**Развиваем мелкую моторику рук посредством пальчиковой гимнастики**



Работу выполнила

инструктор ФК

Васильева В.В.

Мелкая моторика рук – это совокупность скоординированных действий человека, направленных на выполнение точных мелких движений кистями и пальцами рук.

Очень важно с самого раннего возраста развивать у ребенка мелкую моторику рук. Но просто делать упражнения малышу будет скучно – надо обратить их в интересные и полезные игры.

Игры могут проводиться как коллективно, так и индивидуально. Наблюдая за тем, как дети выполняют забавные игровые задания, можно с достаточной степенью точности оценить уровень физической подготовленности, степень развитости физических качеств, уровень зрелости нервных процессов.



**Методические рекомендации к проведению пальчиковых игр**

* Перед началом упражнений дети разогревают ладони лёгкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.
* Выполняя упражнения вместе с детьми, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.
* При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки.
* Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.
* Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись детьми легко, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили радость.
* Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости отдельным детям оказывается помощь.
* При повторных проведениях игры дети нередко начинают произносить текст частично (особенно начало и окончание фраз). Постепенно текст разучивается наизусть, дети произносят его целиком, соотнося слова с движением.
* Не ставить перед детьми несколько сложных задач сразу (к примеру: показывать движения и произносить текст). Так как объём внимания у детей ограничен, и невыполнимая задача может «отбить» интерес к игре.
* Никогда не принуждайте! Попытайтесь разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их (например, изменив задание) или поменяйте игру.



**Игра «Посчитаем зверюшек»**

Считаем и загибаем пальчики.

Кто в деревне живет?

Лежебока – рыжий кот.

Маленький теленок,

Желтенький цыпленок,

Белая овечка,

Мышка под крылечком!

Раз, два, три, четыре, пять,

Их не трудно сосчитать!

Кто в лесочке живет?

Под корягой – старый крот,

За горой лисенок,

В ельнике – лосенок.

Под кустом – лисичка,

На сосне – синичка!

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем пальцы загибать!

**Игра «Апельсин»**

Мы делили апельсин.

Много нас,

А он один.

Дети сжимают и разжимают пальцы обеих рук в кулаки.

Эта долька – для ежа.

Эта долька – для стрижа.

Эта долька – для утят.

Эта долька – для котят.

Эта долька – для бобра.

По очереди загибают пальцы, начиная с большого.

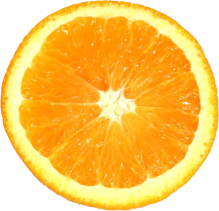
А для волка – кожура.

Он сердит на нас – беда;

«Грозят» указательным пальцем.

Разбегайтесь – Кто куда!

Резко разжимают пальцы, сжатые в кулаки.



**Игра «Ладушки»**

Ладушки, ладушки,

Дети хлопают в ладоши.

Где были?

У бабушки.

Спали на подушке,

Руки положить под щеку.

Ели колобушки.

Хлопают ладошками по коленям.

**Игра «Осенний букет»**

Раз, два, три, четыре, пять,

Дети загибают пальцы по очереди, начиная с большого.

Будем листья собирать.

Сжимают и разжимают кулаки.

Листья березы,

Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба мы соберем,

Маме осенний букет отнесем.

Резко разжимают пальцы, сжатые в кулаки.

