



«Шагаем пальчиками»

упражнения на развитие мелкой моторики

Идея: Тимофеева Е. Ю., Чернова Е. И.

Пальчиковые шаги. Упражнения на развитие мелкой моторики

Пальчиковые шаги

«Пальчиковые шаги» – это упражнения, направленные на развитие координации движений кистей и пальцев рук. Они интересны не только своим содержанием, но и возможностью экспериментировать, фантазировать, придумывать новые варианты работы.

Перед началом работы с «шагами» взрослому рекомендуется попробовать поработать самостоятельно, чтобы уметь правильно подсказать ребенку во время занятий. В этом пособии представлены варианты работы для левой и правой руки. Рекомендуется начинать работу с варианта для ведущей руки и впоследствии постепенно переходить к работе со второй рукой.





Ползу я по дорожке,
Передираю ножки,
Мечтаю бабочкою стать,
Чтоб по цветам легко порхать.



Помоги гусеничке доползти до цветка и стать бабочкой.
Каждым пальчиком левой руки «проползи» по дорожке к цветочку:
большим, указательным, средним, безымянным, мизинчиком.



Ёжики



Семья колючих ёжиков
Бежала по тропинке.
Грибы, листочки, ягоды
Несли они на спинках.



Помоги ежатам дойти до мамы ежихи. «Прошагай» пальчиками левой руки по дорожкам. У каждого пальчика своя дорожка: большой и указательный, указательный и средний, средний и безымянный, безымянный и мизинец, большой и мизинец, большой и безымянный, большой и средний

Жучки



Два жучка пошли гулять,
Свои ножки поразмять.
Каждый по своей дорожке:
Не устали бы их ножки!



Помоги жучкам дойти до леса. «Прошагай» пальчиками правой руки по дорожкам. У каждого пальчика своя дорожка: большой и указательный, указательный и средний, средний и безымянный, безымянный и мизинец, большой и мизинец, большой и безымянный, большой и средний.

Зайчик



Зайчик, зайчик, поскачи
И морковку поищи,
Поищи капустку —
Будет очень вкусно!



Помоги зайчику прискакать в огород.

«Проскачи» пальчиками левой руки по кружочкам.

У каждого пальчика своя дорожка: большой и указательный, указательный и средний, средний и безымянный, безымянный и мизинец, большой и мизинец, большой и безымянный, большой и средний

Кот и бабочка



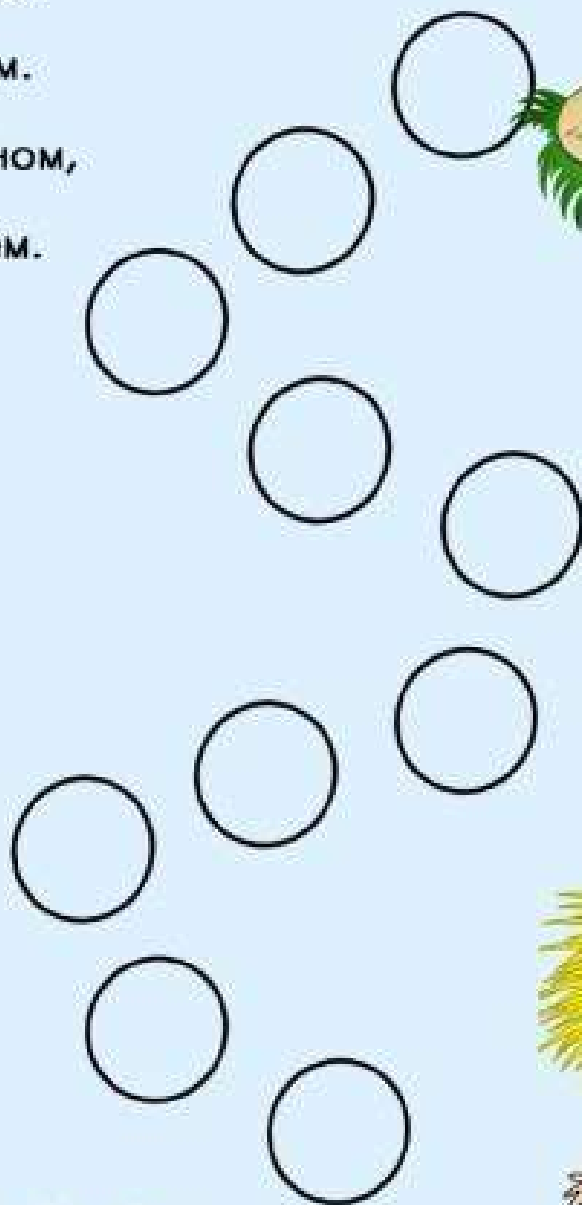
Котик с бабочкой играл,
Котик бабочку поймал
И не знает, как с ней быть,
Может, в клетку посадить?
Только всем давно известно —
В клетке бабочке не место!



