



«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:  
дольшим, 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

# 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.

# Мёд и медвежонок

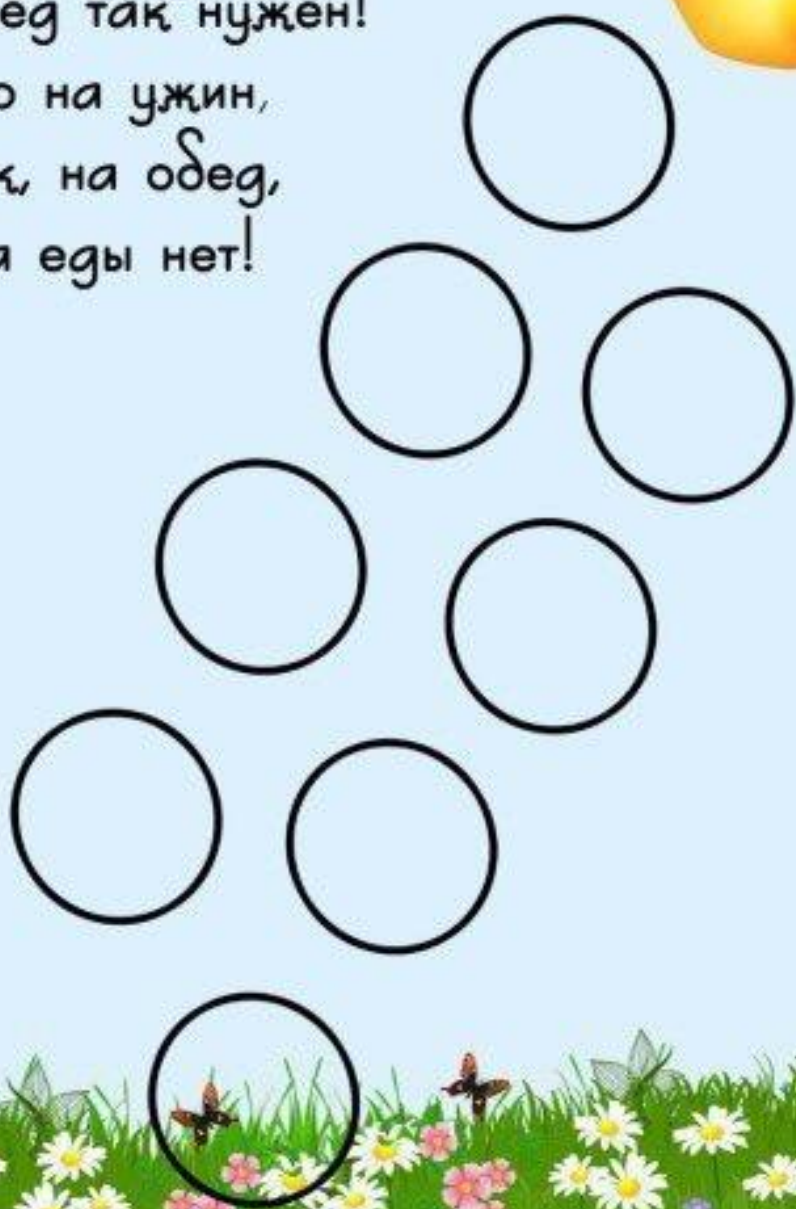


Мне душистый мёд так нужен!

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.



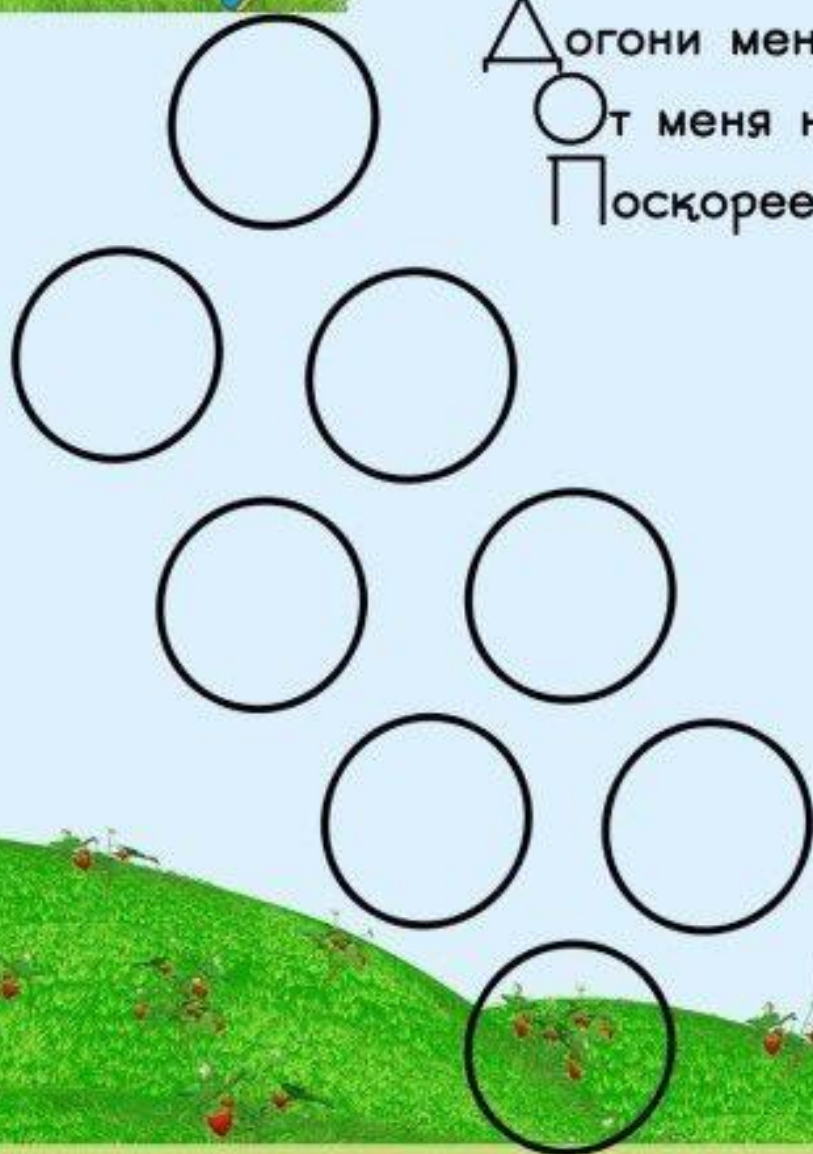
Помоги муравьишке доползти до муравейника.  
Каждым пальчиком правой руки «проползи» по дорожке:  
дольшим, указательным, средним, безымянным, мизинчиком



# 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.