

Консультация для родителей

«Пальчиковая игра – одна из форм закаливания»

Пальчиковые игры – это тоже форма закаливания, нетрадиционная, но легко входящая в жизнь ребенка. Пальчиковые игры с простыми движениями и веселым стихотворным сопровождением нравятся детям.

Известно, что *истоки способностей и дарований детей – на кончиках пальцев*. Поэтому пальчиковые игры по сути трудно переоценить: они развивают ловкость и подвижность пальцев, а массаж активных точек положительно сказывается на самочувствии в целом и улучшают работу мозга.

Родителей и педагогов волнуют вопросы: как обеспечить полноценное развитие ребенка? Как подготовить его к школе? Один из практических ответов оба вопроса – развитие мелкой моторики и улучшение координации движений пальцев рук, ибо уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Упражнения для кистей

«Печем блины»

Мама нам печет блины (*попеременно касаться поверхности стола тыльной стороной кисти руки и ладонью*).

Очень вкусные они.

Встали мы сегодня рано

И едим их со сметаной.

«Цветок»

Ладони вверх, пальцы образуют «бутон», основания кистей прижаты друг к другу.

Солнце поднимается –

Цветочек распускается (*развести пальцы рук в стороны*).

Солнышко садится –

Цветочек спать ложится (*соединить пальцы*).

«Замок»

Ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

На двери висит замок *(быстро соединять пальцы в замок и разъединять).*

Кто его открыть бы мог?

Потянули! *(Пальцы в замок, потянуть их, не расцепляя.)*

Покрутили! *(Подвигать сцепленными пальцами от себя – к себе.)*

Постучали! *(Пальцы в замке, постучать основаниями ладоней друг о друга.)*

И открыли! *(Расцепить пальцы)*

«Пароход»

Обе ладони поставить на ребро, мизинцы прижать друг к другу («ковшик»), большие пальцы поднять.

Пароход плывет по речке,

И пыхтит он, словно печка.

«Шарик»

Пальцы обеих рук в щепотке и соприкасаются кончиками.

Надуваем быстро шарик –

Он становится большим *(дуть на ладонь и пальцы – они принимают форму, напоминающую шар)*

Шарик лопнул, воздух вышел –

Стал он тонким и худым *(пальчики возвращаются в и.п.)*

Условно-статические упражнения для пальцев

«Мышка»

Серенький комочек сидит,

И бумажкой он шуршит *(средний и безымянный пальцы упираются в большой; указательный и мизинец согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному)*

«Кошка»

А у кошки

Ушки на макушке (*средний и безымянный пальцы упираются в большой, указательный и мизинец подняты*),

Чтобы лучше слышать

Мышь в ее норушке.

«Зайка и ушки»

Ушки длинные у зайки,

Из кустов они торчат (*пальцы в кулачок, указательный и средний пальцы вверх и шевелить ими в разных направлениях*).

Он и прыгает, и скачет,

Веселит своих зайчат.

«Коза»

Руку опустить ладонью вниз, указательный палец и мизинец выставить вперед; средний и безымянный прижать к ладони и обхватить большим.

У козы торчат рога,

Может забодать она.

«Петушок»

Ладонь вверх, указательным пальцем упереться в большой; остальные растопырить и поднять.

Петушок стоит весь яркий,

Гребешок он чистит лапкой.

«Курочка»

Ладонь расположить горизонтально, большим и указательным пальцами образовать фигурку «глаз», остальные наложить друг на друга в полусогнутом положении.

Курочка прыг на кольцо:

— Я снесла тебе яйцо!

«Собака»

Правую ладонь на ребро, большой палец вверх, указательный, средний и безымянный вытянуть и соединить, мизинец попеременно опускать и поднимать.

У собаки острый носик,

Есть и шейка, есть и хвостик.

Динамические упражнения для пальцев

«Мы считаем»

Можно пальчики считать:

Раз, два, три, четыре, пять!

На другой руке – опять:

Раз, два, три, четыре, пять! *(Поочередно разгибать пальцы сначала правой, затем левой руки, начиная с большого.)*

«Моя семья»

Согнуты пальцы в кулак, затем по очереди разгибать их, начиная с большого, а при словах «Вот и вся моя семья!» ладонью другой руки обхватить все пальцы.

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – я!

Вот и вся моя семья!

«В детский сад»

Сжать пальцы в кулак; поочередно разгибать их, начиная с большого; при словах «Встали братцы все» широко расставить пальцы в стороны.

Большой палец встал один,

Указательный – за ним.

Средний будит безымянный.

Тот поднял мизинчик малый.

Встали братцы все – ура!

В детский сад идти пора.

«Братцы»

Ладонь положить на стол, прямые пальцы соединить. Раздвигать сначала мизинец и безымянный, затем средний и указательный. Большим пальцем «звать» братьев и «кормить» их кашей.

Пошли два братца

Вместе прогуляться.

За ними еще два.

Старший не гулял,

Громко их позвал.

За стол посадил –

Вкусной кашей накормил.