Помоги бабочке долететь до цветка. «Прошагай» пальчиками левой руки по кружочкам к цветку: большим и указательным, указательным и средним, средним и безымянным, безымянным и мизинцем, большим и мизинцем, большим и безымянным, большим и средним.

Домовенок Кузя

Домовенок Кузя
Ищет новый дом.
Хочет быть хозяином,
Поселиться в нём.

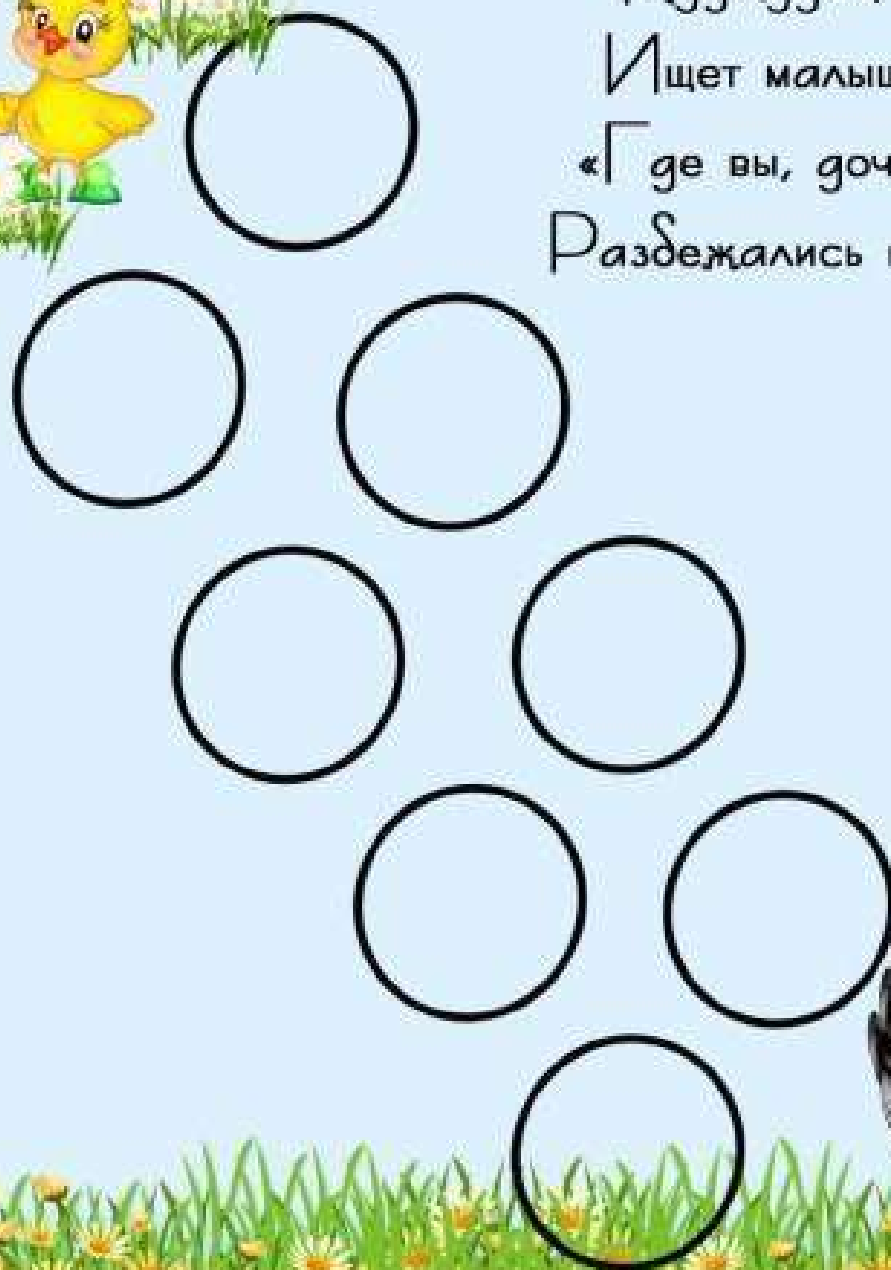


Помоги домовенку Кузе найти новый домик. «Прошагай» пальчиками правой руки по кружочкам: большим и указательным, указательным и средним, средним и безымянным, безымянным и мизинцем, большим и мизинцем, большим и безымянным, большим и средним.
Активно работает кисть руки.

Курочка



Курочка в саду гуляла
И цыпляток растеряла,
Куд-кудах, куд-кудах,
Ищет малышей в кустах:
«Где вы, дочки и сыночки,
Разбежались по кусточкам?»



Помоги курочке собрать цыплят. «Прошагай» пальчиками правой руки по кружочкам к цыпляткам. У каждого пальчика своя дорожка: большой и указательный, указательный и средний, средний и безымянный, безымянный и мизинец, большой и мизинец, большой и безымянный, большой и средний

Летний дождик



По небу облако тихо плывёт,
Из этого облака дождик идёт.
От дождика прячется вся детвора,
Под зонтик бегут посередине двора!



Помоги девочке спрятаться от дождя. «Прошагай» пальчиками правой руки по кружочкам к зонтику: большим и указательным, указательным и средним, средним и безымянным, безымянным и мизинцем, большим и мизинцем, большим и безымянным, большим и средним.

