



Я расту!

Л. Г. Брозаускас

Развиваем пальчики

*Книга-игра
для развития
мелкой моторики*



- Цветные игрушки-помощники
- Учимся ориентироваться на плоскости
- Осваиваем понятия «лево», «право», «вперёд», «назад»
- Тренируем правую и левую руку

для детей
4-6 лет



Серия «Я расту!»

Л. Г. Брозаускас

РАЗВИВАЕМ ПАЛЬЧИКИ

Книга-игра для развития
мелкой моторики



УДК 376
ББК 74.100
Б88

Брозаускас Л. Г.
Б88 Развиваем пальчики: Книга-игра для развития мелкой моторики. — СПб.: Издательский Дом «Литера», 2008. — 32 с.: ил. — (Серия «Я расту!»).

ISBN 978-5-94455-173-3

Книга опытного петербургского педагога Л. Г. Брозаускас знакомит с оригинальными пальчиковыми упражнениями, которые развивают мелкую моторику пальцев рук, благоприятно влияют на речевую и мыслительную деятельность ребёнка. Забавные цветные игрушки (на обложке книги) превратят ваши занятия с детьми в увлекательную игру.

Для детей и родителей, воспитателей, педагогов и логопедов.

УДК 376
ББК 74.100

LaDem

ISBN 978-5-94455-173-3

© Брозаускас Л. Г., 2008
© Издательский Дом «Литера», 2008

Уважаемые родители и педагоги!

Давно доказано, что тренировка тонких движений пальцев рук ребёнка благотворно влияет на работу головного мозга, стимулирует развитие речевой и мыслительной деятельности, способствует развитию памяти и внимания.

Хорошую тренировку движений пальцев обеспечивают различные пальчиковые упражнения. Простые и увлекательные, они в игровой форме отражают картину реального мира. И, что не менее важно, вызывают у малышки положительные эмоции.

В нашей книге предлагаются игры с использованием разнообразных «пальчиковых дорожек» для детей 4—6 лет, но, возможно, они будут интересны и дошкольникам постарше.

«Пальчиковые дорожки» развивают мелкую моторику пальцев рук ребёнка. В результате таких занятий движения рук становятся более точными и координированными, у детей исчезает неловкость и скованность движений, кисти рук приобретают гибкость и необходимую подвижность. Кроме того, в ходе игры малыш запоминает, где у него правая, а где левая рука, названия пальчиков, учится ориентироваться на плоскости и в пространстве. Всё это в дальнейшем поможет ему в освоении навыков письма, без которых невозможно обойтись в школе.

Для выполнения предложенных игровых заданий вырежьте игрушки-топотушки, расположенные на обложке книги. Предложите ребёнку надеть игрушку на руку, вставив в круглые отверстия указательный и средний пальцы правой или левой руки, и «пройти по дорожкам», не снимая её.

Во время игры взрослый управляет движением пальчиков малыша, т. е. рассказывает и, при необходимости, показывает, как и куда двигаться. Перед началом игры помогите ребёнку выучить названия пальчиков и предложите запомнить, какой цифрой обозначен на «дорожке» каждый палец.

Во время выполнения задания следите за правильной постановкой пальцев и точностью перехода от одного движения к другому.

Игры в книге представлены по мере усложнения — от простой к более сложной, поэтому не рекомендуется перескакивать с одного задания на другое. При необходимости в процессе игры можно переверачивать вправо или влево книгу или, наоборот, менять положение пальцев (так, как будет удобнее ребёнку).

Если у малыша есть желание, он может раскрасить картинки в книге. Кроме того, ему предлагаются раскраски, где цвет обозначен цифрой. (*Условные обозначения цифр: 1 — красный, 2 — оранжевый, 3 — жёлтый, 4 — зелёный, 5 — голубой, 6 — синий, 7 — фиолетовый, 8 — коричневый, 9 — серый.*)

Мы надеемся, что наши весёлые игры понравятся вашему малышу и он с удовольствием будет в них играть.

Весёлый Лесовичок

В одном сказочном волшебном лесу живет Весёлый Лесовичок. Он дружит со зверятами и любит весёлые игры. Поэтому его и прозвали Весёлым.

Я — знаток лесных дорог,
Звать меня Лесовичок.
Неприменно каждый день я
Обхожу свои владенья.



Чтобы Лесовичок мог без усталости ходить по лесу, он всегда активно тренируется. Потренируйся вместе с ним. (Разминочные упражнения выполняются на столе.)

Разминка на тропинке

1. *Лесовичок стоит на двух ножках.* Указательный и средний пальцы *правой* руки опущены вертикально вниз и касаются поверхности стола, большой палец придерживает остальные. Локоть слегка приподнят. Рука не напряжена (рис. 1).

2. *Лесовичок стоит на одной ножке (правой, левой).* Средний палец *правой* руки в вертикальном положении упирается в стол, а указательный приподнят в согнутом положении, большой палец придерживает остальные. Затем пальцы меняют положение (рис. 2).

3. *Лесовичок подпрыгивает на месте.* Резкие отрывистые движения вверх указательным и средним пальцами *правой* руки (рис. 3).



Рис. 1



Рис. 2

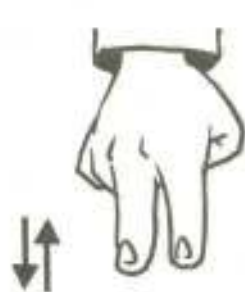


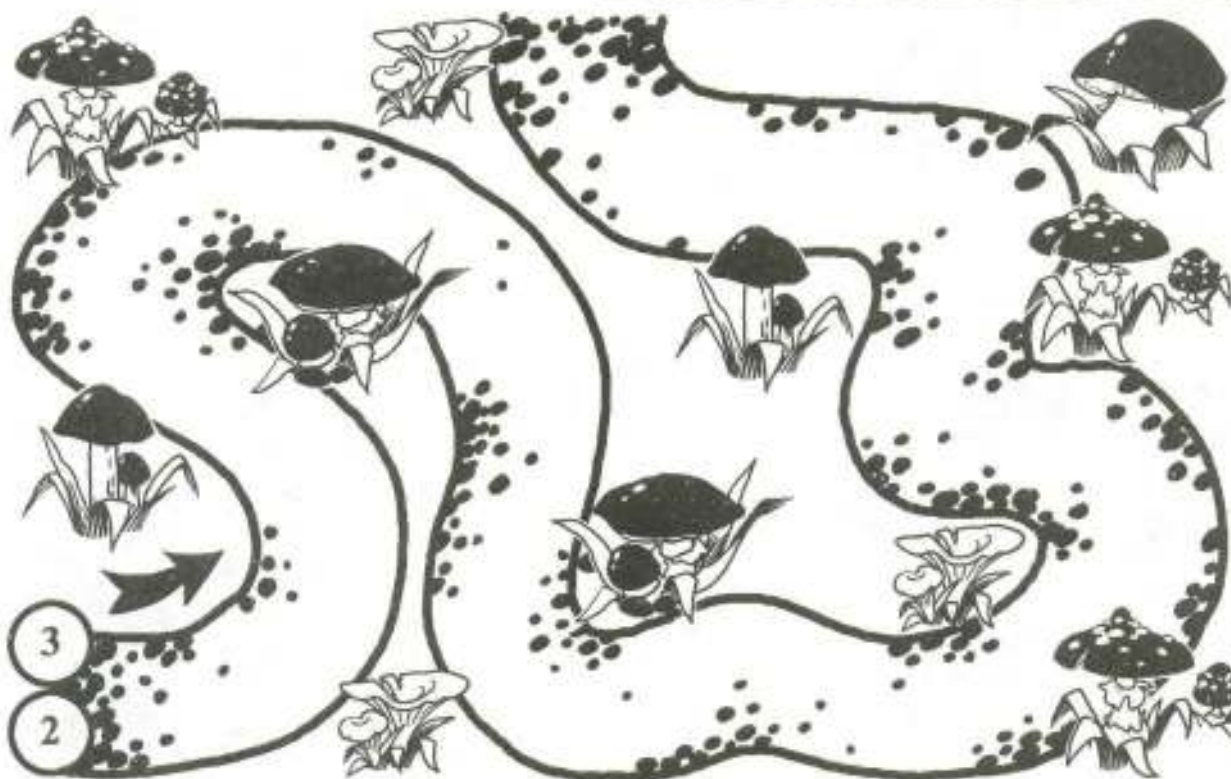
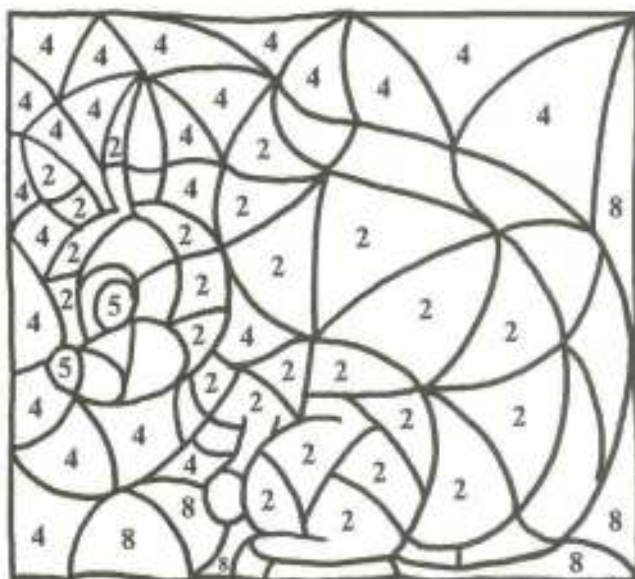
Рис. 3

Однажды Весёлый Лесовичок решил навестить свою подружку.



Раскрась картинку, и ты узнаешь, к кому он собрался в гости. (Условные обозначения цифр даны на с. 3.)

Собрал он гостинцы и вышел из дома. Но тут солнышко спряталось за тучку, и Лесовичок растерялся...

