Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийский автономный округа – Югры
«Мегионский комплексный центр социального обслуживания населения»

Пальчиковая гимнастика

«Истоки способностей и дарований детей – в кончиках их пальцев».

В.А. Сухомлинский

Логопед: Варламова О.Г.

Рекомендации по проведению пальчиковой гимнастики

1. Подбирайте упражнения, которые окажутся по силам ребенку. Сначала покажите все действия с пальчиками, потом попросите повторить. Помогайте делать все правильно. Если упражнения пока слишком сложны – упростите их.
2. Сопровождайте упражнения стихами и потешками. Побуждайте ребенка повторять за вами отдельные слова, а затем и весь текст.

3. В упражнениях обязательно должен поучаствовать каждый пальчик ребенка.
4. Каждый пальчик должен уметь двигаться не только вместе с другими, но и изолированно сам по себе.
5. Подбирайте упражнения, чередуя расслабление, сжатие и растяжение кисти.
6. Чередуйте симметричные и несимметричные движения рук. упражнения, где правая рука делает одно действие, а левая – другое.
7. Занимайтесь пальчиковой гимнастикой часто, но понемногу.

Помните:

работа по развитию рук должна проводиться регулярно, только тогда будет достигнут наибольший эффект от упражнений.
Задания должны приносить ребенку радость, не допускайте скуки и переутомления.

Группы пальчиковой гимнастики

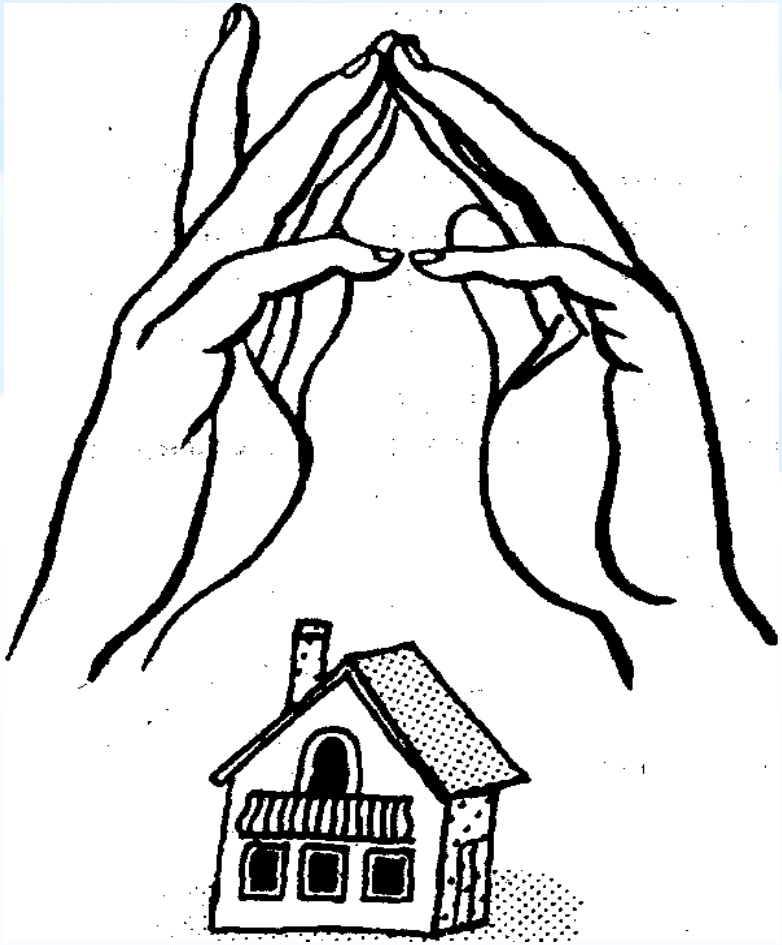
I группа. Упражнения для кистей рук.

* Развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений.

* Учат напрягать и расслаблять мышцы.

* Развивают умения сохранять положение пальцев некоторое время.

