

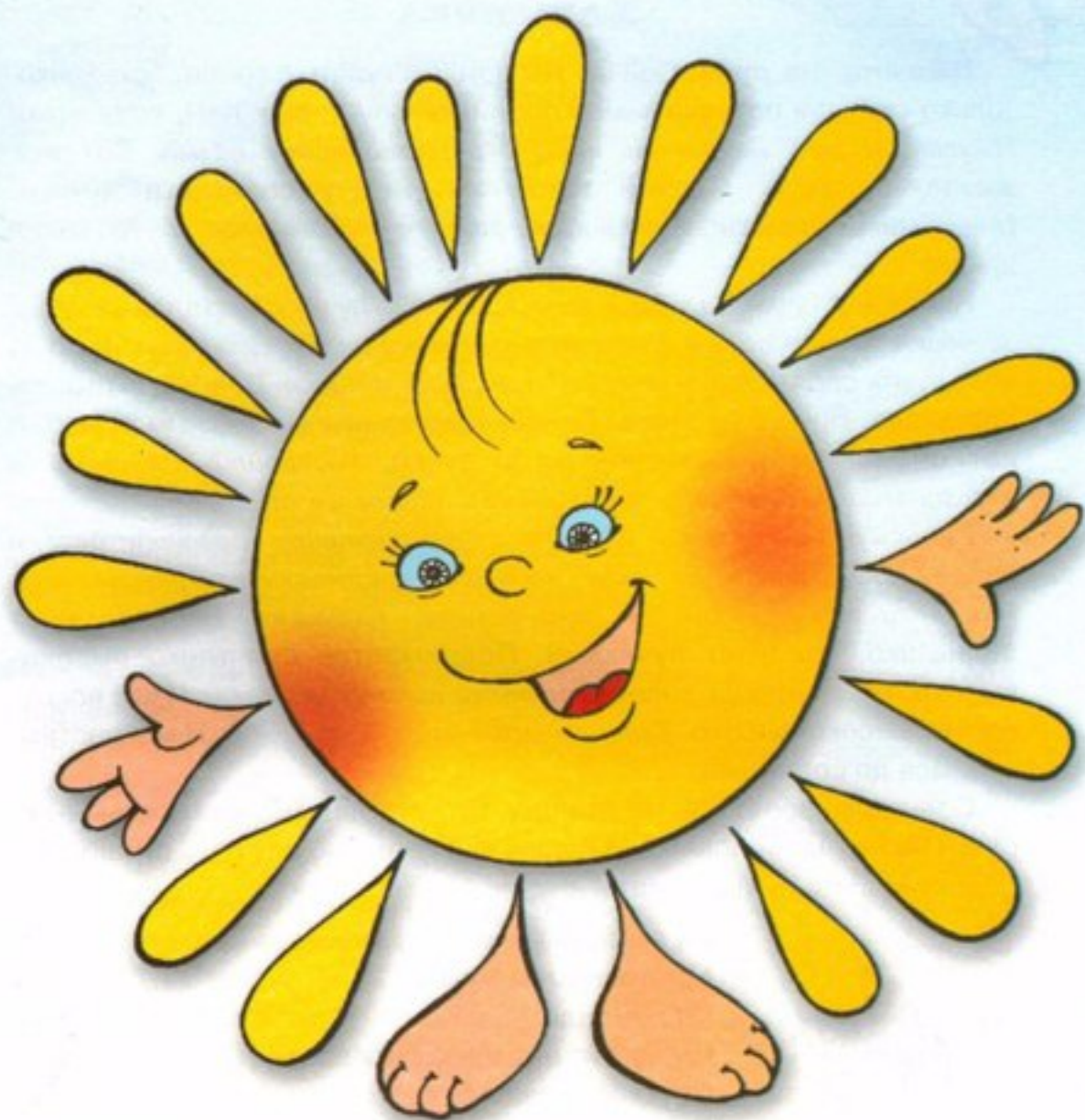
МЫ ТОПАЛИ, МЫ ТОПАЛИ...

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ



2-4

ДЛЯ САМЫХ-САМЫХ МАЛЕНЬКИХ



Привет! Узнаешь меня? Я – солнышко.
Это я каждый день поднимаюсь высоко-
высоко в небо и грею тебя и всех-всех-всех.
Я очень люблю гулять. Пойдём со мной?