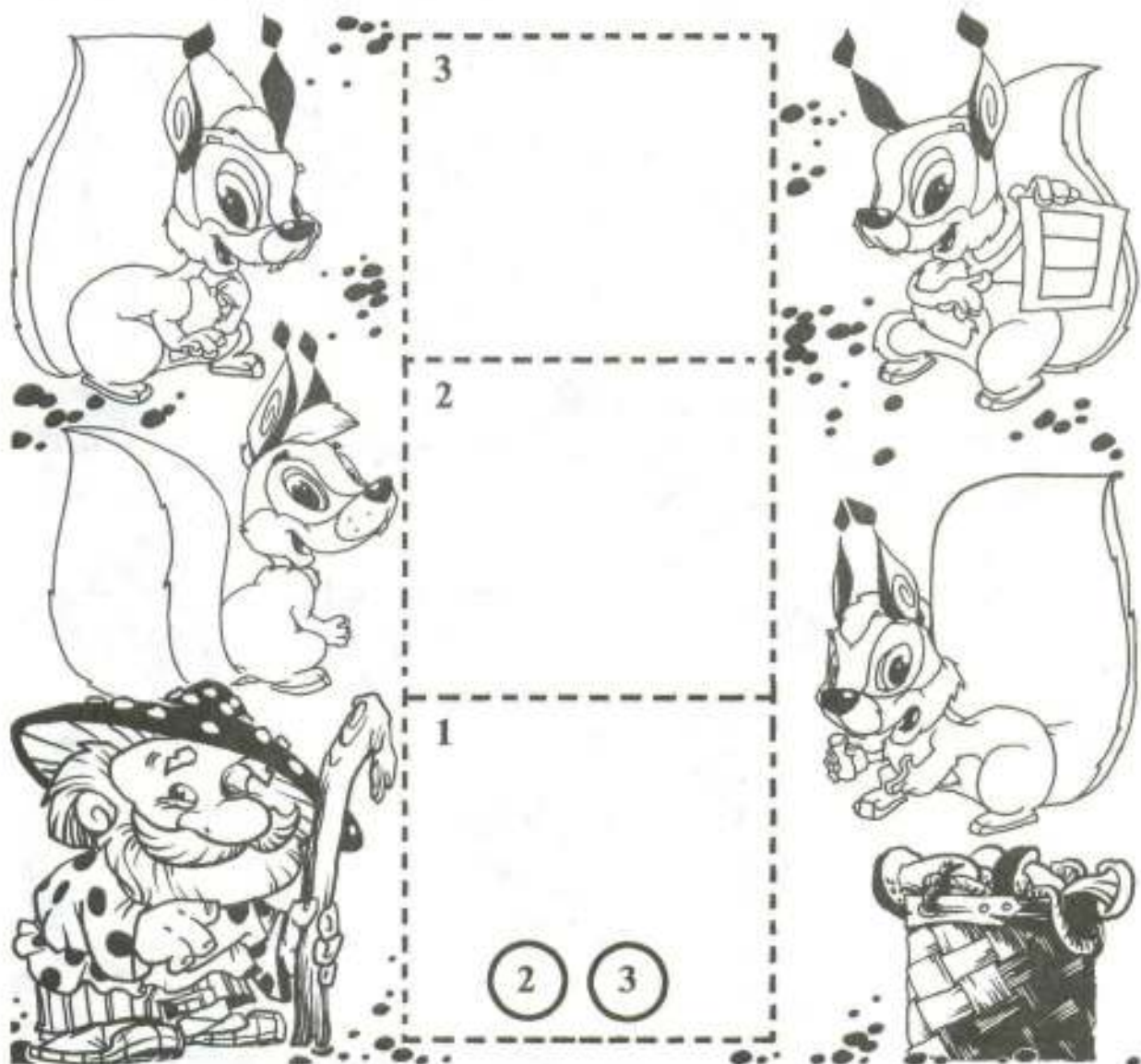


Помоги Лесовичку пройти по тропинке (ребёнок идёт пальчиками по дорожке «произвольным шагом») и собери для Белочки только съедобные грибы. (Ребёнок сначала ставит указательный палец левой руки на цифру 2 и средний — на цифру 3 и «проходит» до конца тропинки, а затем закрывает съедобные грибы кружками, заранее вырезанными из бумаги, или пуговицами.)

Белочка очень обрадовалась приходу Весёлого Лесовичка и предложила ему попрыгать вместе с ней и её братишками.



Помоги начертить клеточки для прыжков. Возьми карандаш и аккуратно проведи прямые линии по пунктиру.



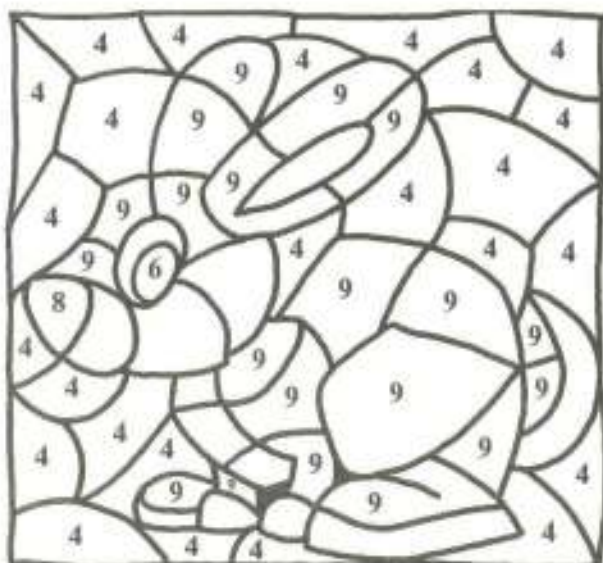
Помоги Лесовичку попрыгать вместе с его друзьями. Поставь два пальчика **правой** руки вниз и «прыгай» на двух «ножках» из клетки в клетку туда и обратно.

А теперь попрыгай вместе с Лесовичком на одной ножке (сначала на «правой» — это *средний палец*, затем на «левой» — это *указательный*). При этом на линии не наступай, вправо и влево не выпрыгивай.

Наигрался Лесовичок с белками и снова отправился в путь. К кому же он теперь решил зайти?



Раскрась картинку, и ты узнаешь, кто это. (Условные обозначения цифр смотри на с. 3.)



Вышел Лесовичок на большую полянку и увидел на ней много следов.



Рассмотри все следы на картинке. Как ты думаешь, кому они принадлежат? (Медведю, вороне, зайцу.) Найди на картинке заячьи следы и обведи каждый кружком.

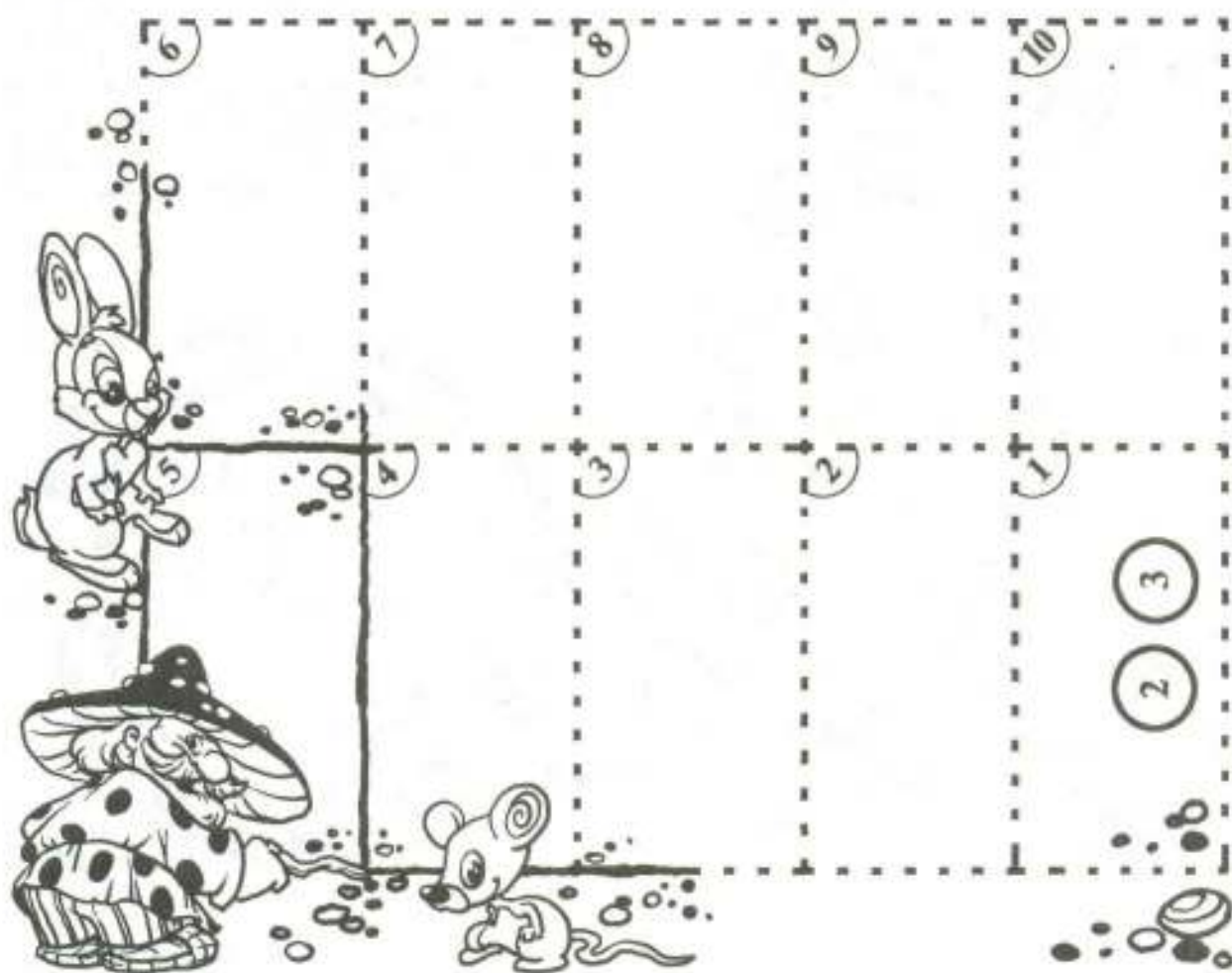


Надень игрушку-топотушку на указательный и средний пальцы *левой* руки и помоги Лесовичку встретиться с Зайчиком — пробеги с ним по дорожке заячьих следов. (Ребёнок быстро «бежит» по следам, наступая пальчиками на каждый след, обведённый кружком.)