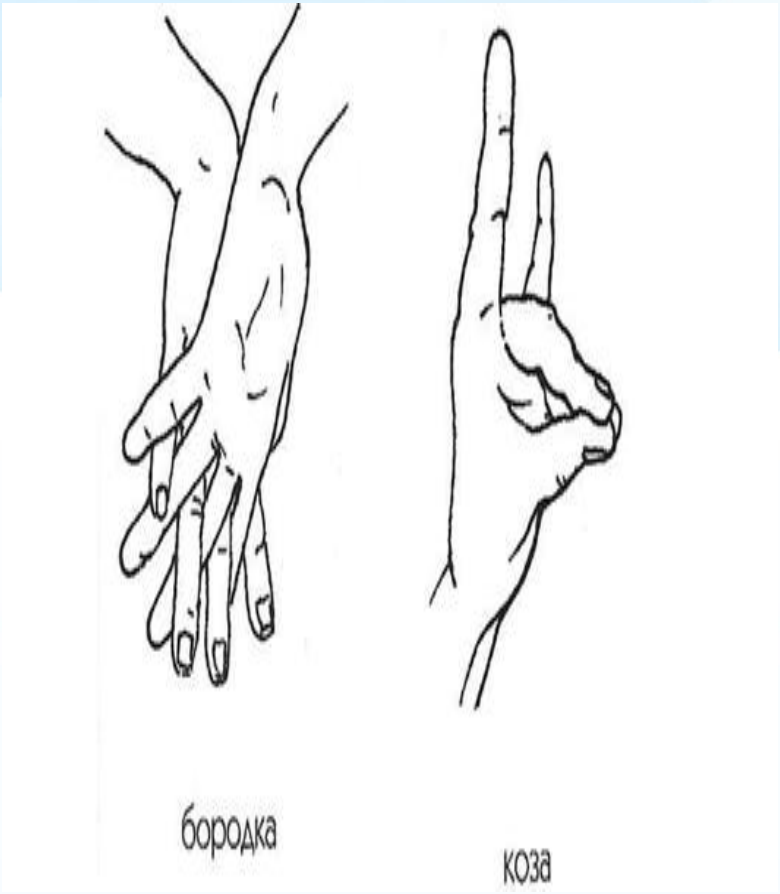
* Учат переключаться с одного движения на другое.

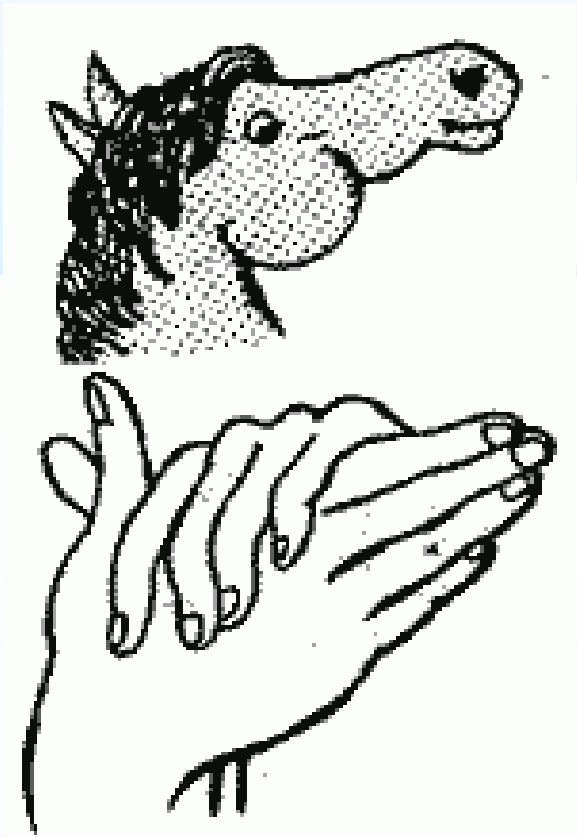


Группы пальчиковой гимнастики

II группа. Упражнения для пальцев условно статические.

* Совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.


бородка
коза



«УЛИТКА»

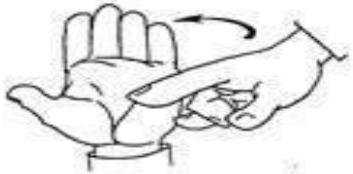
Тычет рожками улитка —

Правая рука: большой палец придерживает средний и безымянный. Указательный палец и мизинец — прямые.

Запертá в саду калитка.

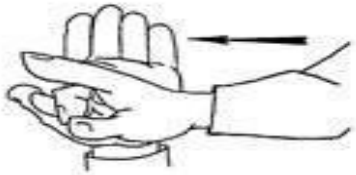
Тычет «рожками» в ладонь левой руки.