Мёд и медвежонок

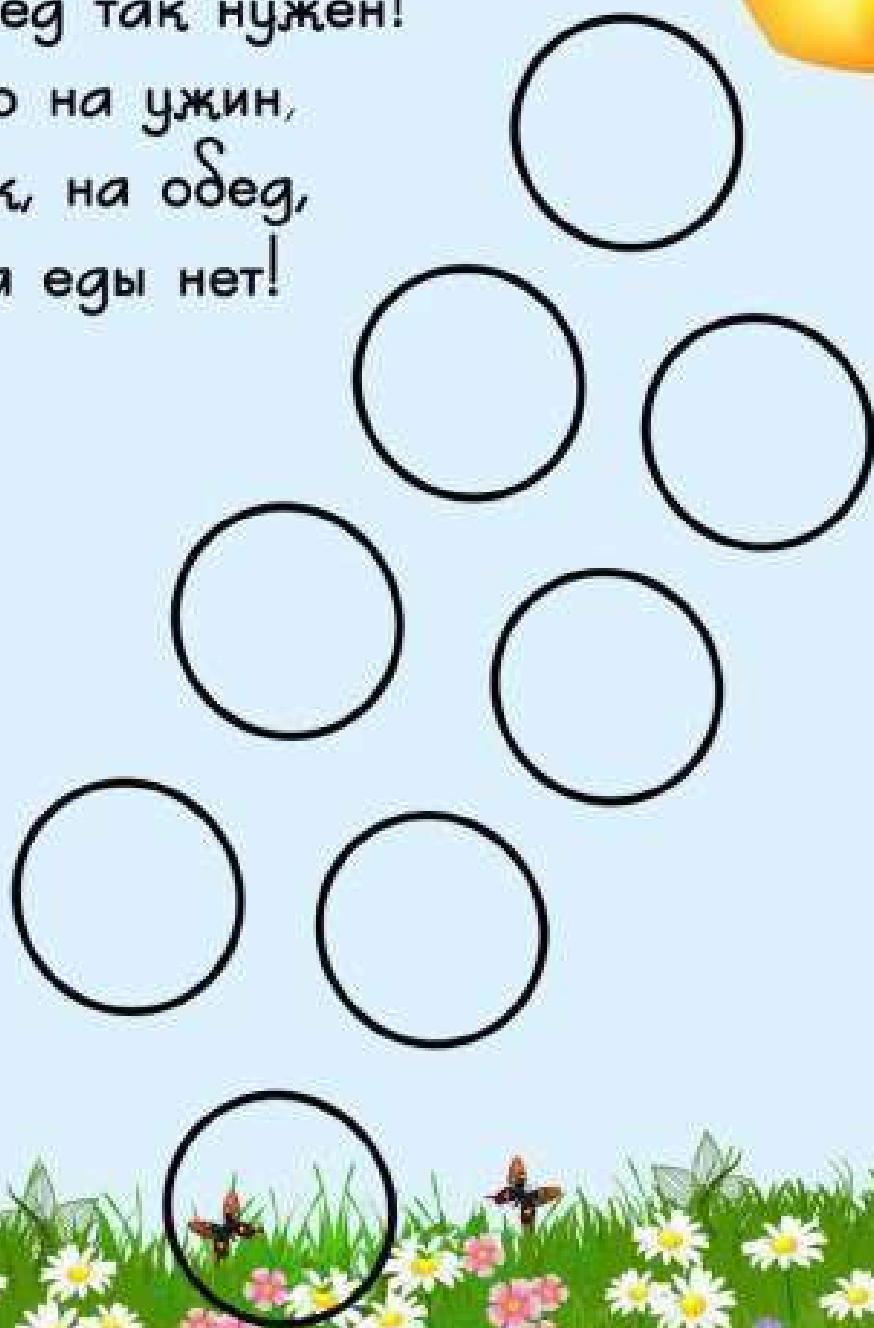


Мне душистый мёд так нужен!

Я его люблю на ужин,

И на завтрак, на обед,

Лучше мёда еды нет!



Помоги медвежонку добраться до дочонка с мёдом.
«Прошагай» пальчиками левой руки по кружочкам к дочке с мёдом.
У каждого пальчика своя дорожка: большой и указательный,
указательный и средний, средний и безымянный,
безымянный и мизинец, большой и мизинец, большой и безымянный,
большой и средний.

Муравьишка



Муравей нашёл травинку,
Положил её на спинку.
Дотащить домой скорей бы,
Чтоб достроить муравейник.



