

САМ СЕБЕ ЛОГОПЕД

Умные пальчики (часть первая).

Мамы и папы! Чтобы ребенку было интересней заниматься пальчиковой гимнастикой можно предложить ему показать пальчиками знакомые предметы или животных. Упражнения можно выполнять каждой рукой отдельно или руки могут дополнять друг друга. Сегодня разучим упражнения для выполнения каждой рукой по отдельности или же выполнение двумя руками синхронно. А может, вы разыграете спектакль в несколько пар рук? Главное - ваша фантазия и эмоциональный настрой.

1. «**Жук**». Локти опираются на стол, указательный палец вытянут, остальные плотно прижаты к ладони; производятся движения указательным пальцем по кругу (жук летит). Аналогичное упражнение проводится другими пальцами.

2. «**Змея**». Локти опираются на стол, указательный палец вытянут, остальные плотно прижаты к ладони, указательным пальцем производятся движения, имитирующие змею. Аналогичное упражнение проводится с другими пальцами.

3. «**Зайчик**». Локти опираются на стол, указательный и средний пальцы вытянуты вверх, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (зайчик шевелит ушками).

4. «**Коза**». Локти опираются на стол, указательный палец и мизинец вытянуты и направлены вперед от себя, остальные плотно прижаты к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (коза бодается).

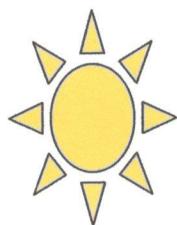
5. «**Кошка**». Локти опираются на стол, указательный и мизинец вытянуты и слегка согнуты, средний и безымянный плотно прижаты большим к ладони; движения производятся вытянутыми пальцами (ушки шевелятся).

6. «**Гусь**». Локти опираются на стол, большой и указательный пальцы вытянуты и плотно прижаты друг к другу, остальные прижаты к ладони; движения производятся кистями вверх - вниз.

7. «**Лягушка**». Локти опираются на стол, указательный и мизинец согнуты и оттянуты назад, средний и безымянный плотно прижаты к ладони, большой приложен к ним горизонтально; движения производятся указательным пальцем и мизинцем (лягушка спит -проснулась).

8. «**Крокодил**». Локти опираются на стол, указательный и мизинец согнуты и оттянуты назад, средний и безымянный вытянуты вперед, большой прижимается к ним снизу (пасть); движения производятся вытянутыми пальцами (крокодил ест).

9. «**Улитка**». Положить руки на стол, поднять указательный и средний пальцы, остальные плотно прижать к столу. Поднятые пальцы двигаются (улитка шевелит рожками).



Умные пальчики (часть вторая).

В предыдущей консультации мы говорили об упражнениях, которые ребенок может выполнять каждой рукой отдельно или же одно и то же упражнение синхронно обеими руками. Сегодня мы представляем вам упражнения, выполняемые двумя руками совместно.

1. **«Ковшик».** Обе ладони соединены ребрами на столе, кончики пальцев левой и правой рук соприкасаются, большие пальцы прижаты к ладоням.

2. **«Пароход».** Обе ладони соединены ребрами на столе, кончики пальцев левой и правой рук соприкасаются, большие пальцы оттопырены вверх (труба парохода).

3. **«Гнездо с яйцами».** Обе руки соединены в том же положении, что и в предыдущем упражнении, но большие пальцы опущены внутрь.

4. **«Крыша дома».** Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук плотно прижаты и соприкасаются подушечками, кисти максимально раздвинуты.

5. **«Скворечник».** Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук немного согнуты и соприкасаются подушечками, большие пальцы загнуты внутрь ладоней.

6. **«Очки».** Локти опираются на стол, пальцы обеих рук собраны в кольцо и соединены.

7. **«Ворота».** Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, подушечки среднего и безымянного обеих рук соединены, указательные и мизинцы выпрямлены, большие плотно прижаты к указательным.

8. **«Мостик».** Локти опираются на стол, средние, безымянные и мизинцы обеих рук плотно прижаты и соединяются горизонтально подушечками, указательные вытянуты вверх, большие прижаты к ним.

9. **«Корни».** Локти опираются на стол, ладони прижаты тыльной стороной, пальцы опущены вниз.

10. **«Мельница».** Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук вытянуты и переплетены. Движения производят вытянутыми пальцами, не расцепляя их (мельница работает).

11. **«Корзинка».** Ладони направлены к себе, пальцы обеих рук переплетены вовнутрь ладоней, большие пальцы замкнуты в кольцо.

12. **«Колокольчик».** Локти опираются на стол, ладони направлены вверх, пальцы обеих рук переплетены, средний палец правой руки опущен вниз (язычок колокольчика).