Бежал-бежал Лесовичок и выбежал на новую полянку. Глядит, а там Зайчик со своими друзьями играет, резвится. Конечно же, Лесовичку тоже захотелось попрыгать вместе с ними. Он подошёл к зверятам и говорит: «Хотите, я научу вас прыгать по правилам? Меня этому Белочка научила». «Хотим, — ответили зверята. — Научи». «Для этого нам надо начертить на земле клеточки», — сказал Лесовичок, взял прутик и начал чертить линии.



Помоги Лесовичку дорисовать клеточки. Возьми карандаш и обведи линии по пунктиру.




Большие получились клеточки. Все смогут попрыгать!

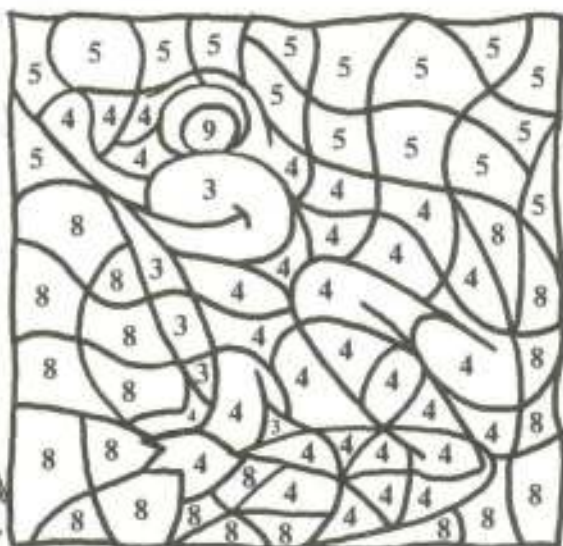


Попрыгай и ты вместе с Лесовичком. Надень игрушку-топотушку на указательный и средний пальцы **правой** руки и прыгай, начиная с первой клеточки. (Ребёнок сначала совершает прыжки «на двух ногах», затем переходит к прыжкам «на одной ножке» — «правой», «левой», потом прыгает «на двух ногах» [по клеткам с чётными номерами, затем — с нечётными].)


Очень не хотелось Лесовичку расставаться с Зайчиком и его друзьями. Но, что делать, пора возвращаться домой. Попрощался Лесовичок со зверятами и отправился в обратный путь. Но тут солнышко опять спряталось за тучу, и пошёл дождь. Пришлось Лесовичку спрятаться под ёлкой. А когда дождик кончился, он снова пошёл по тропинке.

Но что это? Вместо сухой и красивой полянки, по которой он недавно шагал, Лесовичок оказался в настоящем болоте.

 Раскрась картинку, и ты узнаешь, кого встретил Лесовичок на болотной полянке. (Условные обозначения цифр смотри на с. 3.)



Как же Лесовичку перейти болото?

 Надень игрушку-топотушку на указательный и средний пальцы *левой* руки и помоги Лесовичку пройти по мягким мшистым кочкам, высоко поднимая ножки. Сначала следует идти, наступая на каждую кочку, затем — через кочку, а далее — через две кочки.

Вот и перешёл Лесовичок болото, даже ноги не замочил. И только он ступил на тропинку, как лягушата жалобно взмолились: «Лесовичок, не уходи! Научи нас прыгать по клеточкам, — мы знаем, что тебя Белочка научила этому, а ты Зайчика научил».

Делать нечего! И Лесовичок начал чертить клеточки. Но он так устал, что не дорисовал клеточки до конца.



Помоги Лесовичку дорисовать клеточки для лягушат. Возьми карандаш и проведи линии по пунктиру.



Понравились клеточки лягушатам, и они с радостью стали прыгать. Надень игрушку-топотушку на **правую** руку и попрыгай вместе с ними и Лесовичком. (Ребёнок выполняет прыжки сначала на «двух ногах», затем на одной левой, потом на одной правой «ножке».)

Усложнение задания: 1 — прыгать по клеткам, считая по порядку; 2 — прыгать по чётным, а затем по нечётным номерам; 3 — прыгать в обратном порядке, начиная с цифры 10.

Медвежонок Спортсмен

В том же волшебном лесу, недалеко от домика Весёлого Лесовичка, живёт Медвежонок. Он очень любит спорт, поэтому его прозвали Спортсменом.

Медвежонок очень горд
Тем, что с детства любит спорт.
Про него не скажешь: «Слаб,
Неуклюж и косолап».
Не проходит дня, чтоб ноги
Не размял он на дороге.



Каждое утро Медвежонок Спортсмен выходит на лесную полянку и тренируется. Помоги ему проделать упражнения. Выполняй движения точно по команде. (*Разминочные упражнения выполняются на столе.*)

Разминка на тропинке

1. На месте шаго-о-ом марш! Раз, два! Раз, два! Выше ногу! Раз, два! Раз, два! Стой, раз, два! Указательный и средний пальцы *правой* руки поочередно поднимаются вверх в согнутом положении. Локоть слегка приподнят. Рука не напряжена.

2. Поворот нале-е-е-во! Раз, два! На счёт «раз» указательный палец *правой* руки поворачивается влево, на счёт «два» к нему приставляется средний палец этой же руки.

3. Вперёд шаго-о-ом марш!левой, левой! Раз, два, три!левой, левой! Раз, два, три! Стой, раз, два! Указательный и средний пальцы *правой* руки передвигаются вперёд. Движение следует начать с указательного пальца.

4. Не разворачиваясь, назад шаго-о-ом марш! Правой, правой! Раз, два, три! Правой, правой! Раз, два, три! Стой, раз, два! Указательный и средний пальцы *правой* руки передвигаются назад. Движение следует начать со среднего пальца.

Однажды после разминки Медвежонок решил обойти стадион — проверить, все ли спортивные принадлежности на месте.



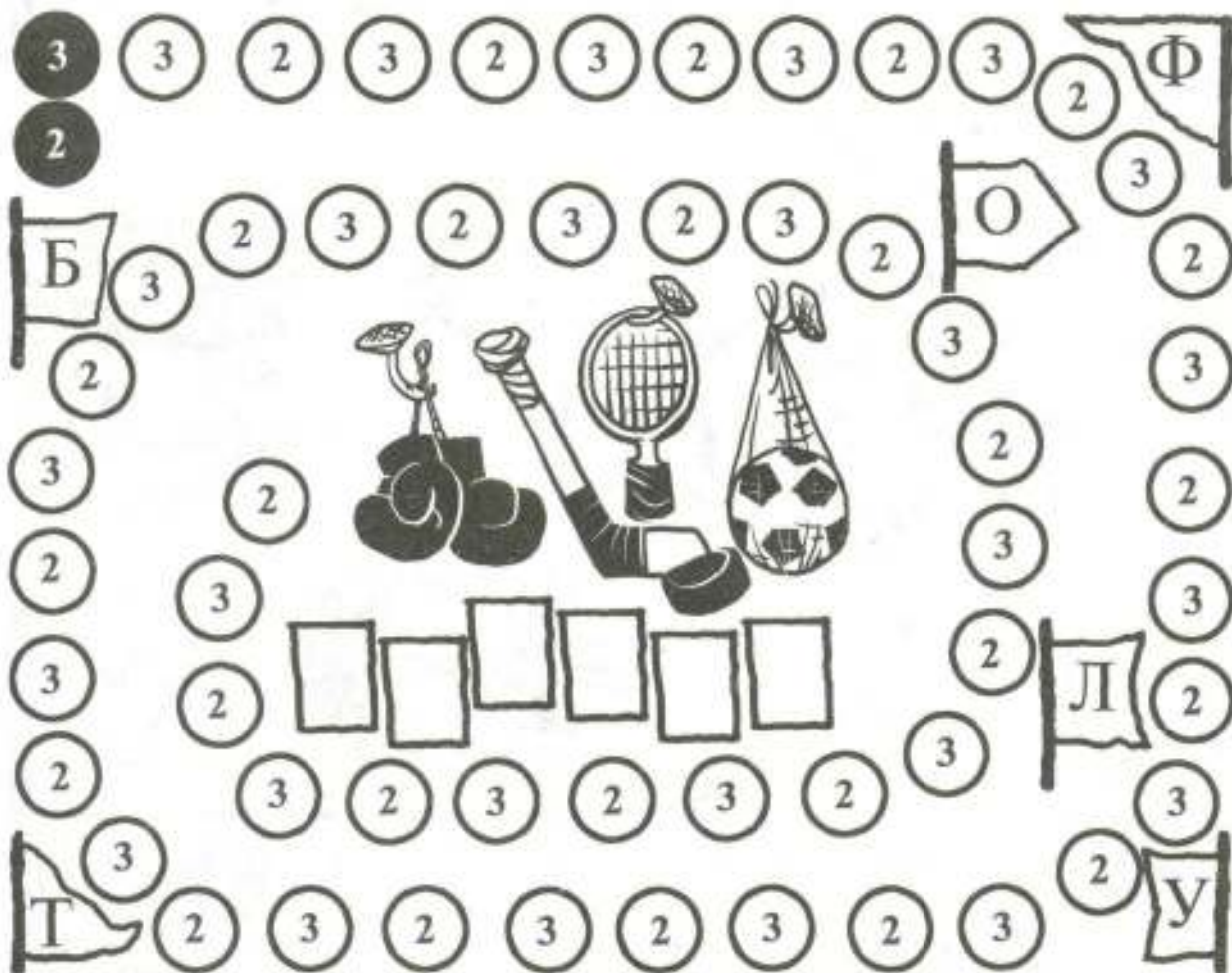
Пройди с Медвежонком по дорожке-лабиринту.



