Приложение№2

Пальчиковые игры и упражнения: Массаж рук бельевыми прищепками

Веселые прищепки

Мы весёлые прищепки,
Коль поймаем держим крепко!
Раз, два, три, четыре, пять!
Прищепки будем мы катать!
(Прищепка лежит на левой руке, любуемся ею, покачивая головой вправо-влево, накрываем её правой рукой и прокатываем между ладонями)
Большой пальчик мы поймаем
И немного покачаем! *(Ловим прищепкой большой палец левой руки и качаем пальчик с прищепкой)*
Указательный поймаем
И немного покачаем! *(Ловим указательный палец левой руки и качаем)*
Средний пальчик мы поймаем
И немного покачаем! *(Ловим средний палец левой руки и качаем)*
Безымянный мы поймаем
И немного покачаем!
(Ловим безымянный палец левой руки и качаем)
И мизинец мы поймаем
И немного покачаем! *(Ловим мизинец левой руки и качаем)*
Раз, два, три, четыре, пять!
Прищепки будем мы катать!
(Прищепка лежит на правой руке, накрываем её левой рукой и прокатываем между ладонями, затем выполняем аналогичные действия на левой руке)
1, 2, 3, 4, 5!
Мы закончили играть.
Пальчики свои встряхнём
И немного отдохнём! *(Соединяем поочерёдно пальцы обеих рук, встряхиваем кисти рук,)*

Прищепки. Бельевой прищепкой поочерёдно «кусаем» ногтевые фаланги от указательного к мизинцу и обратно на ударные слоги стиха. После первого двустишья – смена рук. Необходимо проверить, чтобы прищепки были не слишком тугие.

Кусается сильно котёнок-глупыш,
Он думает: это не палец, а мышь.
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться,
Скажу тебе: «Кыш!»

Исходное положение для каждого упражнения: согнутая в локте рука стоит на столе. Прищепка удерживается указательным и большим пальцами параллельно столешнице.

Лиса.

Ритмичное открывание и закрывание прищепки по ходу проговаривания текста

Хитрая плутовка, рыжая головка.
Ротик открывает, зайчиков пугает.

Крокодил

В зоопарке воробей пообедал у зверей.
А зубастый крокодил чуть его не проглотил.

Гусь

— Га-га-га, — гогочет гусь,
— Я семьей своей горжусь!

Аист
Аист крылья расправляет,
Аист клювик раскрывает.

Птичка
Локоть на столе. Водить прищепкой вправо-влево. Открытая прищепка наклоняется к поверхности стола и закрывается (повторить несколько раз). Рука возвращается в исходное положение.
Птичка клювом повела,
Птичка зернышки нашла.
Птичка зернышки склевала,
Птичка вновь защебетала.

Черепашка
Прищепка при произнесении последней строчки стихотворения «кусает» за палец левой руки.
Ах, обжора-черепашка!
Панцирь — вот ее рубашка.
Поплывет — и цапнет рыбку,
Съест с довольною улыбкой.
Отдохнет она немножко,
На обед поймает мошку.
Если ужинать пора,
Цап — и схватит комара.
Но еды ей не хватило: Цап!
Меня за пальчик схватила!

Грачата
Двое маленьких грачат
Целый день в гнезде кричат.
Открывают рты грачата:
Очень есть они хотят.

Зайчик и собака.
Указательный и средний пальцы левой руки подняты вверх, остальные сжаты. Указательный и большой пальцы правой руки открывают и закрывают прищепку. Во время произнесения последней строчки стихотворения левая рука прячется за спину.
Раз, два, три, четыре, пять — Вышел зайчик погулять.
Вдруг охотник выбегает
И собаку выпускает.
Собака злая лает, Зайчик убегает.