, совершенствуется память, способность согласовывать движения и речь.

Часы

(Садимся на коврик или подушку (на колени). Перебираем пальчиками («бежим») от коленочек до макушки).

Мышь полезла в первый раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом!»,
(Один хлопок над головой).

Мышь скатилась кувырком.
(Руки «скатываются» на пол).

Мышь полезла второй раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом, бом!»
(Два хлопка).



Мышь скатилась кувырком.
Мышь полезла в третий раз
Посмотреть, который час.
Вдруг часы сказали: «Бом, бом, бом!»
(Три хлопка).

Мышь скатилась кувырком.

* * *

Червячки

Раз, два, три, четыре, пять,
Червячки пошли гулять.
(Ладони лежат на коленях или на столе. Пальцы, сгибая, подтягиваем к себе ладонь (движение ползущей гусеницы), идем по столу указательным и средним пальцами (остальные пальцы поджаты к ладони).

Раз, два, три, четыре, пять,
Червячки пошли гулять.
Вдруг ворона подбегает,
Головой она кивает,
(Складываем пальцы щепоткой, качаем ими вверх и вниз).

Каркает: «Вот и обед!»
(Раскрываем ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх).

Глядь — а червячков уж нет!
(Сжимаем кулачки, прижимая их к груди)

У жирафов

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.
(Хлопаем по всему телу ладонями).

На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носках, на животах, на коленях и носках.
(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.
(Щипаем себя, как бы собирая складки).

На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носках, на животах, на коленях и носках.
(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).

* * *

Наша семья

Вот дедушка,
Вот бабушка,
Вот папочка,
Вот мамочка,
Вот деточка моя,
А вот и вся семья.



Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого, а со слов «А вот и вся семья» второй рукой охватывать весь кулачок.

* * *

Качели

Задрожали ветви елей.
Мы в восторге от качелей.
Мы летаем вверх и вниз,
Вместе с нами веселись. (Т. Сикачева)
Упражнение выполнять вначале правой, затем левой рукой, а далее — двумя руками.
От запястья кисти рук с прямыми сомкнутыми пальцами поднимать вверх, а затем, слегка согнув пальцы, мягко опускать вниз.

Котята

(Ладони складываем, пальцы прижимаем друг к другу. Локти опираются о стол).

У кошки нашей есть десять котят,
(Покачиваем руками, не разъединяя их).

Сейчас все котята по парам стоят:

Два толстых, два ловких,
Два длинных, два хитрых,
Два маленьких самых
И самых красивых.

(Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).

* * *

Паучок

Паучок ходил по ветке,
А за ним ходили детки.

(Руки скрещены; пальцы каждой руки «бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки.)

Дождик с неба вдруг полил,
(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик).)

Паучков на землю смыл.
(Хлопок ладонями по столу/коленям.)

Солнце стало пригревать,
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит)

Паучок ползёт опять,
А за ним ползут все детки,
Чтобы погулять на ветке.
(Действия аналогичны первоначальному, «паучки» ползают на голове.)



Пчелки

Домик маленький на ёлке,
Дом для пчёл, а где же пчёлки?

Надо в дом постучать,

(Одна из рук стоит на столе, опираясь на локоть, пальцы растопырены (ёлка) На второй руке пальцы смыкаются в кольцо (улей). «Улей» прижат к «ёлке» Дети заглядывают в «улей»).

Раз, два, три, четыре, пять.

Я стучу, стучу по ёлке,

(Сжимаем кулачки. Стучим кулаками друг о друга, чередуя руки).

Где же, где же эти пчёлки?

Стали вдруг вылетать:

(Разводим руками, растопыриваем пальцы и шевелим ими (пчёлки летают).

Раз два, три, четыре, пять!

Перчатка

Весёлая мышка

Перчатку нашла,

(Раскрываем ладонь, пальцы растопырены (перчатка). Поворачиваем руки то ладонью, то тыльной стороной вверх).

Гнездо в ней устроив,

(Складываем ладоши «ковшом»).

Мышат позвала.

(Сгибаем — разгибаем пальцы («зовущий» жест).

Им корочку хлеба

Дала покусать,

(Кончиком большого пальца поочередно стучим по кончикам остальных пальчиков).