РАЗМИНКА

Разминка для ручек. Сейчас мы пойдём гулять с тобой, солнышко. Только сначала познакомимся поближе. Спустись к нам, солнышко! *Поставьте руку на локоть и широко растопырьте пальцы.* Вот оно. Улыбается тебе. Сделай такое же. Вот у солнышка лучики. *Пошевелите пальцами и попросите ребёнка сделать так же.* Ах, какие яркие!

Набежали тучки. *Загибаем мизинчик.* Один лучик спрятался за тучку. *Загибаем безымянный и далее поочередно все пальчики на двух руках.* И этот лучик спрятался, и этот... *Показываем кулачки.* Совсем скрылось солнышко. Ничего не видно (*прижимаем кулачки к глазам*), темно. А вот оно снова показалось из-за тучки. *Раскройте ладошки и расслабленно встряхните пальчиками – дайте им отдохнуть.*

Выглянуло солнышко, и тепло стало. *Потрите ладошки друг о друга. Посмотрите на свои ладошки, покрутите-повертите ими, «посверкайте» лучами – пошевелите пальцами.* Весело сияет солнышко, сверкает лучиками. Поднимается солнышко высоко-высоко. *Тянем ручки с растопыренными пальчиками вверх.* И всё вокруг растёт высоко-высоко. *Тянемся выше-выше – «растём».* И мы растём, тянемся до солнышка.

Солнышко зовёт нас на зарядку. Вот это да! Встанем ровненько, ручки вытянем «по швам». И будем внимательно слушать стишок. Он подскажет, что нужно делать.



На зарядку солнышко зазывает нас.
Мы поднимем ручки
По команде: «Раз!»
Шелестит над нами весело листва.
Опускаем руки мы
По команде: «Два!»



Солнышко просит повторить зарядку ещё раз. Ты не устал? Тогда начнём. Только будь внимательным, поднимай и опускай руки по команде.

Разминка для пальчиков. Ой, что-то пальчики наши задремали. Давай растормошим, разбудим каждый пальчик. *Повторяя стихи, массируем снизу вверх каждый пальчик и, дойдя до кончика пальца, слегка его прищипываем.*



Здравствуй, пальчик,
Здравствуй, мальчик!
С добрым утром,
С ясным днём!



После зарядки умоемся, приведём себя в порядок. Крутим попеременно правой и левой кистью, как бы раскручивая краны. Открываем воду.

Ай лады, лады, лады, хлопаем в ладоши
Не боимся мы воды, мотаем головой
Чисто умываемся, имитируем умывание
И маме (папе, бабе) улыбаемся. Смотрим в глазки.

Разминка для язычка. Вот мы стали чистые, зайчики пушистые. Пора что-нибудь поесть, подкрепиться. Для этого нужно разбудить язычок, который живёт у нас в домике-ротике. Проверь, есть он у тебя? Ну-ка, выгляни, язычок. Показываем язычок и снова прячем. Э-э, да он решил с нами поиграть в прятки. Поиграем? Несколько раз быстро показываем язычок и быстро прячем. Здорово у тебя получается!

Что же мы будем есть? А, вот что – кашу. Понарошку черпаем кашу ложкой и едим её.

После еды надо почистить домик-ротик. Принимайся за работу, язычок! Протираем язычком нёбо-«потолок». Затем щечки так, чтобы снаружи можно было нащупать шишку. Чистим зубки, проводя язычком сначала по верхнему ряду зубов, затем по нижнему, снаружи и изнутри. Облизали губки. Сглотнули слюну. Порядок!

Можно отправляться гулять. Наши ладошки теперь станут ножками. Перевернём ладошки вниз и медленно пойдём. Ритмично «топаем» поочередно ладошками-ножками по столу или по коленкам.

Мы топали, мы топали,
До тополя дотопали,
До тополя дотопали,
Аж ножки все оттопали.



Посмотрите на ладошки, стряхните пылинки – чтобы ручки отдохнули, и продолжайте прогулку, ускоряя темп. На третий раз топаем очень быстро – почти бегом. Стихотворение второй и третий раз читайте в соответственно убыстряющемся темпе.



