**Пальчиковая гимнастика для младших школьников.**

Письмо - это вид деятельности, который требует от ребёнка сложнокоординированных движений, а механизмы эти ещё не сформировались у младших школьников. Поэтому во время уроков у учащихся начальных классов особое внимание следует уделять упражнениям для кистей рук.

Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

«Ум ребенка находится на кончиках пальцев»,

В.А.Сухомлинский.

Упражнения пальчиковой гимнастики для младших школьников:

**«Замок»**

На двери висит замок — Кто его открыть бы смог? (Быстрое соединение пальцев в замок.)

Потянули… (Тянем кисти в стороны.)

Покрутили… (Волнообразные движения.)

Постучали… (Пальцы сцеплены в замок, дети стучат ладонями.)

И открыли! (Пальцы расцепились.)

**«Помощники»**

Вот помощники мои,

Как их хочешь поверни.

Раз, два, три, четыре, пять.

Не сидится им опять.

Постучали, повертели

И работать захотели.

Поработали немного,

Но дадим им отдохнуть.

(Выполнять движения пальцами в соответствии с содержанием стихотворения.

**«Удивительно»**

Наши пальцы сжались тесно.

Удивительно интересно! (Дети сжимают левую руку в кулак.)

Видно, им прохладно стало, (Правой рукой обхватывают кулак и сильно сжимают.)

Их укроем одеялом. (Затем меняют руки. Потом опускают руки и слегка трясут ими.)

**«Помиримся»**

Два больших пальца спорят:

(Дети сжимают руки в кулаки, сближают их и помещают перед грудью.)

Кто главней из них двоих? (Вытягивают вверх большие пальцы и начинают их сгибать и разгибать.)

Не дадим случиться ссоре

И помирим тут же их. (Сцепляют большие пальцы друг с другом.)

**«Прогулка»**

Пошли пальчики гулять, (Пальцы рук сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу.)

А вторые догонять, (Ритмичные движения по столу указательных пальцев.)

Третьи пальчики бегом, (Движения средних пальцев в быстром темпе.)

А четвертые пешком, (Медленные движения безымянных пальцев по столу.)

Пятый пальчик поскакал (Ритмичное касание поверхности стола обоими мизинцами.)

И в конце пути упал. (Стук кулаками по поверхности стола.)

**«Маланья»**

У Маланьи, у старушки (Хлопки в ладоши: то правая, то левая рука сверху.)

Жили в маленькой избушке (Сложить руки углом, показывая «избушку».)

Семь сыновей, (Показать семь пальцев.)

Все без бровей, (Очертить брови пальцами.)

Вот с такими ушами, (Ладони с растопыренными пальцами поднести к ушам.)

Вот с такими носами, (Показать длинный нос, поставив ладони с растопыренными пальцами друг за другом.)

Вот с такой головой, (Очертить большой круг вокруг головы.)

Вот с такой бородой! (Показать руками большую бороду.)

Они не пили и не ели, (Одной рукой поднести ко рту «чашку», другой — «ложку».)

На Малинью все глядели (Держа руки у глаз, похлопать пальцами, как ресницами.)

И все делали вот так… (Дети показывают загаданные действия только при помощи пальцев.)

**«У Петиной сестрицы»**

У Петиной сестрицы (Ритмичные удары пальцами правой руки по левой ладони.)

По деревне небылицы: (Ритмичные удары пальцами левой руки по правой ладони.)

Ходит утка в юбке,

В теплом полушубке,

Курочка — в жилете,

Петушок — в берете,

Коза — в сарафане,

Заинька — в кафтане.

(На каждое название животного загибаем пальцы на руках, начиная с большого.)

**«Белка»**

Сидит белка на тележке, (Исходное положение — кисти рук сжаты в кулак.)

Продает она орешки, (Круговые движения кистью вправо, влево.) Лисичке-сестричке,

(Разогнуть большой палец.)

Воробью, (Разогнуть указательный палец.)

Синичке, (Разогнуть средний палец.)

Мишке толстопятому, (Разогнуть безымянный палец.)

Заиньке усатому. (Разогнуть мизинец.)

Вот так! (Раскрыть кисть — пальцы в стороны и в исходное положение.)

**«Смелый капитан»**

На корабле из дальних стран (Показать «корабль».)

