****

**Альбом упражнений**

**для проведения**

**пальчиковой гимнастики**

Выполнил:

Учитель-логопед ГБУ ЦППМСП м.р. Большечерниговский

Сухова Дарья Владимировна

**Занятия и упражнения**

|  |  |
| --- | --- |
| **Сжимать в кулачки и разжимать пальцы двух рук.**  У тебя есть две руки,  Есть и десять пальчиков.  Десять ловких и веселых,  Быстрых чудо-мальчиков.  Будут-будут наши пальчики трудиться,  Не пристало чудо-мальчикам лениться! |  |
| **УТОЧКА**  **Совершать плавные движения кистями обеих рук справа налево, затем имитировать движения лапок утки в воде.**  На волнах качаясь,  Уточка плывет. |  То нырнет, то вынырнет  – Лапками гребет. |  |
| **ЛИСТОЧКИ**  **Сложить ручки в кулачок, а затем разжать их.**  Ты весною видел чудо? Как из маленький из почки  Появляются листочки. |  |
| **КОТИК**  **Одной и другой рукой сделать расслабляющие упражнения для пальцев.**  Гладим котика рукой.  Выгнул спинку он дугой.  Потянулся он, зевнул,  Замурлыкал и заснул. |  |
| **ОВОЩИ**  **Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого. Со слов: «Урожай у нас не плох», охватывать весь кулачок.**  Собираем мы в лукошко  И морковку, и картошку.  Огурцы, фасоль, горох  – Урожай у нас не плох. |  |
| **КУЛАЧОК**  **Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.**  Как фасолинки в стручке,  Наши пальцы в кулачке.  Кулачки мы разгибаем  И фасольки рассыпаем.  Раз, два, три, четыре, пять  – Собираем все опять. |  |
| **МАСЛЕНИЦА**  **На следующие пять строчек загибать пальцы с приговариванием соответствующих слов.**  Положи блинок в ладошку  Угости мурлыку-кошку,  Угости щенка Трезорку,  Потом мальчика Егорку,  Дай блиночек мамочке,  Дай блиночек папочке.  Первая строчка – прочертить пальцем круг на ладошке. |  |
| **КАЧЕЛИ**  **Упражнение выполнять вначале правой, затем левой рукой, далее – двумя руками. От запястья кисти рук с прямыми согнутыми пальцами поднимать вверх, а затем, слегка согнув пальцы, мягко опускать вниз.**  Дети сели на качели,  И качели вверх взлетели.  Опустились плавно вниз.  Ну-ка, с нами прокатись! |  |
| **ЛИСА**  **Соединить все подушечки пальцев руки и движениями пальцев и запястья раскачивать кисть вверх – вниз, затем вправо – влево.**  Лиса по лесочку петляла,  Хвостом следы заметала |  |
| **ВЕЕР**  **Расслабить руки от локтя, превратив их в большой веер, которым обмахивают лицо в жаркий день.**  Если в знойный летний день  Даже двигаться нам лень  – Мы возьмем красивый веер,  И подует легкий ветер… |  |
| **ЗА ГРИБАМИ**  **Поочередно загибать пальцы, начиная с мизинца**  Мы положим в кузовок  Самый маленький грибок:  Подосиновик, волнушку  И забавную свинушку  Белый, рыжик, сыроежку,  Подберезовик, конечно,  А красавец мухомор  Пусть украсит косогор! |  |
| **БЕЛОЧКА**  **Поочередно разгибать пальцы, начиная с большого.**  Сидит белочка в тележке,  Продает она орешки:  Лисичке-сестричке,  Воробью, синичке,  Мишке толстопятому,  Заиньке усатому…  *(Народная песенка)* |  |
| **ПАЛЬЧИКИ – СОЛДАТИКИ**  **Поочередно разгибать пальцы, начиная с большого. Затем большим пальцем касаться всех остальных – «будить». Одновременно с восклицанием «Ура!» кулачок разжать, широко расставив пальцы в стороны.**  Командир позвал солдат:  «Становитесь дружно в ряд!  Первый встал, за ним – второй,  Безымянный, быстро в строй!» |  |
| **ВСТРЕЧА**  Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, прикасаясь друг к другу кончиками.  На правой ручке – пальчики.  На левой ручке – пальчики.  Пришла пора им встретиться  – Готовьте чемоданчики! |  |