Погладила (отшлёпала) всех

(Большим пальцем гладим («шлёпаем») остальные (скользящим движением от мизинца к указательному).

и отправила спать.

(Ладони прижимаем друг к другу, кладём под щеку (спим).

Поросята

(Пальцы рук растопырены; поочередно «идём» по столику или коленочкам каждым из пальчиков).

Этот толстый поросёнок целый день хвостом вилял,
(Мизинцы).

Этот толстый поросёнок спинку об забор чесал.
(Безымянные).

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю
(«Фонарики»).

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю
(Сжимаем и разжимаем кулачки).

Этот толстый поросёнок носом землю ковырял,
(Средние).

Этот толстый поросёнок что-то сам нарисовал.
(Указательные).

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю
(Сжимаем и разжимаем кулачки).

Этот толстый поросёнок — лежебока и нахал,
(Большие).

Захотел спать в серединке и всех братьев растолкал.

(Руку сжимаем в кулак, большой палец зажимаем внутрь).

* * *

«Разминка»

(Выполняем подражательные движения в соответствии с текстом).

Головами покиваем,

Носиками помотаем,

А зубами постучим

И немножко помолчим.

(Прижимаем указательные пальцы к губам).

Плечиками мы покрутим

И про ручки не забудем.

Пальчиками потрясём

И немножко отдохнём.

(Наклонившись вниз, качаем расслабленными руками).

Мы ногами поболтаем

И чуть-чуть поприседаем,

Ножку ножкой подобьём

И сначала всё начнём.

(Подпрыгиваем на месте в ритме текста. Далее темп ускоряется.)

Головами покиваем,

... Плечиками мы покрутим,...



«Улитка»

Улитка в домике она сидит, рожки высунув, молчит.

(Одна из рук — «цветочек». Она стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы полусогнуты, растопырены. Ладонка — чашечка цветка. Вторая рука — улитка. Большой, средний и безымянный пальцы соприкасаются кончиками. Указательный и мизинец вытянуты вперёд (рога улитки).

Вот улиточка ползёт
(«Улитка» раскачивается из стороны в сторону).

Потихонечку вперёд.
(Ползёт вперёд по столу).

На цветочек заползёт,
(«Улитка» заползает на «цветочек»).

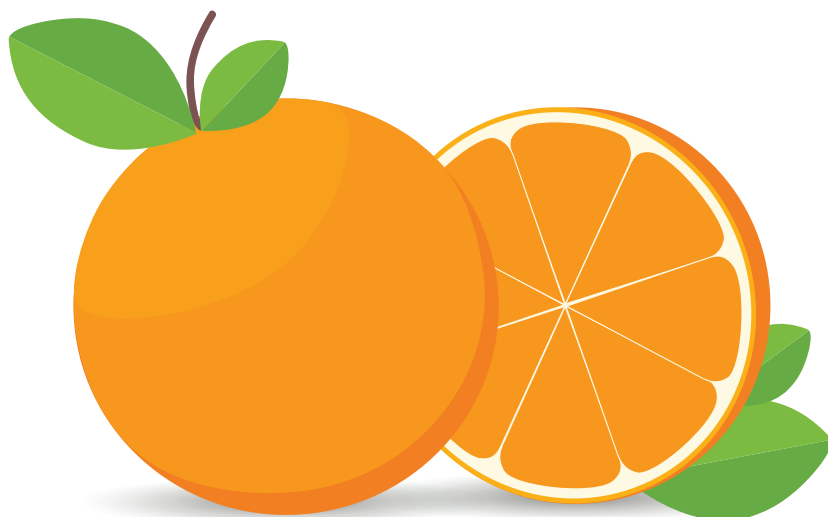
Лепесточки погрызёт.
(«Улитка» поочередно обхватывает пальцы («лепесточки») второй руки («цветочка»).

Рожки в голову втянула,
(Рука («улитка») сворачивается в кулак («втягивает рожки»).

В домик спряталась, заснула.
(Вторая рука («цветочек») закрывается, пряча «улитку» в «бутоне»).

Апельсин

Мы делили апельсин
(левая рука в кулачке, правая её обхватывает)
Много нас – а он – один
Эта долька – для ежа
(правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке)
Эта долька – для чижа
Эта долька – для котят
Эта долька – для утят
Эта долька – для бобра
А для волка – кожура!
(встряхиваем обе кисти)



«Весна»

(Пальцы складываем щепоткой. Качаем ими).