Раскрытая ладошка – солнышко



Пальчики «идут»



Срываем ягодки



Машем ручкой – «шюка»

Вот и мы, солнышко! *Раскрываем ладошку-солнышко. Мы идём с тобой гулять. Переворачиваем ладошку и показываем, как указательный и средний пальцы «идут». Пойдём по дорожке нашими пальчиками-ножками. Идём по дорожке в книжке и ритмично произносим:*

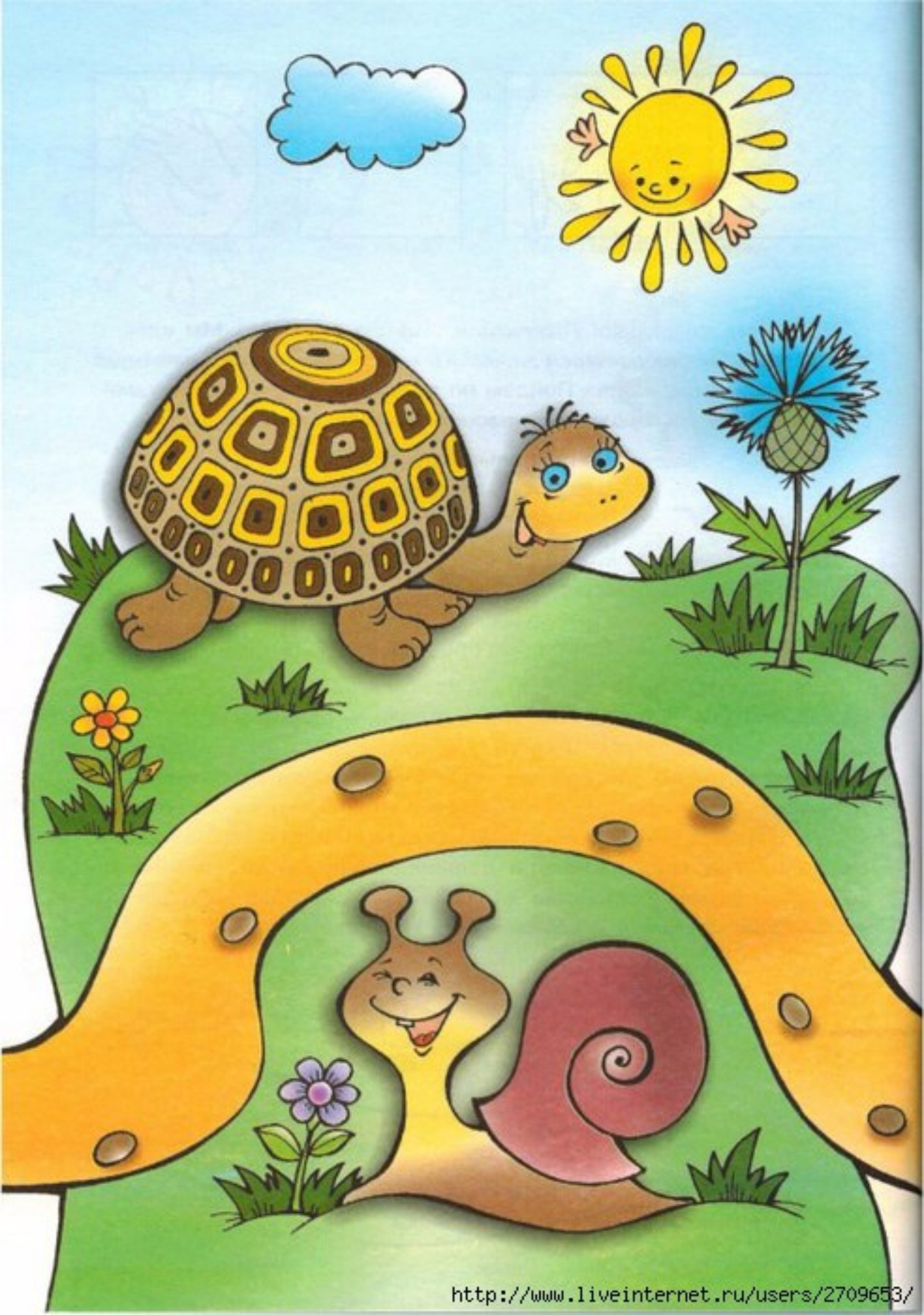
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки.
Топ-топ, топ-топ. } 2 раза

Двумя пальчиками-ножками одновременно «прыгаем» с одного камушка на другой.