Назови буквы, которые встретятся у тебя на пути, впиши их в той же последовательности в пустые клеточки, и ты узнаешь, как называется любимый вид спорта Медвежонка. Скажи, какой из предметов он выберет.

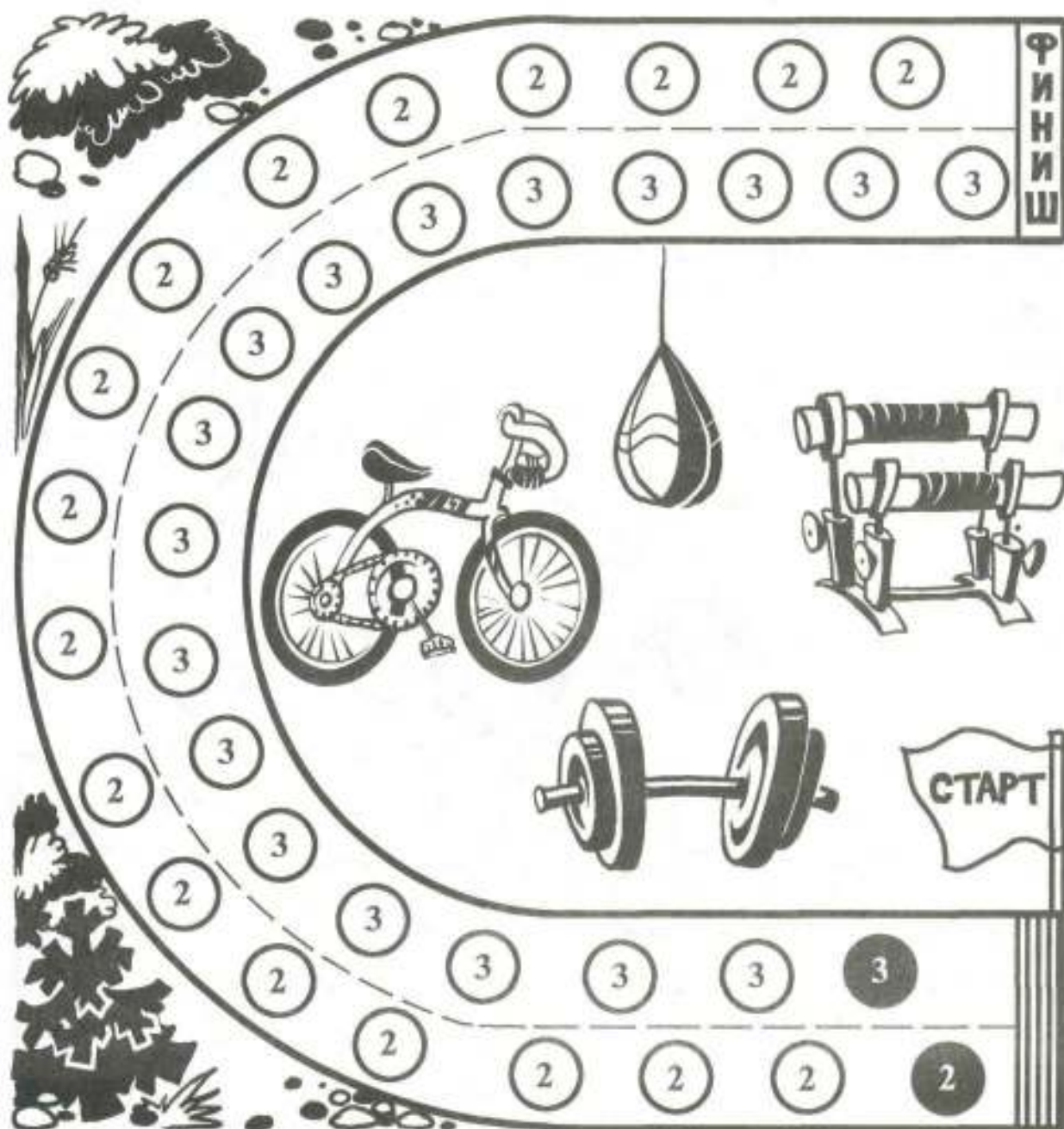


Помоги Медвежонку проделать обратный путь по дорожке.



(Ребёнок надевает игрушку-топомушку «Медвежонок» на указательный и средний пальцы *левой* руки. Ставит пальцы на начальные кружочки и начинает движение по дорожке, наступая соответствующим пальчиком на пронумерованный кружок. При необходимости руку можно поворачивать, изменяя направление движения пальцев. Дойдя до конца дорожки, ребёнок поворачивает руку и идёт в обратном направлении.)

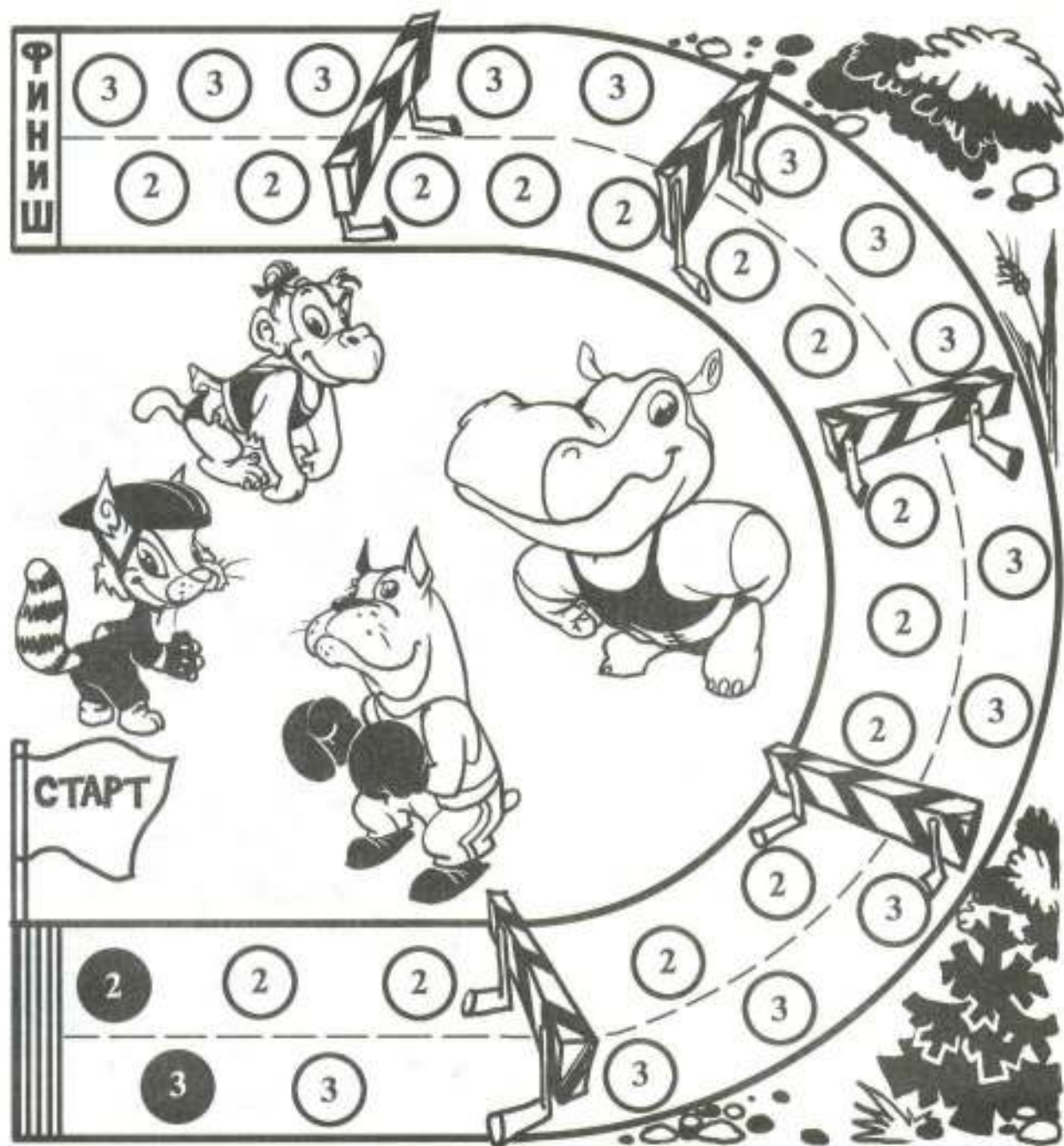
Взял Медвежонок мяч и пошёл на футбольное поле. А вокруг футбольного поля бегуны соревнуются. И ему захотелось тоже показать, какой он быстрый.



Пробеги с Медвежоном по беговой дорожке, поочерёдно наступая на нужные кружочки. При желании можешь устроить забег на время, используя секундомер или часы с секундной стрелкой. (Задание выполняется указательным и средним пальцами **правой** руки в быстром темпе.)