Стучат всё громче дятлы,
Синички стали петь.

(Ладони сомкнуты «ковшом», поднимаем руки вверх, раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены).

Встаёт пораньше солнце,
Чтоб землю нашу греть.
(Движения повторяются).

Встаёт пораньше солнце,
Чтоб землю нашу греть.

Бегут ручьи под горку,
Растаял весь снежок,

(Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повёрнуты вниз)).

А из под старой травки
(Ладони сомкнуты «ковшом»).

Уже глядит цветок...

(Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка)).

А из под старой травки
Уже глядит цветок
(Движения повторяются).

Раскрылся колокольчик
(Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак).

В тени там, где сосна,
(Пальцы постепенно разжитаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика)).

Динь-динь, звенит тихонько,
(Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая «динь-динь»).

Динь-динь, пришла весна.
Динь-динь, звенит тихонько,
Динь-динь, пришла весна.

«Зайцы»

Руки лежат на столе или коленях, пальцы расслаблены. В соответствии с текстом приподнимаем поочередно пару одноимённых пальцев, начиная с больших.

Десять серых зайцев
Дремали под кустом,
И двое вдруг сказали:
«Вон человек с ружьём»

Двое закричали:
«Давайте убежим!»,
Двое прошептали
«Давайте помолчим!»,

Двое предложили:
«Мы спрячемся в кустах!»

А двое вдруг спросили:
«Он может сделать «Бах»?»
«Бах» — выстрелил охотник,
(Хлопаем в ладоши).

Нажав ружья курок, (Бежим пальчиками по столу или коленям).
И десять серых зайцев
Пустились наутёк.

Гости

К Кате гости прибежали,
(бежим пальчиками по столу или по полу)
Все друг другу руки жали.
Здравствуй Жора,
(соединяем большой и указательные пальчики)
Здравствуй Жанна, (большой и средний)
Рад Серёжа, (большой и безымянный)
Рад Снежана (большой и мизинец)
Не хотите ль пирожок? (ладошки складываем вместе)
Может коржик (показываем 2 открытые ладошки)
Иль рожок (2 кулачка ставим друг на дружку)
Вот драже вам на дорожку
(пальчиком тычем в открытую ладошку)
Вы берите понемножку
(несколько раз сгибаем ладошки в кулачки)
Все стряхнули быстро крошки
И захлопали в ладошки!



Горшок

Жили – были в домике (сжимать и разжимать кулачки)

Маленькие гномики:

Токи, Бики, Лики, Чики, Микки.

(загибать пальчики, начиная с мизинца)

Раз, два, три, четыре, пять (разгибать пальчики)

Стали гномики стирать (тереть кулачки друг о друга)

Таки – рубашки, (загибать пальчики, начиная с большого)

Тики – платочки,

Лики – штанишки,

Чики – носочки,

Микки умница был,

Всем водичку носил.

Дом

Стук -стук- постук, раздается где то стук.

Молоточки стучат, строят домик для зайчат -

Вот с такую крышей, (ладошки над головой)

Вот с такими стенами, (ладошки около щёчек)

Вот с такими окнами, (ладошки перед лицом)

Вот с такую дверью, (одна ладошка перед лицом)

И вот с таким замком! (сцепили ручки)

Домик

Я гуляю во дворе (хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой рукой)

Вижу домик на горе (ритмичные хлопки ладошками)

Я по лесенке взберусь (раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев)

И в окошко постучусь.

Тук, тук, тук, тук! (поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой)

Ёжик (у малыша в руках резиновый колючий ёжик)

Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки?

(малыш катает ёжика ладошками)

Надо бельчонку сшить распашонку

(малыш катает ёжика по животу)

Шалуну зайчишке починить штанишки (катаем по ножкам)

Фыркнул ёжик - отойдите и не плачьте, не просите

(катаем по полу)

Если дам иголки - съедят меня волки!!!

(ёжик убегает в домик, на место в коробку или на полку)

Замок

На двери висит замок (руки в замке)
Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая)
Потянули, (потянули)
Покрутили, (вращаем руки)
Постучали (стучим основанием ладоней)
И – открыли! (руки разжимаются)

Капуста

Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)
Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга)
Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)
Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем)
В баночку кладём и пробуем.