По камушкам, по камушкам
Прыг-прыг, прыг-прыг. } 2 раза

Шли-шли мы и до куста дошли. А на нём ягод – видимо-невидимо. Красные ягоды, спелые. «Соберите ягодки, – просит кустик, – они созрели, а моим веткам тяжело». *Поставьте левую руку на локоть, кисть расслабленно свешивается вниз. Посмотри, как ветки клонятся. Проведите всеми пальчиками правой руки по каждому пальчику левой, как бы срывая ягоды. Вот мы ягодки срываем и в лукошко собираем. Нарвали ягод много-много и дальше пошли. Пока, кустик! Не забывайте пальчиками шагать по дорожке со страницы на страницу. Можно и по камешкам попрыгать, если хочется.*







Улитке – кулачок на столе, мизинец и указательный – рожки



Черепаша – кулачок на столе, указательный – голова



Машем ручкой – «пока»



Пальчики «идут»

Вышли мы с тобой на полянку. Какая здесь трава – зелёная, душистая, цветов разных много. И улитка в траве сидит. Да нет, не сидит, а куда-то спешит-торопится. По своим делам, наверное. А как у нас улитка торопиться может? А вот так. Вот так! *Кладём кулачок на стол, медленно, еле-еле двигаем его, будто улитка ползёт.*

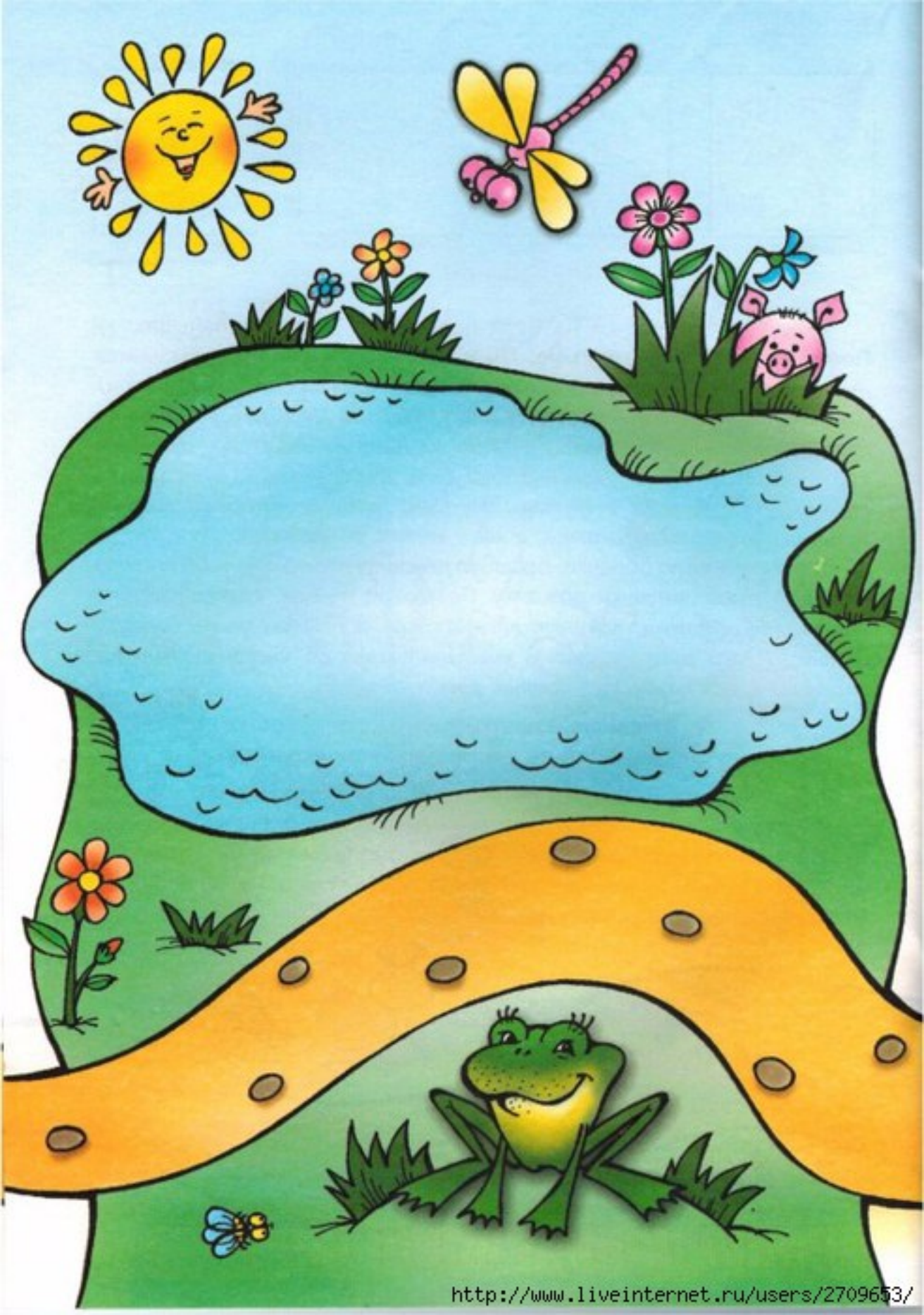
Давай позовём её, может, она выглянет из своего домика. Улитка, улитка, высуну рожки. Дам тебе я хлебушка крошки! *Улитка высовывает рога – вспоминаем пальчиковую форму «Улитка».* Привет, привет, улитка!