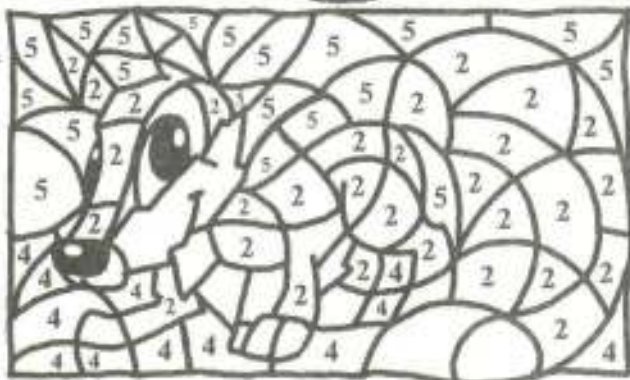
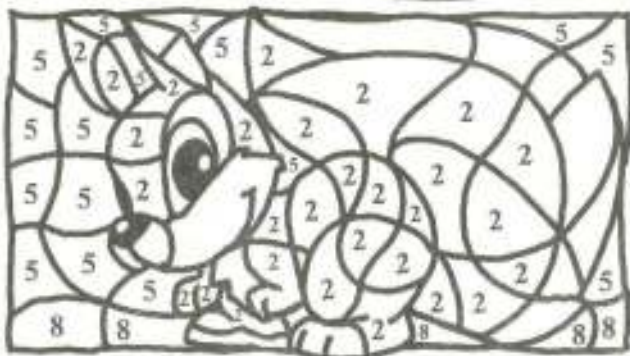
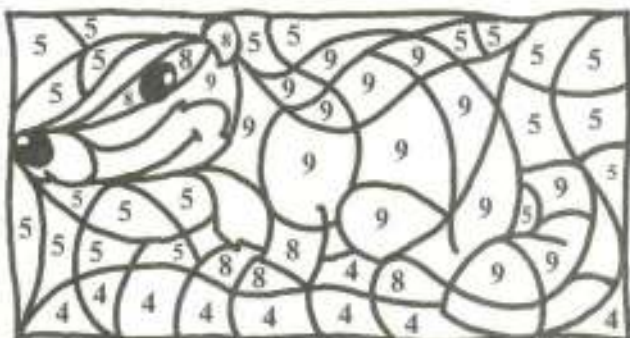
А теперь пробеги с Медвежонком по дорожке с препятствиями: подпрыгивай в местах, обозначенных барьерными стойками. (Задание выполняется указательным и средним пальцами левой руки в быстром темпе.)



На стадионе для тренировки собрались звери-спортсмены. Найди для каждого из них спортивный снаряд. Назови эти спортивные снаряды правильно. (Боксёрская груша, штанга, велосипед, брусья.)



Во вторник Обезьянка осваивала **приставной шаг**. Вместе с ней в танцклассе занимались другие звери, а какие — ты узнаешь, если правильно раскрасишь картинку. (Условные обозначения цифр смотри на с. 3.)



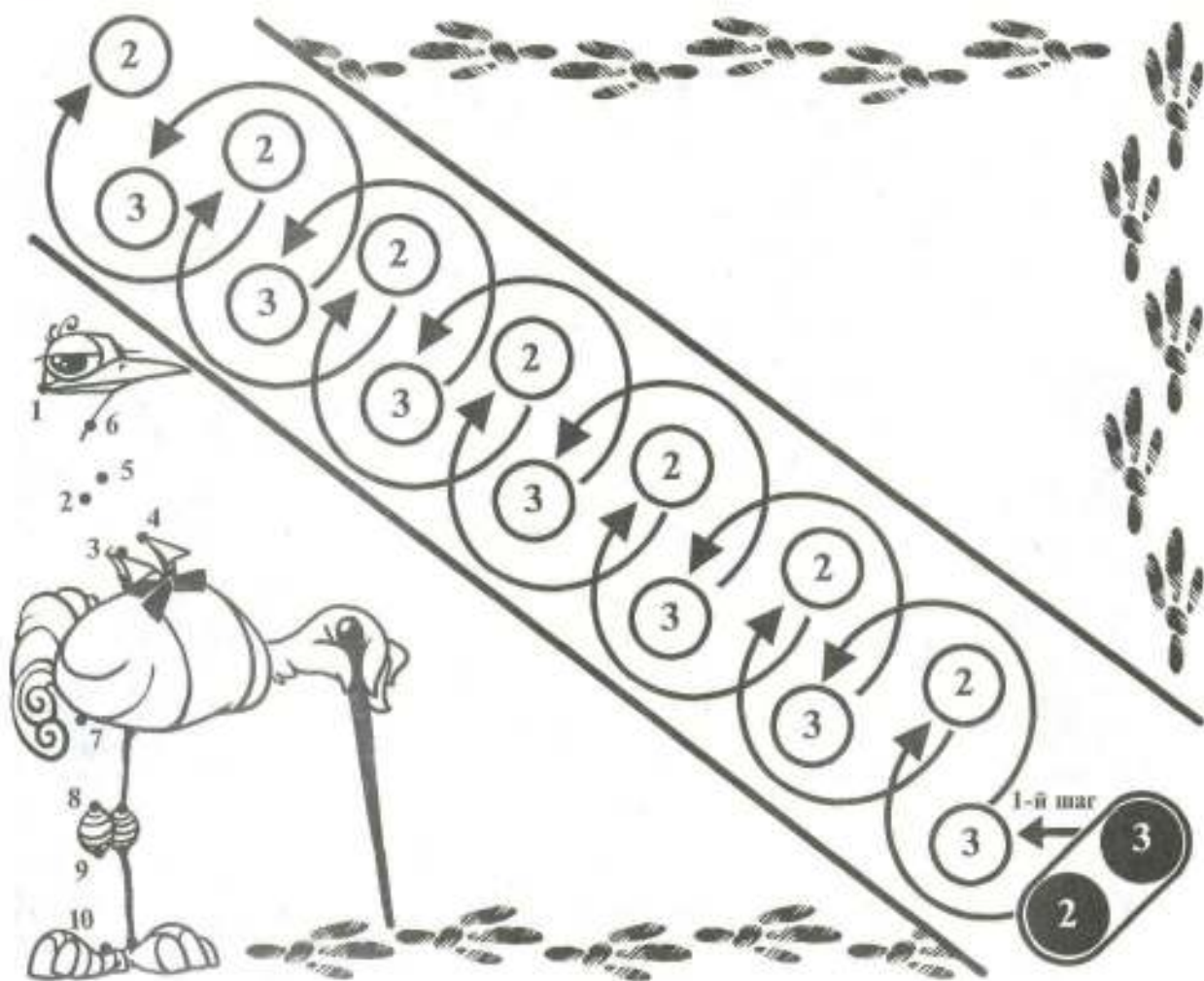
Барсучок, Белочка и Лисичка правильно выполнили задание учителя танцев, а вот у Обезьянки возникли трудности... Помоги Каролине пройти по дорожке приставным шагом.

(Ребёнок ставит на начальные кружочки указательный и средний пальцы левой руки и начинает движение. Сначала переставляет на следующий кружок указательный палец, к нему приставляет средний — оба пальца оказываются вместе. Затем делается шаг средним пальцем, а к нему приставляется указательный. Далее движения повторяются. Дойдя до конца дорожки, «Обезьянка», не разворачиваясь, возвращается приставным шагом назад.)

В среду, когда Каролина пришла в танцевальную школу, её встретил новый учитель. Он приехал из далёкой Африки, чтобы показать юной балерине **скрестный шаг**.



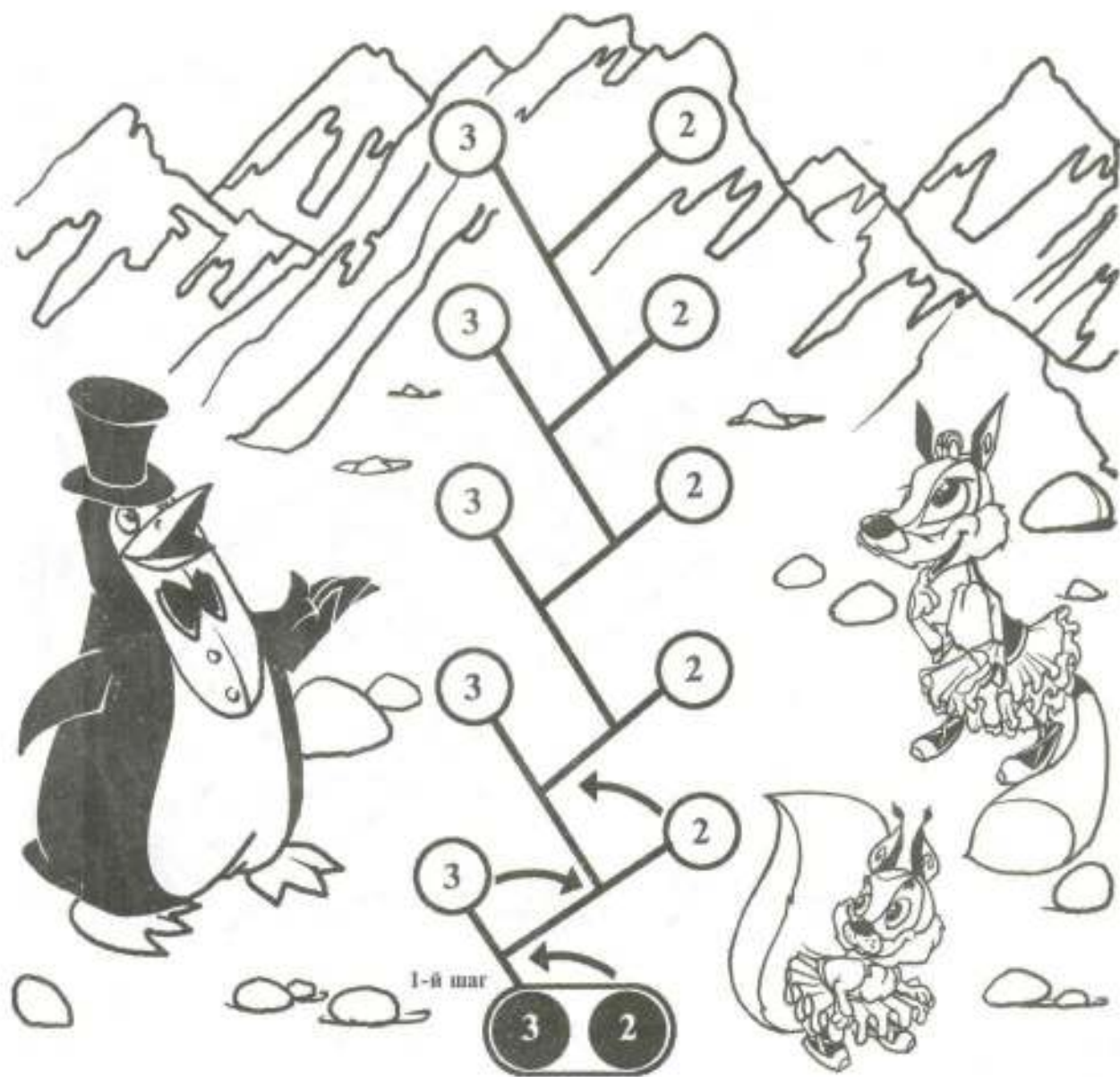
Соедини точки по цифрам (от 1 до 6 и от 7 до 10), и ты узнаешь, кто приехал из Африки.