Комар

Летит муха вокруг уха, жжж (водим пальчиком вокруг уха)
Летят осы вокруг носа, сссс (водим пальчиком вокруг носа)
Летит комар, на лоб - оп (пальчиком дотрагиваемся до лба)
А мы его - хлоп (ладошкой до лба)
И к уху, зzzz (зажимаем кулачок, подносим его к уху)
Отпустим комара? Отпустим!
(подносим кулачок ко рту и дуем на него, разжимая ладошку)

Котик (выполнять действия по смыслу)

Котик лапкой умывается
Видно, в гости собирается
Вымыл носик.
Вымыл ротик.
Вымыл ухо.
Вытер сухо.

Котёнок

Шёл один я по дорожке, (показываем один пальчик)

Шли со мной мои две ножки, (показывает два пальчика)

Вдруг на встречу три мышонка, (показываем три пальчика)

Ой, мы видели котенка!(хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову)

У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика)

На лапках - острые царапки, (царапаем ногтями поверхность того что под рукой)

Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков)

Нужно быстро убежать ! (двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности)

Курочка

Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать

(хлопаем ручками по коленкам)

А за ней ребятки - жёлтые цыплятки (идём пальчиками)

Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко! (грозим пальчиком)

Лапками гребите (загребаем ручками),

Зёрнышки ищите (клюём пальчиками зёрнышки)

Съели толстого жука, дождевого червяка

(показываем ручками, какой толстый жук)

Выпили водицы полное корытце

(показываем как черпаем воду и пьём).

Ладошки

Ладошки вверх,

Ладошки вниз,

А теперь их на бочок

И зажали в кулачок.

Листья

Листья жёлтые летят и под ножками шуршат.

(руки сверху вниз опускаются, ладони поворачиваются, изображая падающие листья)

Вшик, вшик, вшик. Вшик, вшик, вшик

(шаркаем ладонью об ладонь)

Листья жёлтые летят и под ножками шуршат

Вшик, вшик, вшик. Вшик, вшик, вшик. (шаркаем ножками)

Листья жёлтые летят и под ножками шуршат

Вшик, вшик, вшик. Вшик, вшик, вшик.

(указательные пальцы шаркают друг об друга).

Лужок

На лужок пришли зайчата,
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот.

На зелёный на лужок

Приходи и ты, дружок! (сгибать пальчики в кулачок в ритме потешки, при перечислении животных сгибать пальчики на обеих руках поочередно, на последней строчке помахать ладонями)

Моя семья

Этот пальчик – дедушка (разжимаем поочередно пальцы из кулачка, начиная с большого)

Этот пальчик – бабушка

Этот пальчик – папочка

Этот пальчик – мамочка

Этот пальчик – я

Вот и вся моя семья! (вращаем разжатой ладошкой)

Ножки

Нарядили ножки (поочередно поглаживать одной рукой другую)

В новые сапожки.

Вы шагайте, ножки, (шагать пальчиками по столу)

Прямо по дорожке.

Вы шагайте - топайте, (постукивать пальчиками)

По лужам не шлёпайте, (погрозить пальчиком)

В грязь не заходите,

Сапожки не рвите.

Прогулка

Раз, два, три, четыре, пять (загибаем пальчики)

Мы во двор пошли гулять

(указательным и средними пальчиками "идем" по столу)

Бабу снежную слепили (катаем ручками "комоч")

Птичек крошками кормили ("кормим птичек")

С горки мы потом катались

(ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)

А ещё в снегу валялись

(кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)

Все в снегу домой пришли (отряхиваем ладошки)

Суп поели ("едим суп"),

спать легли (ладошки под щечку).



Пчёлы

Вот улей, (показываем кулачек)
Здесь живут пчелы.
Вот они показались из домика,
(поочередно отгибаем пальчики)
Одна, две, три, четыре, пять!
З-з-з-з-з-з....." (щекочем ребенка)

Рыбка

Рыбка в озере живёт
Рыбка в озере плывёт
(ладошки соединены и делают плавные движения)
Хвостиком ударит вдруг
(ладошки разъединить и ударить по коленкам)
И услышим мы – плюх, плюх!
(ладошки соединить у основания и так похлопать)

Сапожник

Имитируйте движения сапожника, забивающего гвозди: пальцы одной руки держат гвозди, другой - молоток.

