

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

«Домик»

«Дом стоит с трубой и крышей,
На балкон гулять я вышел».

Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).

«Колокольчик»

«Колокольчик все звенит,
Язычком он шевелит».

Тыльные стороны рук обращены вверх, пальцы обеих рук скрещены. Средний палец правой руки опущен вниз, и ребенок им свободно вращает.

«Собака»

«У собаки острый носик,
Есть и шейка, есть и хвостик».

Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх. Указательный, средний и безымянный – вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается.

«Кошка»

«А у кошки ушки на макушке,
Чтобы лучше слышать мышь в ее норушке».

Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец подняты вверх.

«Зайка и ушки»

«Ушки длинные у зайки,
Из кустов они торчат.
Он и прыгает, и скачет,
Веселит своих зайчат».

Пальчики в кулачок. Выставить вверх указательный и средний пальцы. Ими шевелить в стороны и вперед.

«Лошадка»

«У лошадки вьется грива,
Бьет копытами игриво».

Правая ладонь на ребре от себя. Большой палец кверху. Сверху на нее накладывается левая ладонь под углом, образуя пальчиками гриву. Большой палец кверху. Два больших пальца образуют уши.

«Птичка»

Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы – голова, остальные сомкнутые пальцы – крылья. Помахать ими. Пальчики – головка. Крылышки –
ладошки.

«Пальчик – мальчик»

- Пальчик – мальчик, где ты был?
- С этим братцем – в лес ходил.
- С этим братцем – щи варил.
- С этим братцем – кашу ел.
- С этим братцем – песни пел!

Поочередно сгибать и разгибать все пальцы, начиная с мизинца.