Плывет отважный капитан. (Показать капитана.)

Из тесной рубки у штурвала, (Крутят штурвал.)

В бинокль видел он немало. (Смотрят в «бинокль».)

**«Магазин»**

Мы пришли в магазин. (Идут пальчиками по столу.

Вытягивают вперед слегка согнутые в локтях руки, сцепив их перед собой.)

Мы купили торт — один, (Показывают 1 палец.)

Плюшек — две, (Хлопают в ладоши 2 раза и показывают 2 пальца.) Ватрушек — три, (Хлопают в ладоши 3 раза и показывают 3 пальца.)

А киви купили — сразу четыре! (Вертят кулачками и показывают 4 пальца.)

**«Приготовили обед»**

Сели как-то мы обедать (Имитация движения ложкой.)

И позвали в дом соседей. (Позвать движением ладони к себе.) Скатерть белую накрыли, (Движения разглаживаем скатерть.)

Ложки, вилки разложили, (Пошаговые движения правой рукой ладонью вниз слева направо.)

Хлеб нарезали и сыр, (Движения вверх и вниз ребром ладони.) Приготовили гарнир, (Резкое потирание кончиками пальцев.) Помешали его в чашке (Вращательные движения вперед, одна рука заходит за другую.)

И добавили колбаски. (Из большого и указательного пальцев сделать кольца, соединить их, а потом развести в стороны, изображая круглую колбасу.)

А из фарша всем котлеты

Жарили мы без диеты. (Ладони накладываются попеременно одна на другую.)

Посолили, поперчили, (Мелкие движения щепотью пальцев.) Замесили. Не забыли (Сжимание и разжимание пальцев рук.)

Лук сердитый положить (Показать «сбор слез» в ладонь.)

И скорее все закрыть. (Хлопок в ладонь горизонтально.) Наготовились, устали,

Печь пирожное не стали. (Провести по лбу тыльной стороной руки.)

**«В гости»**

В гости к пальчику большому (Большой палец отогнут, остальные сжаты в кулак. В соответствии с текстом разгибать поочередно пальцы.)

Приходили прямо к дому

Указательный и средний,

Безымянный и последний.

Сам мизинчик-малышок

Постучался на порог.

Вместе пальчики — друзья,

Друг без друга им нельзя! (Сжать пальцы в кулак и разжать их.)

**«Дружная семейка»**

Этот пальчик большой — (Руку сжать в кулак, поочередно разгибать пальцы, начиная с большого.)

Это папа дорогой.

Рядом с папой — наша мама.

Рядом с мамой — брат старшой.

Вслед за ним сестренка — Милая девчонка.

И самый маленький крепыш —

Это славный наш малыш.

Дружная семейка! (Сжать руку в кулак несколько раз.)

**«У девочек и мальчиков»**

У девочек и мальчиков

На руке пять пальчиков:

Палец большой — парень с душой,

Палец указательный — господин влиятельный,

Палец средний — тоже не последний.

Палец безымянный — с колечком ходит чванный,

Пятый — мизинец, принес вам гостинец.

**«Осенние листья»**

Раз, два, три, четыре, пять – *(Сжимают и разжимают кулачки.)*

Будем листья собирать.

Листья берёзы, *(Загибают на каждую сточку по одному пальцу.)*

Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба мы соберём,

Маме осенний букет отнесём. *(Сжимают и разжимают кулачки.)*

**«Овощи»**

Мы капусту рубим, *(Резкие движения прямыми кистями рук вверх и вниз.)*

Мы морковку трём, *(Пальцы рук сжаты в кулак, движения кулаков к себе и от себя.)*

Мы капусту солим, *(Движения пальцев, имитирующие посыпание солью из щепоти.)*

Мы капусту жмём. *(Интенсивное сжимание пальцев рук в кулаки.)*

**«Фрукты»**

Будем мы варить компот *(Левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки*

Фруктов нужно много. Вот. *«размешивают»)*

Будем яблоки крошить, *(Загибают пальцы по одному, начиная с большого.)*

Грушу будем мы рубить.

Отожмём лимонный сок,

Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот, *(Опять «варят» и «мешают».)*

Угостим честной народ.