Мастер, мастер,
Помоги -
Прохудились
Сапоги.
Забивай покрепче
Гвозди -
Мы пойдем сегодня
В гости!

Снежок

Раз, два, три, четыре, (загибать пальчики)
Мы с тобой снежок слепили
(лепить, меняя положение ладоней)
Круглый, крепкий, очень гладкий.
(показывают круг, гладят ладони друг о друга)
Раз – подбросим, ("подбросить", посмотреть вверх)
Два – поймаем. ("ловят", приседают)
Три – уроним (встают, "роняют")
И ... ломаем! (топают)

Солнышко

Утром солнышко встаёт выше, выше, (руки высоко вверх).
Ночью солнышко зайдет ниже, ниже. (руки вниз).
Хорошо-хорошо солнышку живётся,
(делаем ручками фонарики)
И нам вместе с солнышком весело живётся
(хлопаем в ладоши)

Счёт

Один, два, три, четыре, пять -
(разжимаем поочередно пальчики из кулачка)
Вышли пальчики гулять.
Один, два, три, четыре, пять -
(зажимаем пальчики в кулачок)
В домик спрятались опять!

Тесто

Тесто мы месили (сжимаем кисти рук)
Мы пирог лепили (ладошки лепят)
Шлёп, шлёп,
Шлёп, шлёп
Слепим мы большой пирог! (разводим руки)



Хозяйка

Кукле кашу я сварю: (мешаем кашу)
В миску молока налью, (наливаем молоко)
Положу туда крупу (насыпать крупу)
И поставлю на плиту.(поставить на плиту)
Будет каша хороша! (хлопать в ладоши)
Кушай, кукла, не спеша. (пригрозить пальчиком)

Червячки

Раз, два, три, четыре, пять,
Червячки пошли гулять (ручки лежат на столе, ладошками вниз, сгибаем и разгибаем пальчики)
Вдруг, ворона выбегает, (пальчики "бегут" по столу)
Каркает:"Вот и обед"
(указательный и большой пальчики "каркают".)
Глядь (разводим ручками),
а червячков уж нет (сжимаем пальчики в кулачки).

Черепаша

Шла по полю черепаха (идем пальчиками)
И дрожала вся от страха (руки в кулачках, кулачки дрожат)
Кусь, кусь, кусь!Кусь, кусь, кусь!
(большой и указательный пальцы «кусаются»)
Никого я не боюсь! (отрицание –указательным пальцем)

Мебель

Мебель я начну считать:
Кресло, стол, диван, кровать,
Полка, тумбочка, буфет,
Шкаф, комод и табурет.
Много мебели назвал -
Десять пальчиков зажал!

Пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки.
Поднимают зажатые кулачки вверх.

Посуда

Девочка Иринка порядок наводила.
Девочка Иринка кукле говорила:
«Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в масленке,
Хлебушек должен быть в хлебнице, А соль? Ну, конечно, в солонке!»

Показывают большой палец.
Поочередно соединяют
большой палец с остальными.

«ДОЖДИК»

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышел дождик погулять.
Шел неспешно, по привычке,
А куда ему спешить?
Вдруг читает на табличке:
«По газону не ходить!»
Дождь вздохнул тихонько:
— Ох!
И ушел.
Газон засох.

Удары по столу пальчиками.(Левая начинает с мизинца,
правая —с большого пальца.)

Беспорядочные удары по столу пальчиками обеих рук.)
«Шагают» средним и указательным пальчиками обеих
рук по столу.

Ритмично ударяют то ладонями, то кулачками по столу.

(Часто и ритмично бьют в ладоши.)

(Один хлопок.)

(Ритмичные хлопки по столу.)

«ОВОЩИ»

Хозяйка однажды с базара пришла,
Хозяйка с базара домой принесла
Картошку, капусту, морковку, горох,
петрушку и свеклу.

Ох!..

Вот овощи спор завели на столе —
Кто лучше, вкусней и нужней на земле,
Картошка? Капуста? Морковка?

Горох? Петрушка иль свекла?

Ох!

