

Упражнение: "Кулак-ребро-ладонь"



Ладонь, сжатая в кулак



Ладонь ребром



Распрямленная ладонь

«Кулак-ребро-ладонь.»

Сила (кулак)

Воля (ребро)

И уменье (ладонь)

Нам нужны

В процессе чтения!

Ладонь сжимаем в кулачок

Ребром поставим на бочок

Вниз ладонью опускаем

И сначала начинаем.

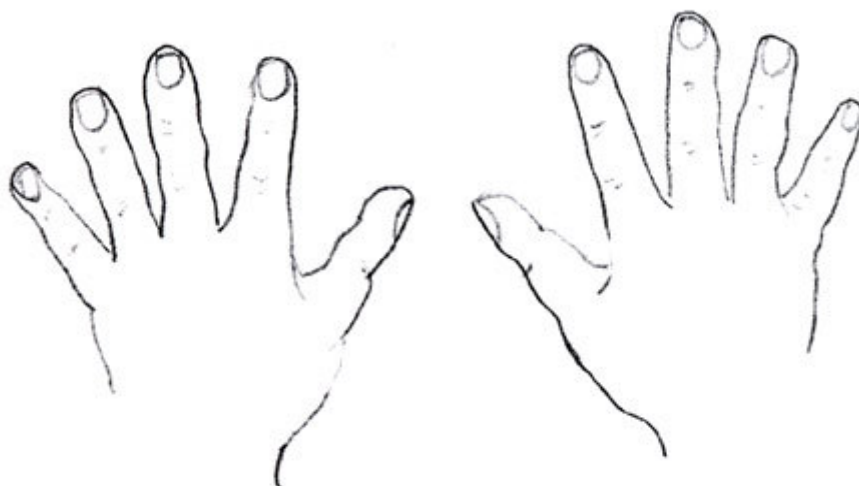
Кулачок, ребро, ладонь

Ты ладошкой парту тронь

Правой, левой повтори

Раз, два, три. раз, два, три!

Упражнение: "Фонарики"



Фонарики зажглись
Пальцы выпрямить

Поочередно

Фонарик погас

Фонарик зажегся



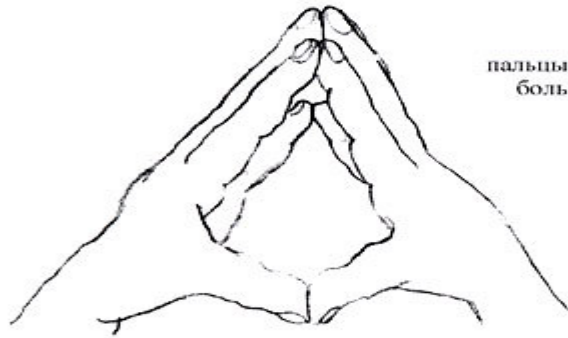
Пальцы одной руки сжаты



Пальцы другой руки выпрямлены « Фонарики»

Зажигают огоньки Крошки-мошки-светляки.
Каждый светлячок несёт фонарик за крючок
Вот фонарики зажглись (пальцы выпрямляем)
Но один из них погас (пальчики сжимаем)
Этот гаснет, тот зажжён Светит ярко детям он. А теперь наоборот-
Этот гаснет, горит тот!

Упражнение: "Дом -ежик-замок"

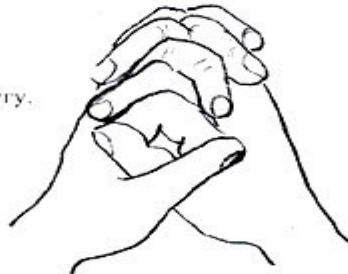


Дом.
пальцы рук соединить под углом,
большие пальцы соединить.

Ежик.
Поставить ладони под углом
друг к другу. Расположить
пальцы одной руки между
пальцами другой.



Замок.
Ладони прижать друг к другу.
Пальцы переплести.



«Дом-ёжик-замок»

Дом красивый

Дом высокий

Ёж себе построил в соснах.

На дверях –замок большой,

Чтобы не вошёл чужой.

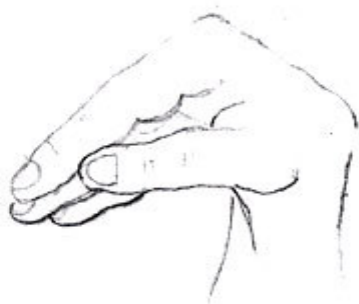
В домик ёжик приволок

Для дверей большой замок.

В доме ёжик на кладовку.

Днём замок повесил ловко.

Упражнение: "Гусь-курица-петух"



Гусь.

Ладонь согнуть под прямым углом, Пальцы вытянуть и прижать друг к другу. Указательный палец согнуть и опирается на большой.

Курочка.

Ладонь немного согнуть. Указательный палец опирается в большой. Остальные пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении.



Петух.

Ладонь поднять вверх. Указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх - это "гребешок".