Учитель начертил на полу дорожку-«верёвочку». Обезьянке очень понравилось двигаться по этой дорожке. Попробуй и ты выполнить это задание.

(Ребёнок ставит средний и указательный пальцы **правой** руки на начальные кружки дорожки и начинает движение, выполняя широкие дугообразные «шаги»: сначала переставляет средний палец, затем «шагает» указательным. Далее движения повторяются. Дойдя до конца дорожки, «Обезьянка», не разворачиваясь, возвращается по ней назад.)

В четверг в танцевальной школе Обезьянку и её друзей обучал новым движениям учитель Пингвин. Он пригласил своих учеников в снежный танцкласс. Там он нарисовал на снегу дорожку-«косичку» и научил зверят передвигаться *скользящим шагом*. Нелёгкое это оказалось задание для Каролины, которая привыкла бегать по лужайкам и лазать по деревьям!



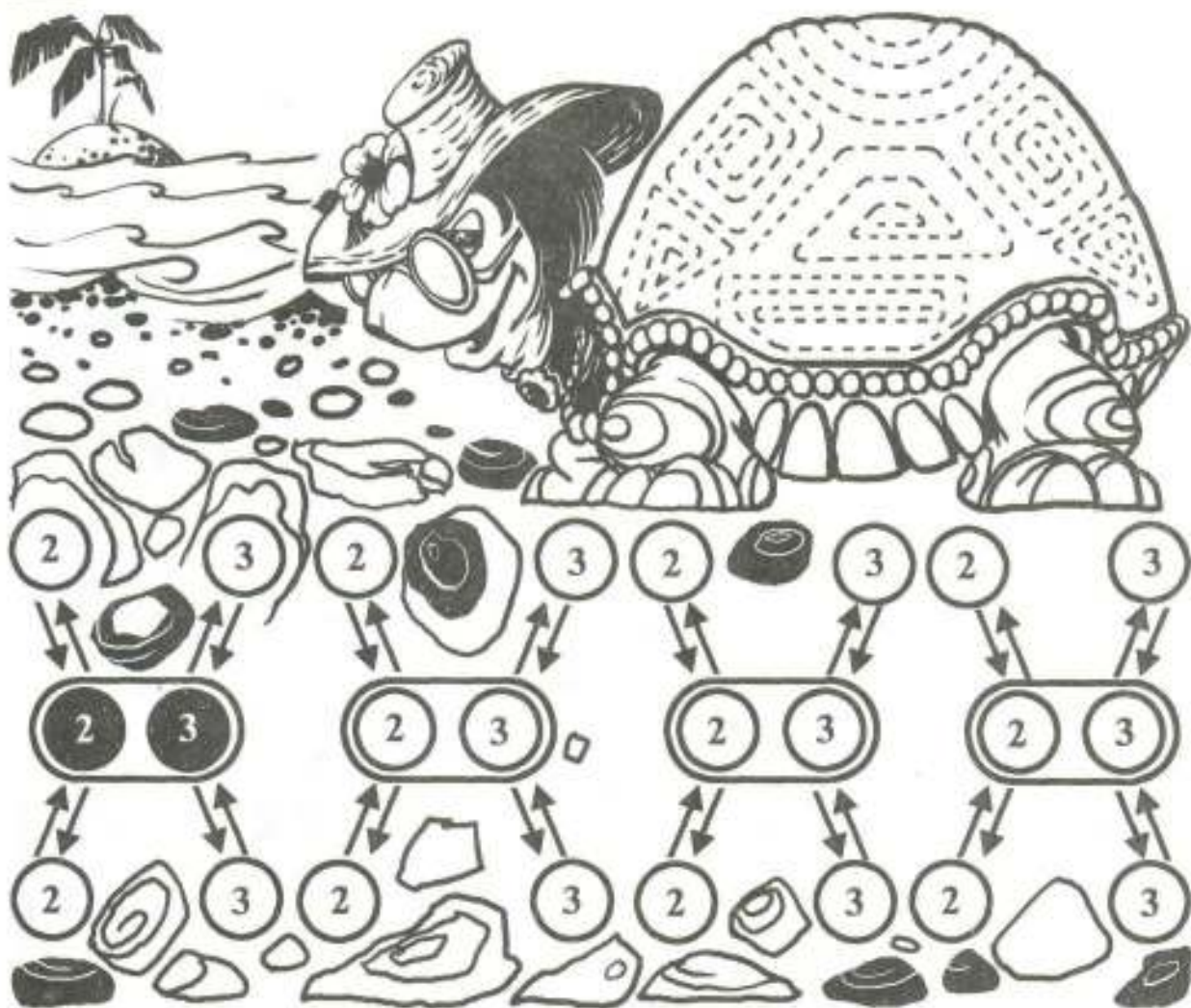
Помоги Обезьянке правильно пройти по этой дорожке.

(Ребёнок ставит указательный и средний пальцы *левой* руки на начальные кружки и начинает движение по дорожке средним пальцем. Отличительной особенностью этого шага является непрерывное скользящее движение, попеременно, по соответствующим линиям.)

В пятницу Обезьянка научилась выполнять танцевальные движения с *выставлением правой и левой ноги вперёд-назад*. На этот раз учителем была большая мудрая Черепаха, которая пригласила всех учеников танцевальной школы к себе на берег моря.



Дорисуй узор на панцире Черепахи.



Каролина сразу научилась этим движениям. Попробуй и ты, как она, потанцевать на прибрежных камнях.

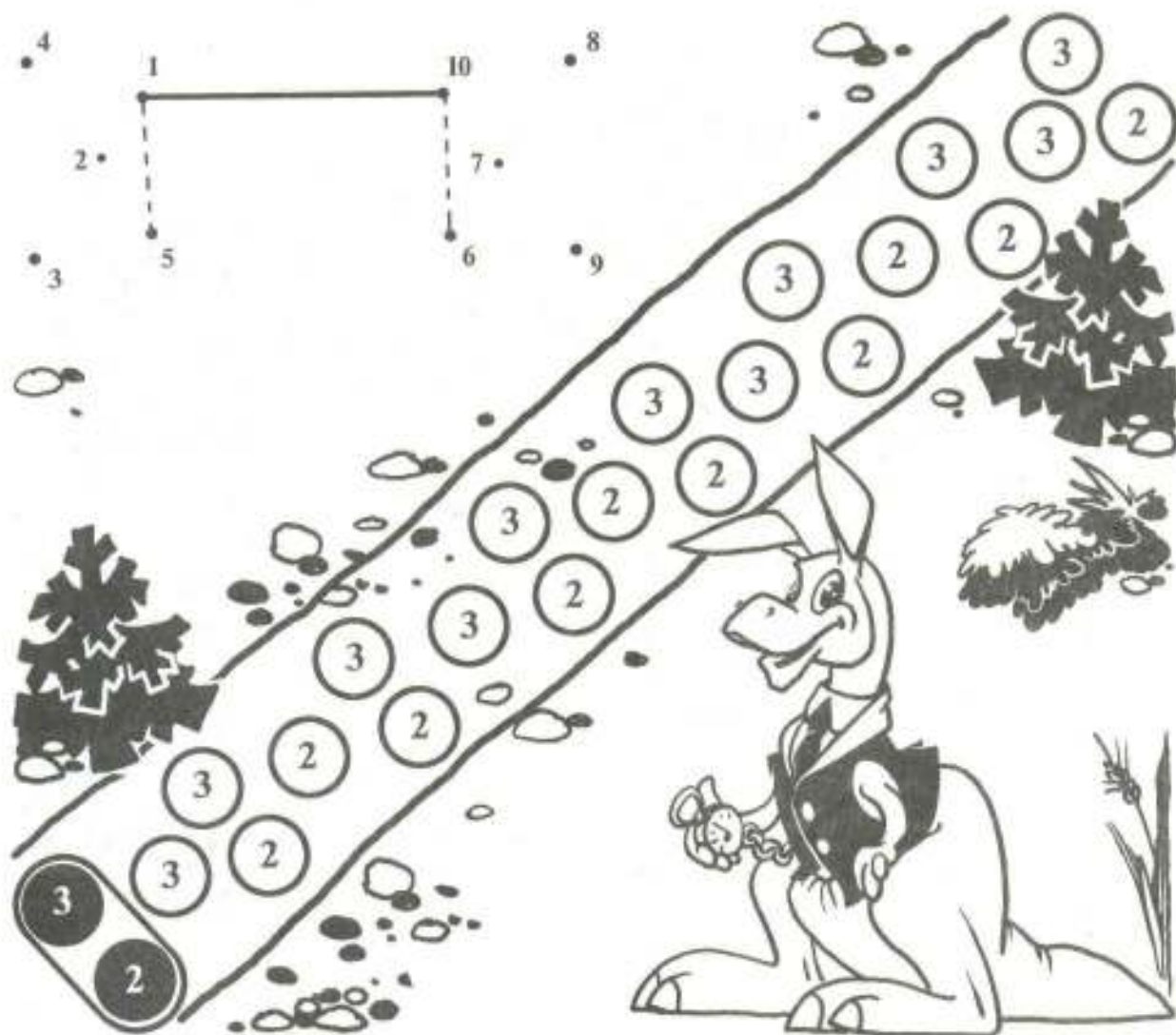
(Ребёнок ставит указательный и средний пальцы **правой** руки на начальные кружочки и поочерёдно выставляет каждый палец сначала вперёд, затем назад. После этого он переносит пальцы на следующий камешек и повторяет движения. Дойдя до последнего камешка, «Обезьянка» так же двигается в обратном направлении.)