Отвори скорей калитку,

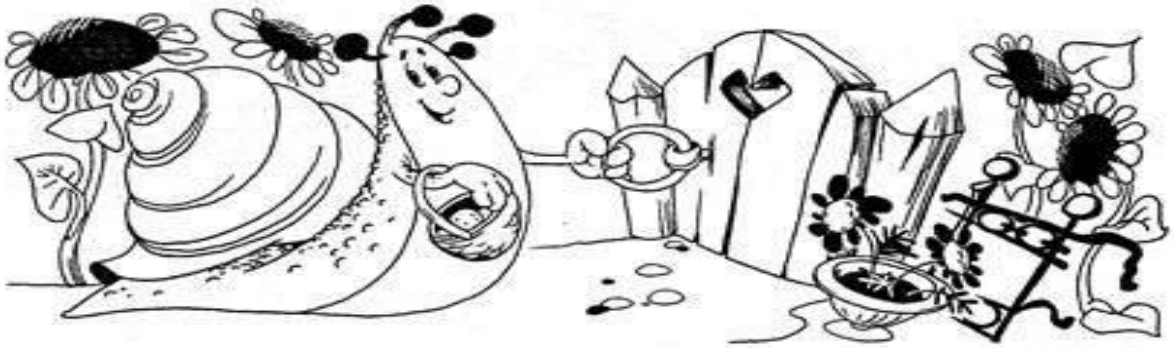


Левая рука «открывает калитку».

Пропусти домой улитку.



Правая рука «проползает».



Julia_Ljuva

Группы пальчиковой гимнастики

III группа. Упражнения для пальцев динамические.

- Развивают точную координацию движений.
- Учат сгибать и разгибать пальцы рук.
- Учат противопоставлять большой палец остальным.

«Тучка»

Тучка солнце повстречала,

Поочерёдное сжимание в кулак («тучка») и разжимание (пальчики растопырены – «солнышко») ладоней обеих рук.

Погостить его позвала.

«Приглашающий» жест правой рукой. Показать ладошку левой руки (пальчики растопырены «солнышко»)

«Нет!» - ей солнышко в ответ.

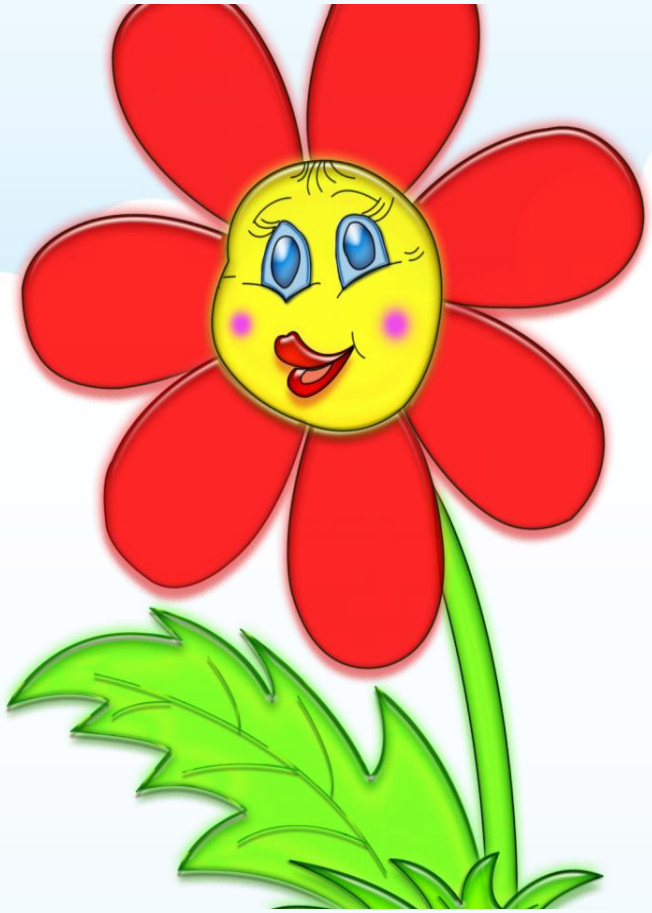
Погрозить указательным пальцем правой руки.

Тучка закрывает свет.