Хозяйка тем временем ножик взяла
И ножиком этим крошить начала
Картошку, Капусту, Морковку,
Горох, Петрушку и свеклу.

Ох!

Накрытые крышкой, в душном горшке
Кипели, кипели в крутом кипятке
Картошка, Капуста, Морковка,
Горох, Петрушка и свекла.

Ох!

И суп овощной оказался не плох!

(«Шагают» пальчиками по столу.)

(Загибают по одному паль-чику.)

(Хлопок.)

(Попеременные удары кулачками и ладонями.)

(Загибают пальчики.)

(Хлопок.)

(Стучат ребром ладони по столу.)

Загибают по одному паль-чику.)

(Хлопок.)

(Ладони складывают крест-накрест на столе.)

(Загибают по одному пальчику.)

(Хлопок.)

(Показывают большой палец.)

МАССАЖ РУК.

1. Упражнение «Петушиная семья»

Петя, Петя – петушок, (Дети качают головой вправо-влево)
Поднял красный гребешок, (Прижимают ладони друг к другу, раздвинув пальцы, и приставляют их к голове – «гребешок»)
Громко-громко закричал, (Поглаживают левую руку от кисти к себе курочек позвал плечу, затем правую руку).
Курочки-пеструшки (Похлопывают правую руку в том же Петю услышали, направлении ладонью левой, затем Петю услышали, левую руку ладонью правой)
Быстро прибежали.
А за ними и цыплятки («Пробегают» по правой руке Побежали без оглядки. пальцами левой, затем по левой руке пальцами правой.)
Стали зёрнышки клевать: (Поколачивают по правой руке пальцами Клю-клю-клю... левой, затем по левой руке пальцами правой.)
Травку сочную щипать: (Пощипывают правую руку пальцами Щип-щип-щип... левой, затем левую руку пальцами правой.)
А потом давай плясать: (Поглаживают правую руку левой, Тра-ля-ля, тра-ля-ля... затем левую руку правой.)

2. Упражнение «Блины»

Ой, лады! Ой, лады! (Дети хлопают сверху по левой,)
Мы блинов напекли! (а затем по правой руке.)
Первый дадим зайке, (Массируют большой палец.)
Зайке-попрыгайке.
А второй лисичке, (Массируют указательный палец.)
Рыженькой сестричке.
Третий дадим мишке, (Массируют средний палец.)
Бурому братишке.
Блин четвёртый - котик, (Массируют указательный палец.)
Котику с усами,
Пятый блин поджарим (Массируют мизинец.)
И съедим мы сами!

3. Упражнение «Строим дом»

Целый день тук да тук, (Дети похлопывают ладонью руки от кисти к плечу сначала по левой, а затем по правой руке.)
Молоточки стучат, (Поколачивают кулаком сначала по левой, а затем по правой руке от кисти к плечу.)
Строим домик для зайчат.
Молоточки стучат, (Поколачивают кулаком левой руки по Строим домик для бельчат. кулаку правой руки или наоборот.)
Этот дом для белочек, (Растирают кулаком левой руки правую руку.)

Этот дом для зайчиков, (Растирают кулаком правой руки левую руку.)
Этот дом для девочек, (Пробегают» пальцами от кисти к плечу по левой руке.)
Этот дом для мальчиков, (Пробегают» пальцами от кисти к плечу по правой руке.)
Вот какой хороший дом, (Поглаживают ладонью левую руку от кисти к плечу.)
Как мы славно заживём! (Поглаживают ладонью правую руку от кисти к плечу.)
Будем песни распевать, («Тарелочки» - вид танцевальных движений, имитирующих скользящие движения оркестровых тарелок: правая рука с размаху двигается сверху вниз, левая рука – снизу вверх.)

.3 Упражнение «Зимняя разогривалочка»

Если замерзают руки, (Дети медленно растирают одну
Начинаем их тереть. ладонь о другую.)
Быстро мы сумеем руки,
Как на печке, разогреть.
Сначала ладошки (Растирают их всё быстрее.)
Совсем как ледышки,
Потом как лягушки,
Потом как подушки.
Но вот понемножку
Согрелись ладошки.
Горят, и взаправду,
А не понарошку.
Я горю, как от огня, (Вытягивают вперёд раскрытые
Вот, потрогайте меня! ладони.)