В субботу Каролина с большим удовольствием училась у Кенгуру двигаться *подскоками*. Это оказалось весело и просто, ведь Обезьянка очень любит прыгать по ветвям деревьев.

Она так хорошо двигалась по дорожке подскоками, что учитель Кенгуру вручил ей приз.



Соедини точки по цифрам, и ты узнаешь, что Кенгуру подарил Каролине.



Покажи, как Каролина двигалась по дорожке.

(Ребёнок ставит указательный и средний пальцы левой руки на начальные кружочки и начинает движение вперёд, на каждом «прыжке» приподнимая всю кисть. Допрыгав до конца дорожки, «Обезьянка», не разворачиваясь, двигается в обратном направлении.)

И вот наступил день, когда Обезьянка Каролина на экзамене должна была показать всё, чему её научили за неделю в танцевальной школе.

В зале собрались все её учителя и друзья. Каждый переживает за Каролину: справится ли она со всеми заданиями?

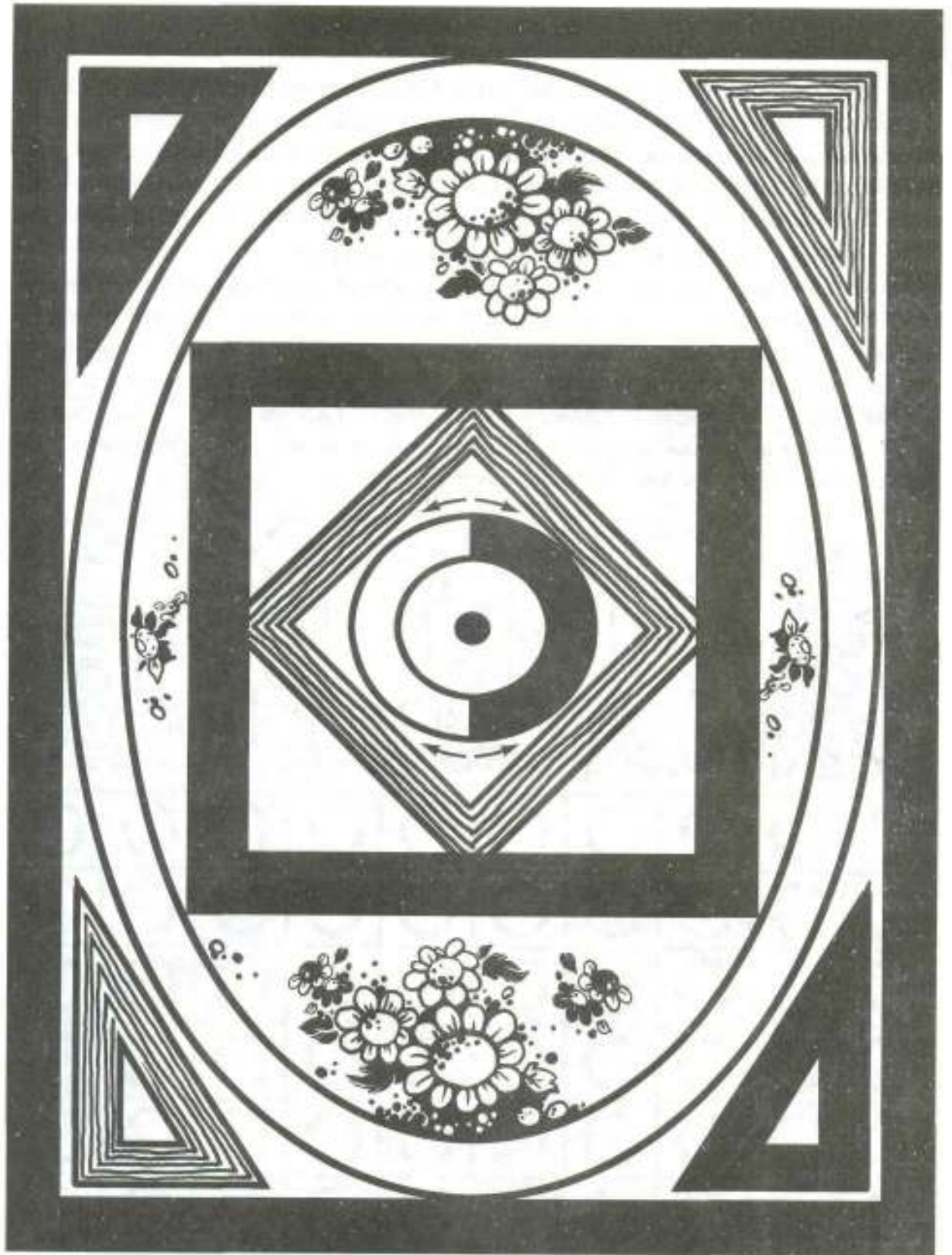


Помоги Обезьянке вспомнить способы передвижения по дорожкам и станцевать весёлый танец. Выбери на своё усмотрение, какой рукой ты будешь действовать — правой или левой.

Задания

1. Пройди по прямоугольной дорожке, двигаясь топающим шагом.
2. Пройди по треугольным дорожкам, двигаясь приставным шагом.
3. Пройди по квадратной дорожке, двигаясь скрестным шагом.
4. На круглой дорожке пройди скользящим шагом по дуге сначала правой, затем левой «ногой», повторяя движения 3 раза.
5. Находясь в центре круга, на счёт «раз-два» выставляй поочередно правую и левую «ноги» сначала вперёд, а затем назад. *(Движение следует повторить 3 раза.)*
6. Пройди по овальной дорожке, двигаясь подскоками.
7. Пройди по дорожке-ромбу, двигаясь прытопами на счёт «раз-два-три».





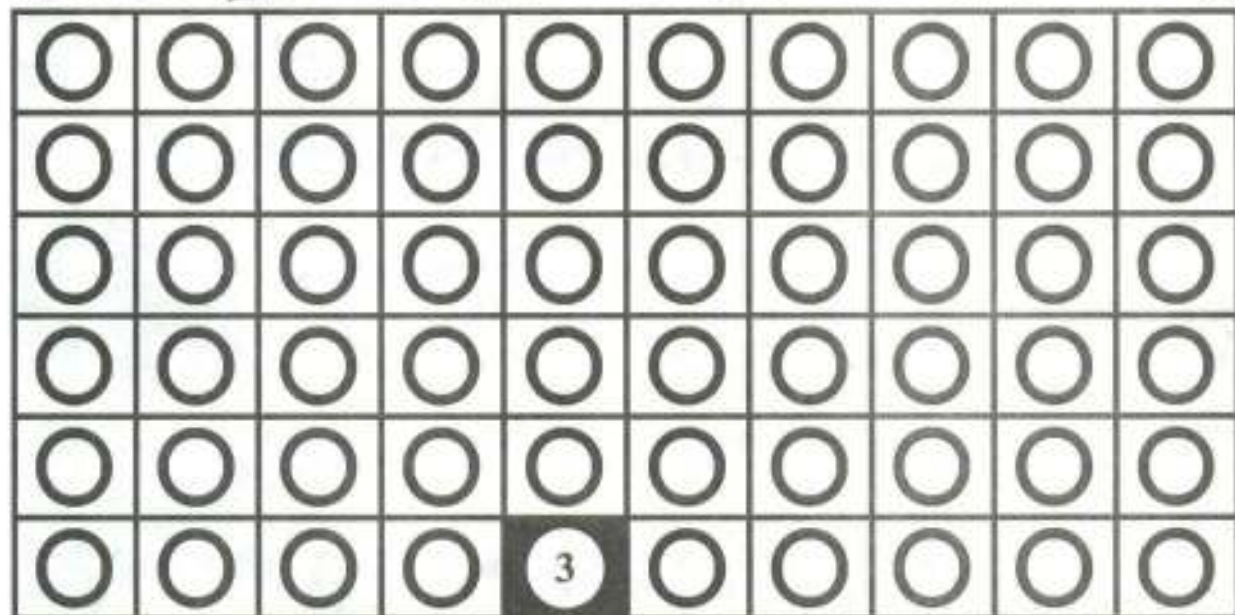
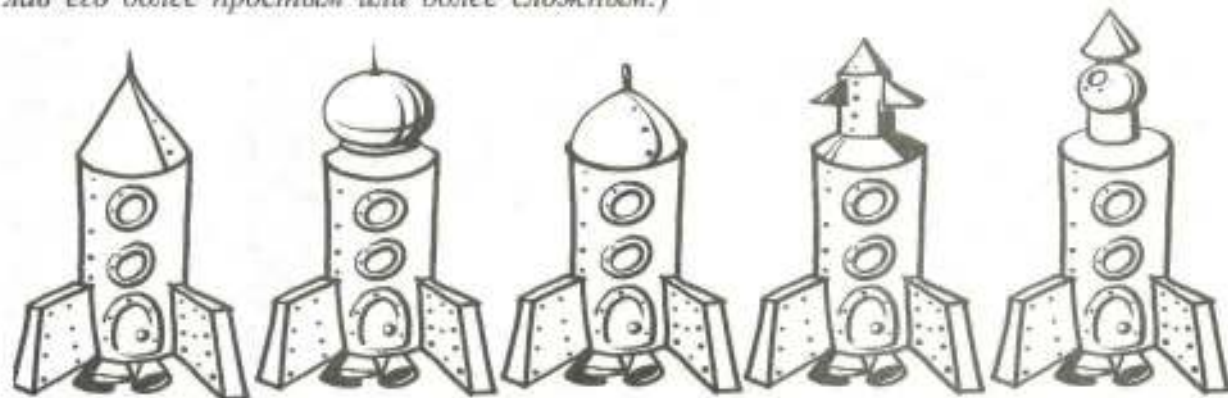
Тигрёнок-космонавт


В одном заповедном тропическом лесу Индии живёт бенгальский Тигрёнок Полосатик. Он — необыкновенный Тигрёнок, потому что очень любит смотреть на звёзды. Когда его друзья слонята ночью ложатся спать, он забирается на крышу своего дома и смотрит в телескоп на небо. Блестящие звёздочки будто манят его: «Иди к нам! Иди к нам!» И решил как-то раз Полосатик стать космонавтом.