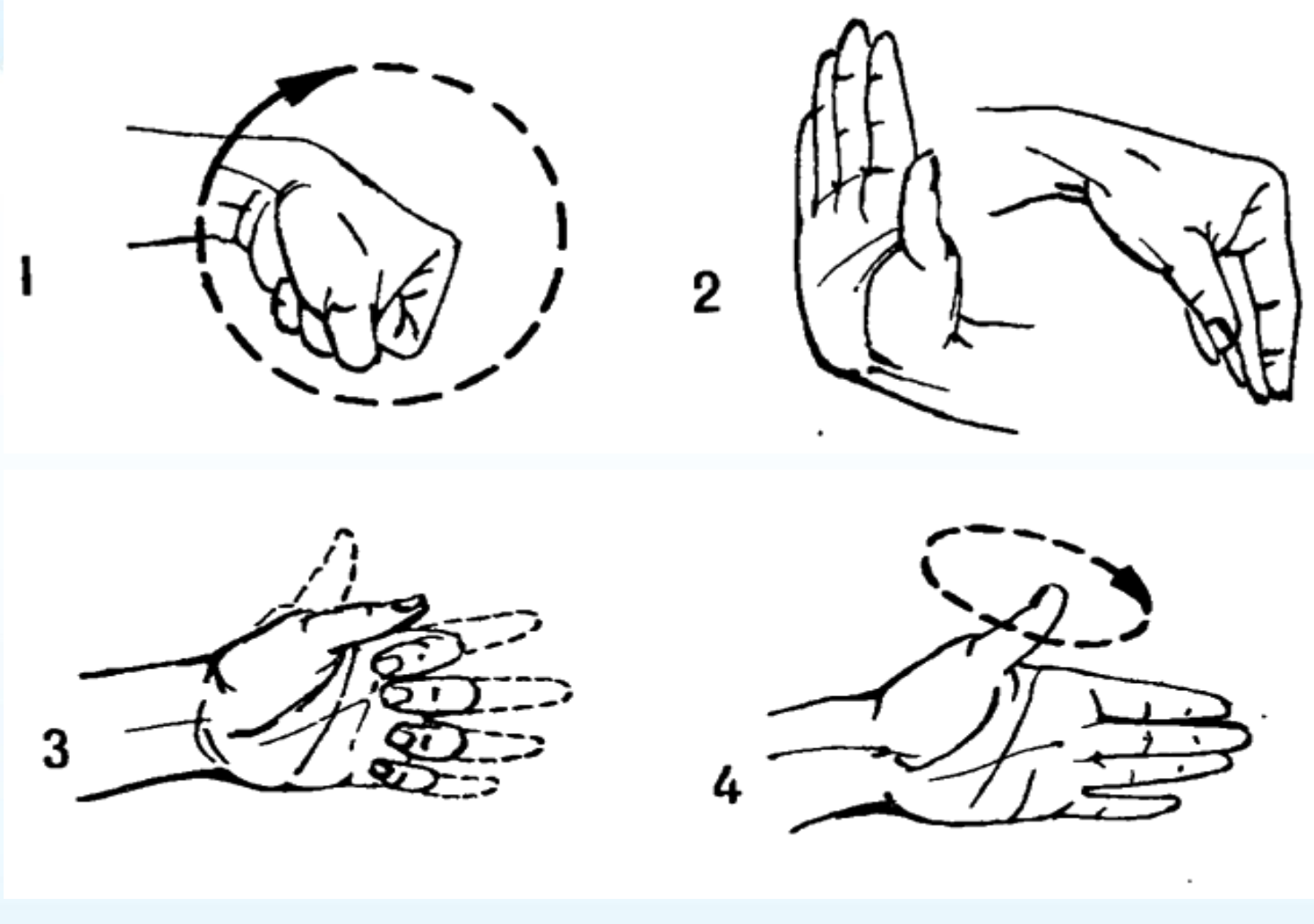
Соединить кулачок пр. руки («тучка») с ладошкой левой руки (пальчики растопырены – «солнышко»).