**«Подарки»**

Пальцы в гости к нам пришли

И подарки принесли.

Будем мы их представлять

И подарки принимать.

Вот большой, он палец мудрый,

Книгу хочет нам вручить.

Указательный придумал

Нам фонарик подарить.

Средний нам принес коробку.

Интересно, что же в ней?

Пластилин есть и бумага

И набор карандашей.

Безымянный — славный мальчик,

Всем друзьям принес он мячик.

А малыш — мизинчик

Игрушечный автомобильчик.

Скажем мы: «Спасибо, пальцы!»

И продолжим заниматься.

(Выполнять движения соответственно тексту.)

**«Пальчики»**

Раз, два, три, четыре, пять*, (Сжимают и разжимают кулачки.)*

Мы пошли в лесок гулять.

Этот пальчик по дорожке, *(Загибают пальчики, начиная с большого.)*

Этот пальчик по тропинке,

Этот пальчик за грибами,

Этот пальчик за малиной,

Этот пальчик заблудился,

Очень поздно возвратился.

**«Дерево»**

У дерева ствол, *(Прижимают руки тыльной стороной друг к другу.)*

На стволе много веток,

А листья на ветках *(Пальцы растопырены и подняты вверх, шевелят пальцами.)*

Жёлтого цвета.

**«Ягоды»**

Раз, два, три, четыре, пять, *(Пальчики обеих рук «здороваются».)*

В лес идём мы погулять *(Обе руки «идут» указательным и средним пальцами по столу.)*

За черникой, за малиной, *(Загибают пальчики, начиная с большого.)*

За брусникой, за калиной,

Землянику мы найдём

И братишке отнесём.

**«Лебедь»**

Пальчики – голова, (Ладошки повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и

переплетены, большие пальцы – голова, остальные пальцы – крылья. Помахать

ими.)

Крылышки – ладошки.

**«Ёжик»**

Повстречал ежонка ёж: (*Одновременно кончиками больших пальцев правой и левой рук*

*поочередно касаться кончиков указательных, средних,* «Здравствуй, братец! Как живёшь?» *безымянных пальцев и мизинцев.)*

**«Зверьки»**

Сидит белка на тележке, (Хлопки ладошками и удары кулачками друг о друга.)

Продает она орешки

Лисичке-сестричке, (Загибают по одному пальчику, начиная с большого.)

Воробью, синичке,

Мишке толстопятому,

Заиньке усатому,

Кому в платок, (Ритмичные хлопки ладошками и удары кулачками.)

Кому в зобок,

Кому в лапочку.

**«Лошадки»**

По дороге белой, гладкой (Гладят поверхность стола.)

Скачут пальцы, как лошадки. (Пальчиками «скачут» по столу в ритме стихотворения.)

Чок-чок-чок, чок-чок-чок,

Скачет резвый табунок.

**«Снеговик»**

Раз, два, три, четыре, пять, *(Загибают пальчики по одному, начиная с большого.)*

Мы во двор пришли гулять. *(«Идут « по столу пальчиками.)*

Бабу снежную лепили, *(«Лепят» комочек двумя ладошками.)*

Птичек крошками кормили, *(Крошащие движения всеми пальчиками.)*

С горки мы потом катались, *(Ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки.)*

А ещё в снегу валялись. *(Кладут ладони на стол то одно, то другой стороной.)*

Все в снегу домой пришли. *(Отряхивают ладошки.)*

**«Ёлочка»**

Перед нами ёлочка: *(Пальцы рук переплетены, из больших пальцев – верхушка ёлочки.)*

Шишечки, иголочки, *(Руки сжимают в кулачки, указательные пальчики выставлены.)*

Шарики, фонарики, *(«Шарики» из пальцев вверх, вниз.)*

Зайчики и свечки, *(«Ушки» из указательного и среднего пальцев.)*

Звёзды, человечки. *(Ладони сложены, пальцы расправлены.)*

**«Слон»**

В зоопарке стоит слон. *(Пальцы опустить вниз, потом средний поднять вперёд.)*

Уши, хобот, серый он.

Головой своей кивает,

Будто в гостит приглашает.