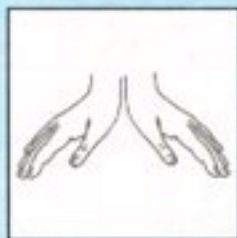
Посмотри-ка, кто-то ещё шуршит в траве, тоже, как улитка, ползёт еле-еле и свой дом на себе несёт. Да это же... черепаха!

Черепаша, черепаха в панцире живёт.
Высунет головку – обратно уберёт.

Ох, как медленно она ползёт! Нет, черепаха, тебе нас не догнать. Мы за солнышком спешим. Пока! *Помахали ручкой и двумя пальчиками зашагали на следующую страничку.*







*Лягушка – шлепаем
двумя ладошками*



*Чок, чок, пяточок,
сзади розовый крючок*



*Посреди бочонков
и т.д.*



*Машем ручкой –
«пока»*

Вот лягушка по дорожке скачет, вытянувши ножки: ква-ква-ква, ква-ква-ква. Давай и мы за ней (шлепаем двумя ладошками одновременно по картинке или столу, имитируя движения лягушки).

Вот из лужицы на кочку,
Да за мухую вприскокку –
Ква-ква-ква, ква-ква-ква.

Да тут ещё кто-то в лужицу плюхнулся! Ну-ка, посмотрим, посмотрим. А теперь возьмите розовый карандаш или фломастер и немного позабавьте малыша. Будем читать стихотворную загадку и одновременно рисовать отгадку. Если жаль делать это в книжке (а рисовать поросенка нужно в луже), возьмите лист бумаги, изобразите на нем лужицу. Рисовать начинайте с пяточка.

Чок (ставим точку-ноздрю), чок (рисуем вторую), пяточок (обводим их кружком-носиком), сзади розовый крючок (рисуем хвостик на некотором расстоянии от пяточка), посреди бочонков (рисуем большой кружок вокруг пяточка; проговаривая остальные слова загадки, дорисовываем глазки, ушки, ножки). Голос тонок, звонок. Кто же это? Отгадай! Это по-ро-сё-нок.

Пока, пока, поросёнок! Некогда нам в лужице барахтаться. Побежим дальше за солнышком.



А здесь мы даем список упражнений, которые программа «Радуга» рекомендует трехлетнему малышу делать ежедневно (по 2–3 любых упражнения за занятие, желательно в игровой форме). Это важные умения, которые для нас настолько просты, что мы можем не придать им значения и просто не вспомнить о них.

- Запускать пальцами мелкие волчки.
- Разминать пальцами пластилин, глину.
- Катать каждым пальцем поочередно камешки, мелкие бусины, шарики.
- Делать кулачки мягкими, чтобы их можно было легко разжать или просунуть палец, и крепкими (кулачок не разожмешь и палец никак не просунешь).
- Двумя пальцами (указательный и средний) руки (сначала правая, а потом левая) «ходить» по столу: вначале медленно, крадучись, а потом бегом.
- Показывать отдельно только один указательный палец, затем – два (указательный и средний), затем – три, четыре, пять. Показывать отдельно только один большой палец.
- Барабанить всеми пальцами обеих рук по столу.
- Махать в воздухе только пальцами.
- Кистями рук делать «фонарики».
- Хлопать в ладоши тихо и громко, в разном темпе.
- Собирать все пальцы в щепотку, затем разбрасывать.
- Большой палец здоровается с каждым пальцем по очереди.
- Соединять палец к пальцу две кисти рук.
- Скрещивать пальцы обеих рук.
- Нанизывать на нитку или веревочку крупные пуговицы, бусины, шарики.
- Завязывать узлы на толстой веревке, шнуре.
- Застегивать пуговицы, крючки, замочки, молнии, кнопки, закручивать крышки, заводить машинки ключиком.