«Цветок»

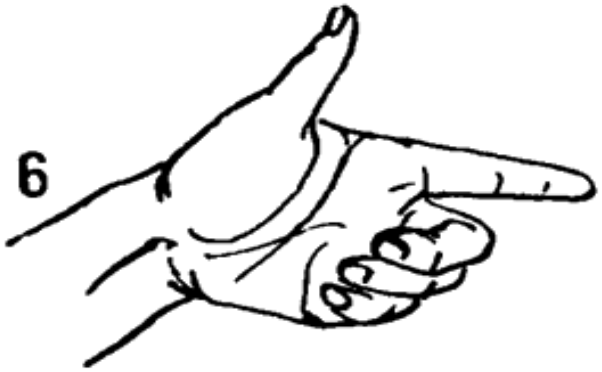
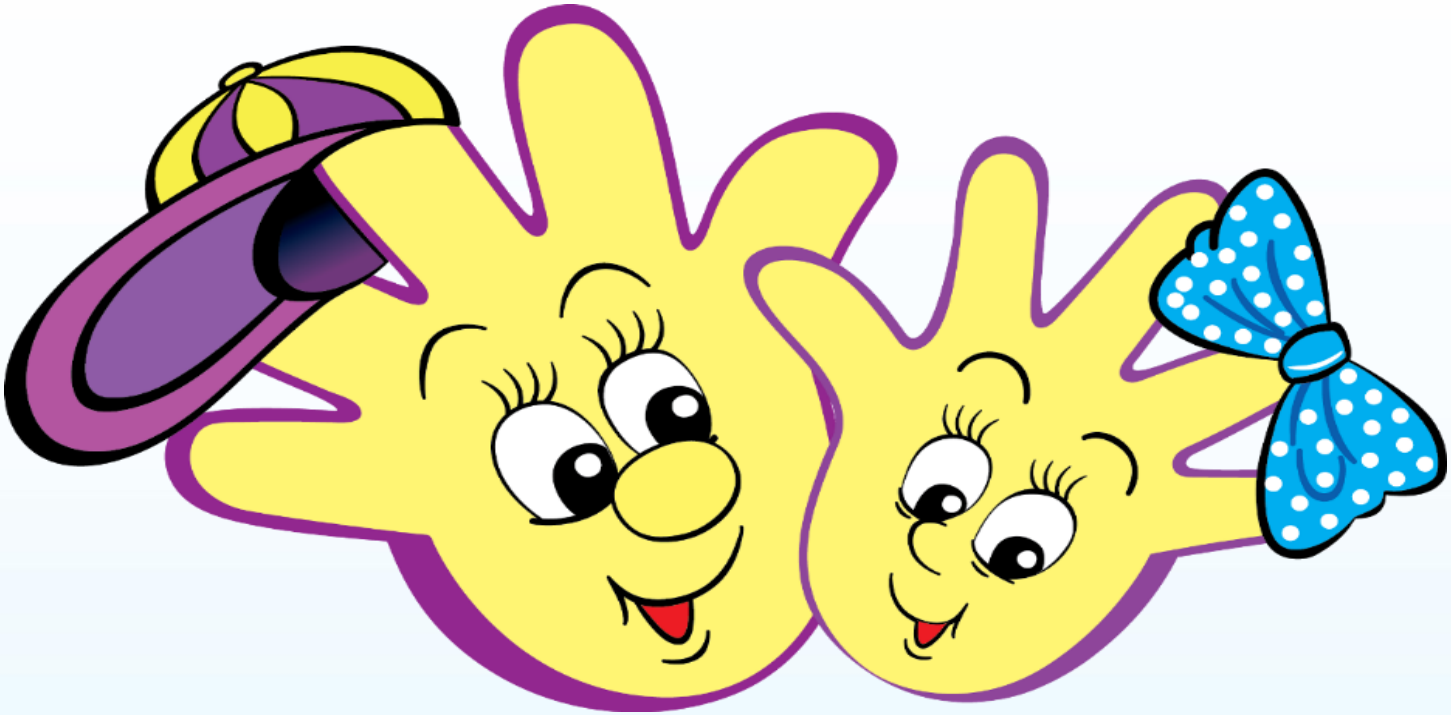
Наши красные цветки
(согнутые в локтях ручки соединяем и поднимаем перед собой, ладошки складываем ковшиком)
Распускают лепестки.
(пальцы расставляем в стороны)
Ветерок чуть дышит, (*дуем)*
Лепестки колышет.
(шевелим пальчиками)
Наши красные цветки
Закрывают лепестки.
(снова соединяем пальчики в «бутон»)
Головками качают,
(качаем из стороны в сторону соединенными вместе кистями рук)
И тихо засыпают.
(соединенные кисти рук сжимаем в кулачки)



Пальчиковая гимнастика для детей старшего школьного возраста



Пальчиковая гимнастика для детей старшего школьного возраста



Спасибо за внимание!!!