МАССАЖ ПАЛЬЦЕВ

1. Упражнение «Овощи»

Выросли у нас чесночок, (Дети растирают фалангу
Перец, томат, кабачок. указательного пальца от ногтя к основанию.)
Лук и немножко горошка, (Растирают фалангу среднего
Тыква, капуста, картошка. пальца от ногтя к основанию.)
Овощи мы собирали, (Растирают фалангу безымянного
Ими друзей угощали. пальца.)
Квасили, ели, солили, (Растирают фалангу мизинца.)
С дачи домой увозили.

2. Упражнение «Десять птичек – стайка»

Пой-ка, подпевай-ка: (Дети сжимают и разжимают
Десять птичек – стайка. пальцы рук.)
Это птичка соловей, (Массируют мизинец левой руки.)
Это птичка воробей, (Массируют безымянный палец левой руки.)
Это птичка совушка, (Массируют средний палец левой
Сонная головушка. руки.)
Это птица коростель, (Массируют указательный палец
левой руки.)
Это птица свиристель, (Массируют большой палец левой руки.)
Это птичка скворушка, (Массируют мизинец правой руки.)
Серенькое пёрышко.
Это зяблик, (Массируют безымянный палец правой руки.)
Это стриж, (Массируют средний палец правой руки.)
Это развесёлый чиж. (Массируют указательный палец правой руки.)
Ну а это злой орлан! (Массируют большой палец правой руки.)
Птички, птички, по домам! (Прячут пальцы за спину правой руки.)

3. Упражнение «Шёл медведь».

Шёл медведь к своей берлоге (Дети поочерёдно массируют
Да споткнулся на дороге. пальцы левой руки.)
«Видно, очень мало сил (Пальцами одной руки придерживают
Я на зиму накопил»- палец другой руки, нажимая сверху.)
Так подумал и пошёл
Он на поиск диких пчёл. (Поочерёдно массируют пальцы
Все медведи – сладкоежки, правой руки.)
Любят есть медок без спешки.
А наевшись, без тревоги,
До весны сопят в берлоге.

4. Упражнение «Сорока».

Сорока – белобока (Дети водят указательным пальцем
Кашку варила. по ладони.)
Детушек кормила.
На порог скакала,
Гостей поджидала.
Этому дала, (Поочерёдно массируют пальцы,
Этому дала, начиная с мизинца.)
Этому дала,
Этому дала,
А этому не дала! (Скользят пальцами друг о друга.)
Он дров не носил,
Он печку не топил,
Он кашу не варил.
Вот тебе горшок пустой! (Сжимают в кулак пальцы одной руки.)
Иди в угол и постой!

4. Упражнение «Воробыи»

Пять воробьёв на заборе сидели, (Дети показывают пять пальцев левой руки.)

Один улетел, а другие запели. (Массируют большой палец.)

И пели, пока не сморила усталость, (Загибают большой палец.)

Один улетел, а трое остались. (Массируют указательный палец.)

Сидели втроём и немного скучали, (Загибают указательный палец.)

Один улетел, а двое остались. (Массируют средний палец.)

Сидели вдвоём и снова скучали, (Загибают средний палец.)

Один улетел, и остался один. (Массируют безымянный палец.)

Один посидел... Взял и улетел! (Массируют мизинец.)

(В конце все пальцы зажимают в кулак.)

При проведении массажа дети выполняют разнообразные движения пальцами и руками, что хорошо развивает крупную и мелкую моторику.

Игровой массаж снимает у детей напряжение. Улучшается кровоснабжение кожи, уменьшается напряжение мышц, дыхание и сердцебиение замедляются.

Ребёнок успокаивается и расслабляется. Игровой массаж положительно влияет на центральную нервную систему.

Игровой массаж способствует социализации детей, формирует у детей доверие и внимание друг к другу, развивает терпение и чувство юмора.

Игровой массаж способствует развитию фантазии детей: бегущий по дереву паучок и капающий на спину дождик, прыгающий по полу мячик и идущий по лесу медведь одинаково ярко, хотя и по разному представляются детям, проводящим и «получающим» игровой массаж.

Игровой массаж также способствует развитию речи. Стихи и песенки малыши быстро запоминают, а движения, иллюстрирующие текст, способствуют выразительному исполнению.