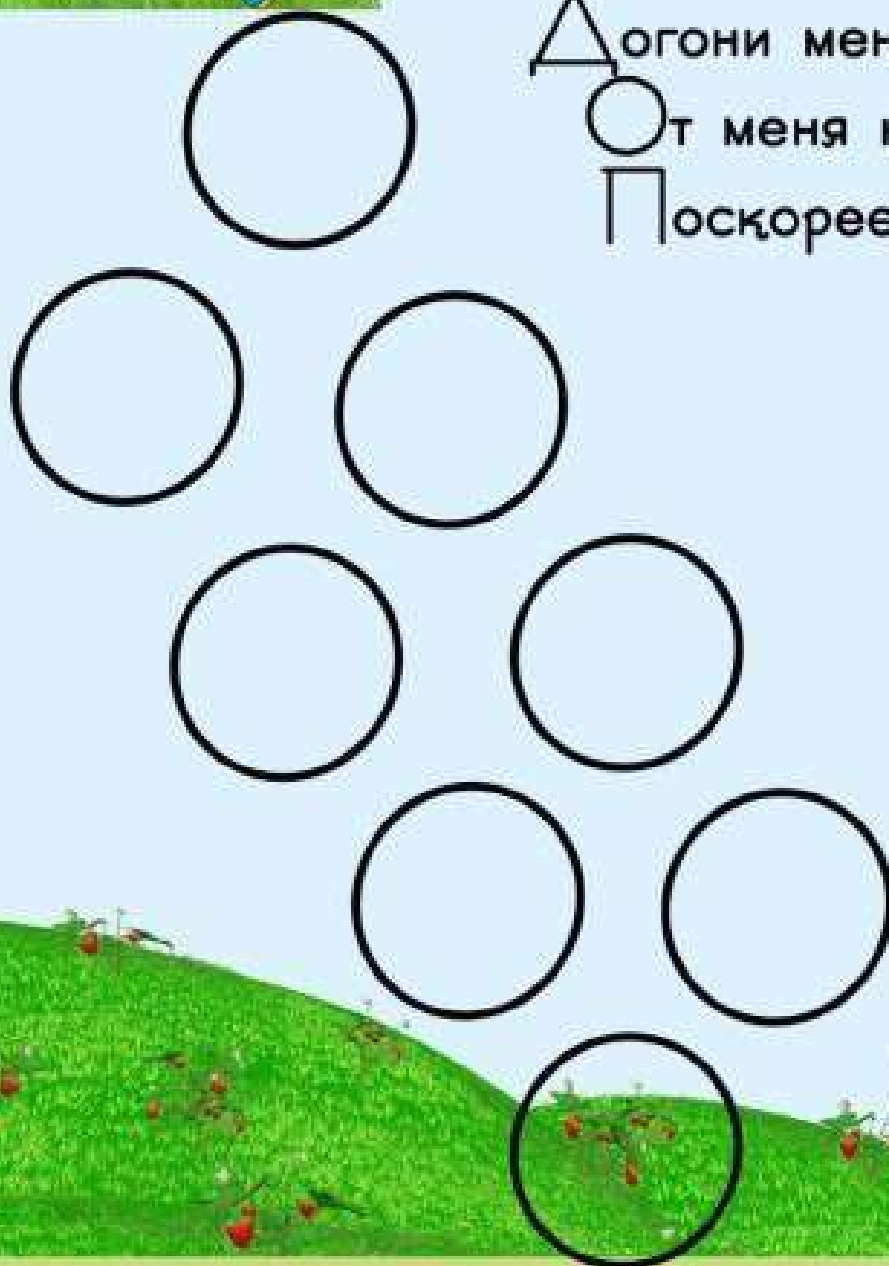
Помоги муравьишке доползти до муравейника.
Каждым пальчиком правой руки «проползи» по дорожке:
большим, указательным, средним, безымянным, мизинчиком



Мячик



Мячик, мячик, прыг-скок,
Догони меня, дружок,
От меня не убегай,
Поскорее догоняй.



«Проскачи» пальчиками правой руки по кружочкам,
как мячик, и догони мальчика.

У каждого пальчика своя дорожка: большой и указательный,
указательный и средний, средний и безымянный, безымянный и мизинец,
большой и мизинец, большой и безымянный, большой и средний

Веселый автобус



Едем, едем по утрам,
Везем в садик детвору,
Едем по кривой дорожке,
Малыши глядят в окошки.



Помоги ребятам доехать до детского сада «Прошагай» пальчиками правой руки.

У каждого пальчика своя дорожка:

Большой и указательный, указательный и средний, средний и безымянный,
безымянный и мизинец, большой и мизинец, большой и безымянный, большой и средний.