**«Посуда»**

Раз, два, три, четыре, *(Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторяют.)*

Мы посуду перемыли: *(Одна ладонь скользит по другой.)*

Чайник, чашку, ковшик, ложку *(Загибают пальцы по одному, начиная с большого.)*

И большую поварёшку.

Мы посуду перемыли, *(Одна ладонь скользит по другой.)*

Только чашку мы разбили, *(Загибают пальчики по одному, начиная с большого.)*

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбился.

Ложку мы чуть-чуть сломали – *(Удары кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторяют.)*

Так мы маме помогали.

**«Птицы»**

Сколько птиц к кормушке нашей *(Ритмично сжимают и разжимают кулачки.)*

Прилетело? Мы расскажем:

Две синицы, воробей, *(На каждое название птицы загибают по одному пальцу.)*

Шесть щеглов и голубей,

Дятел в пёстрых пёрышках.

Всем хватило зёрнышек. *(Опять сжимают и разжимают кулачки.)*

**«Водоём»**

У нас просторный водоём. *(Соединяют пальцы обоих рук, изображая водоём.)*

Мы с братом плаваем вдвоём.

Вода прохладна и свежа, *(Потряхивают кистями рук.)*

Её меняют сторожа.

Мы от стены плывём к стене *(Изображают руками плавание.)*

То на боку, то на спине*. (Кладут руки на стол то ребром, то ладошкой вверх.)*

Держись правее, дорогой,

Не задевай меня ногой. *(Изображают руками плавание.)*

**«Капелька»**

Кап, кап, кап – звенит капель. *(Ритмично, на каждый слог, стучат подушечками пальцев, начиная с*

Приближается апрель. *большого, по столу.)*

**«Верба»**

Уж верба, вся пушистая, *(Сжимают кулачки.)*

Раскинулась кругом*, (Резко разжимают кулачки.)*

Опять весна душистая *(Крутят руками.)*

Повеяло крылом. *(Машут кистями рук.)*

**«Медведь»**

Без нужды и без тревоги (Сжимают и разжимают кулачки.)

Спал медведь в своей берлоге, (Складывают ладошки вместе, подкладывают под щёку.)

Спал всю зиму до весны

И, наверно, видел сны.

Вдруг проснулся косолапый, (Сжимают и разжимают кулачки.)

Слышит – каплет. (Пальчиками стучат по столу.)

Вот беда! (Качают головой.)

В темноте пошарил лапой (Вытягивают руки вперёд, раздвигают пальцы.)

И вскочил – кругом вода!

Заспешил медведь наружу. (Указательным и средним пальцами «бегают» по столу.)

Заливает! Не до сна!

Вылез он и видит: лужи, (Сжимают и разжимают кулачки.)

Тает снег…

Пришла весна!

**«Ласточка»**

Ласточка, ласточка, (На каждую строчку большой палец «Здоровается» дважды с

Милая касаточка, одним пальчиком, начиная с указательного, сначала на правой,

Ты где была, потом на левой руке.)

Ты с чем пришла?

- За морем бывала, весну добывала.

Несу, несу весну-красну.

**«Цветочек»**

Наши алые цветы (Плавно разжимают кулачки.)

Распускают лепестки,

Ветерок чуть дышит, (Машут перед собой руками.)

Лепестки колышет.

Но алые цветки

Закрывают лепестки, (Плавно сжимают пальцы.)

Тихо засыпают, (Плавно опускают руки на стол.)

Головой качают.

**«Бабочка»**

Прилетела к нам вчера (Машут ладошками.)

Полосатая пчела, (На каждое название насекомого загибают один палец.)

А за нею шмель-шмелёк

И весёлый мотылёк,

Два жука и стрекоза,

Как фонарики глаза. (Делают кружочки из пальчиков и подносят к глазам.)

Пожужжали, полетели, (Машут ладошками.)

От усталости упали. (Роняет ладони на стол.)

**«Рыбы»**

Жил да был один налим, (Ладони сложены, плавные движения ими, имитируют движения плавников)

Два ерша дружили с ним. (Ладони раздвинуты: плавные движения двумя ладонями.)

Прилетели к нам три утки (Руки сложены накрест, взмахи ладошками.)

По четыре раза в сутки

И учили их считать: (Сжимают и разжимают кулачки.)

Раз, два, три, четыре, пять. (Загибают пальчики, начиная с большого.)