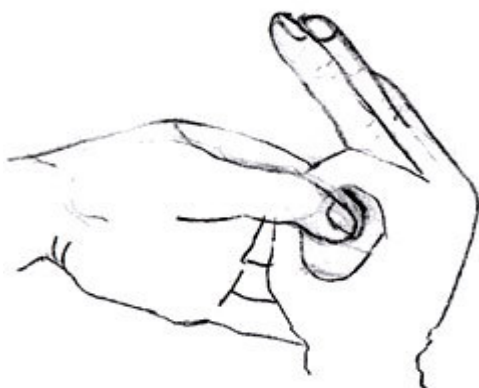
«Гусь-курица-петух»
Гусь гогочет: га-га-га!»
Я обедаю в лугах.
Курочка-«ко-ко, ко-ко!»
Я в сарае, мне легко!
Петушок-« кукареку
Я поесть везде смогу!»
Важно гусь сощурился:
Не дружу я с курицей.
И с крикливым петухом-
Курициным женихом!

Упражнение: "Зайчик-колечко-цепочка"



Заяц.

Колечко
Указательный и большой пальцы соединяются.
Средний, безымянный, мизинец вытянуты
вперед.



Цепочка.
Поочередно соединяем большой палец с
указательным, со средним и т.д. и через
них попеременно "пропускаем"
"колечки" из пальчиков другой руки.

«Зайчик-колечко-цепочка»

Вышел зайка

На крылечко.

Потерял

Своё колечко.

Зайку мы приободрили.

И цепочку в дар купили.

Зайчик на крылечке

Отыскал колечко.

А свою цепочку

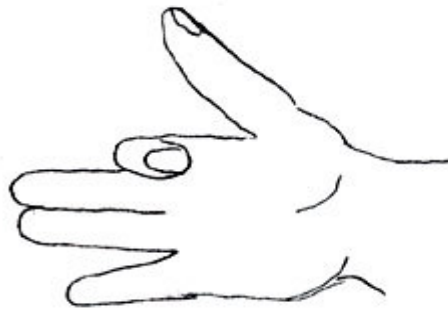
Приберёт для дочки.

Упражнение: "Ножницы-собака-лошадка"



Собака.

Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть.



Лошадка.

Большой палец правой руки поднять вверх сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх.



« Ножницы-собака-лошадка»
Катя ножницы берёт
И собачку пострижёт
А потом с лошадкой
Поиграет в прятки.
Ножницы стригут без брака
Вот пострижена собака.
Налысо-лошадка!
Ей пришлось несладко.
Улыбнулись куклы дружно:
Поменять ей имидж нужно.

Упражнение: "Зайчик-коза-вилка"



Зайчик - указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

Коза.

Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони.



Вилка

Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

«Зайчик-коза-вилка»
Зайчик козочку научит,
Что лапшу есть вилкой - лучше!
На лужайке, на лужайке
Увидала коза зайку.
Завела она беседу
Где купить вилку к обеду.
«Зайка, козочка и вилка»-
Повторяй скорей за мною.
«Зайка, козочка и вилка»
Упражненье непростое.

Упражнение: "Колечко"



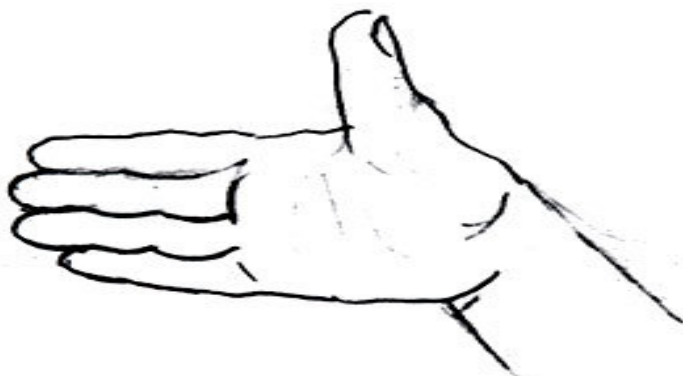
Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний, безымянный, мизинец. Упражнение выполняется в прямом порядке - от указательного пальца к мизинцу и в обратном - от мизинца к указательному пальцу. В начале движения выполняется поочередно каждой рукой, затем двумя одновременно.

«Колечки»

Руку левую поднять
И в кольцо соединять
Указательный и средний.
Безымянный, малышок.
Сделал левой, сделай правой.
А теперь двумя, дружок

Раз и два, и три, четыре Собираем виноград.
Каждый пальчик Каждой ручки
Нам помочь Сегодня рад.
Левой: раз, два Три, четыре.
А теперь другой рукой. А сейчас двумя руками Виноград срываем с вами.

Упражнение: "Флажок-рыбка-лодочка"



Флажок

Ладонь ребром, большой палец вытянут.



Рыбка

Пальцы вытянуты и прижаты друг другу, Указательный палец опирается на большой палец.



Лодочка.

Обе ладони поставлены на ребро и соединены "ковшиком", большие пальцы прижаты к ладони.

« Флажок-рыбка-лодочка»

Плавничок

Как флажок

У рыбки - малютки-

Словно лодочка плывет

Говорю без шутки.

Что за красный флажок

Рыбка увидела?

Это лодочка к ней

Тихо подплывала.