| **ВОЛНА**  **Соединить пальцы двух рук в замок, совершать волнообразные движения сцепленными руками. Затем разжать пальцы сразу двух рук.**  Светит полная луна  – За волной бежит волна,  Ветер веет на просторе,  И всю ночь волнует море  Волн спокойных мерный шум  Усыпляет праздный ум…  Но так долго вредно спать  – Нам давно пора вставать. |  |
| **ЗАМО́К**  **Сцепить пальцы двух рук «в замок». При произнесении слов: «Пустим только…» – ладони разводить в стороны, затем быстро соединять.**  Сцепим пальчики в замок  Чтоб войти чужой не мог.  Пустим только белочку,  Ежика и зайчика,  Пустим только девочку,  Пустим только мальчика. |  |
| **ДРУЖНЫЕ РЕБЯТКИ**  **Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.**  Здравствуй, Петенька!  Здравствуй, Анечка!  Здравствуй, Зиночка!  Здравствуй, Манечка!  Ах, и дружные ребятки,  Поиграем вместе в прятки. |  |
| **ЩЕЛЧОК**  **Кончик указательного пальца правой руки сильно вдавить в подушечку большого пальца. Остальные пальцы поднять вверх.**  Один щелчок,  Другой щелчок  – Я так смогла,  И ты так смог! |  |
| **ЛАПКИ**  **Поджать подушечки пальцев правой руки к верхней части ладошки. Большой палец прижать к указательному. Произносить громко «мяу!» несколько раз. Можно продолжать игру со второй рукой. В заключение провести занятие двумя руками.**  Стоит на задних лапках кот,  И в гости мышек он зовет.  Показывает лапки,  А лапки – цап-царапки! |  |
| **ЖУК**  **Сжать кулачок. Указательный палец и мизинец развести в стороны («усы»). Пошевелить «усами».**  Жук сидит на веточке.  Вы не бойтесь, деточки. Попробуйте-ка сами  Пошевелить усами! |  |
| **КОМАРИК**  **Сжать кулачок. Указательный палец выдвинуть вперед – это «хоботок», которым «комарик» пытается «укусить». Мизинец и большой палец, расслабив, опустить вниз – это «лапки».**  Комарик летит,  Комарик пищит,  Не нравится нам  Его аппетит! |  |
| **ЩЕНОК**  **Вытянуть указательный палец правой руки и вращать им, затем то же самое – пальцем левой руки**.  Крутит хвостиком щенок  – Увидал в саду цветок. |  |
| **ВЕРТОЛЕТ**  **Четыре пальца левой руки, кроме большого, сжать в кулак. Большой палец поднять вверх и выполнять круговые движения.**  Вверх взлетает вертолет,  Будь внимательным, пилот!  **Пальцы обеих рук, кроме указательных и больших – в положении плетеной корзинки. Указательные пальцы выдвинуть вперед и соединить их подушечками (получается «хвост вертолета»)**  Вертолет лети, лети,  Лопасти быстрей крути. |  |
| **Ножки**  **Указательный и средний пальцы правой, затем левой руки «ходят» по столу.**  Вот бегут босые ножки  Прямо к речке по дорожке |  |
| **Барабанщики**  **Подушечки правой и левой руки прижать к столу. Попеременно постукивать ими по поверхности стола, как игра на пианино.**  Твои пальчики-барабанщики  Там- там-там  Тук-тук-тук  Раздаётся звонкий звук |  |
| **КОЗА**  **Пальцы рук поджать, только указательный и мизинец держать выпрямленными. Это – «коза». Со словами: «Забодаю, забодаю!» – «коза» начинает двигаться вперед**.  Идет коза рогатая  За малыми ребятами.  – Кто кашу не ест?  Молоко не пьет?  Забодаю, забодаю…  Бородатая коза  Крутит серые глаза.  Рогами качает  – Сейчас забодает.  *(Народная потешка)* |  |
| **Солнышко**  **Образовать два кружка из больших и указательных пальцев обеих рук, соединив их.**  Солнышко в глазки  Светит ребяткам  Мы поиграем  С солнышком в прятки |  |
| **ПТЕНЧИКИ**  **Все пальцы правой руки обхватить левой ладонью. Получается «гнездо». Шевеление пальцами правой руки создает впечатление живых птенцов в гнезде.**  Приносила пташка  Птенчикам букашек.  Птенчики ждали  – Рты разевали,  Громко кричали. |  |