Раскрась ракету, на которой полетит Тигрёнок.

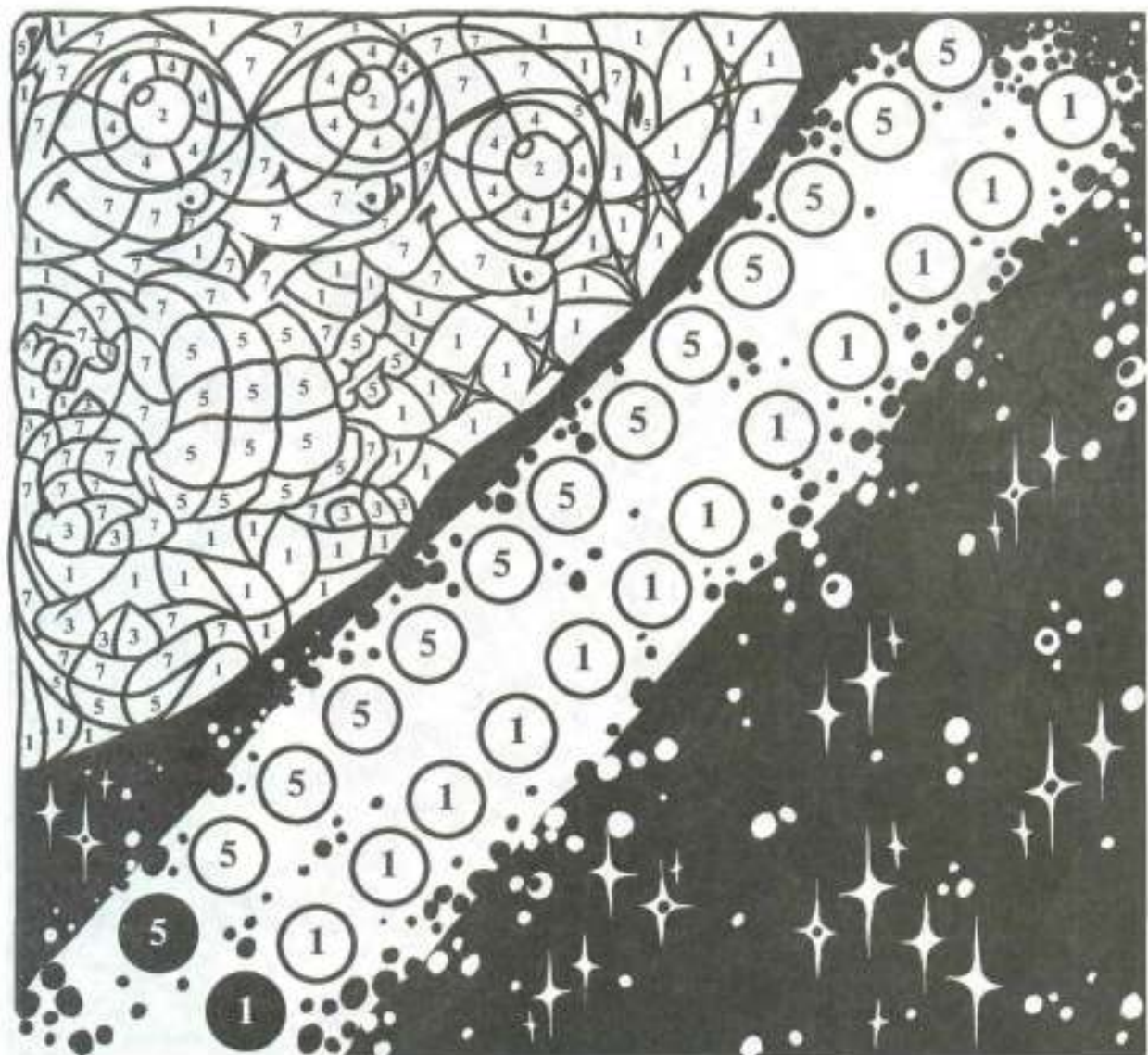
Вот пять ракет, готовых к старту. На какой же из них полетит Полосатик? Ты это узнаешь, если правильно выполнишь задание. Двигайся по кружочкам «произвольным шагом»: 3 шага вперёд, 4 шага вправо, 1 шаг вниз, 6 шагов влево, 3 шага вперёд, 3 шага вправо. (Ребёнок ставит указательный палец **правой** руки на выделенный кружок и двигается по команде взрослого, «шагая» указательным и средним пальцами. При желании маршрут можно изменить, сделав его более простым или более сложным.)



 Тигрёнок сел в ракету и отправился в космическое путешествие. На пути к неизвестной планете Полосатик увидел странное космическое существо, шагающее по лунной дорожке. У него три головы! Раскрась картинку, и ты увидишь его. (Условные обозначения цифр смотри на с. 3.)

 Рассмотрни лунную дорожку и покажи левой рукой, как двигалось это инопланетное существо.

(Ребёнок ставит большой палец *левой* руки на кружок с цифрой 1, а мизинец — на кружок с цифрой 5. Указательный, средний и безымянный пальцы подняты вверх — это головы странного космического существа. Поочерёдно переставляя мизинец и большой палец на кружки с соответствующими цифрами, существо проходит по дорожке вперёд, а затем, не разворачиваясь, двигается назад.)

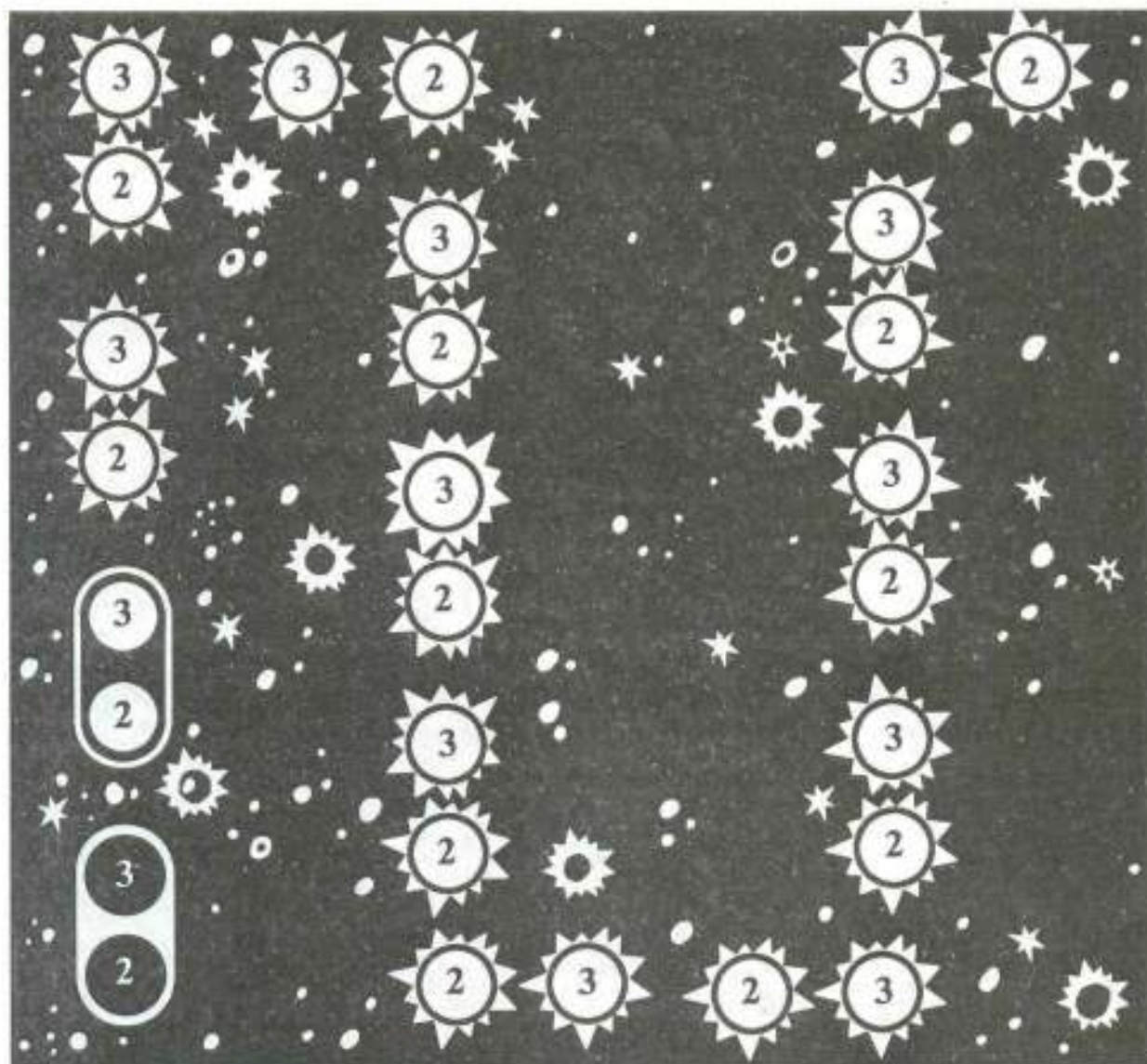


Тигрѐнку так понравилось смотреть на прогулки космического существа, что он тоже захотел прогуляться по звѣздным дорожкам.



Помоги Полосатику проделать звѣздный путь, передвигаясь по звѣздочкам прыжками на двух ногах одновременно. Ведь в космосе, как известно, действуют законы невесомости!

(Ребѐнок ставит указательный и средний пальцы левой руки на начальные кружочки-звѣздочки и продвигается по дорожке, перенося одновременно оба пальца на каждую следующую пару кружков-звѣздочек. При этом он поднимает кисть руки высоко вверх — совершает высокие прыжки в условиях невесомости. При необходимости руку можно поворачивать в нужном направлении. Дойдя до конца дорожки, следует проделать обратный путь.)

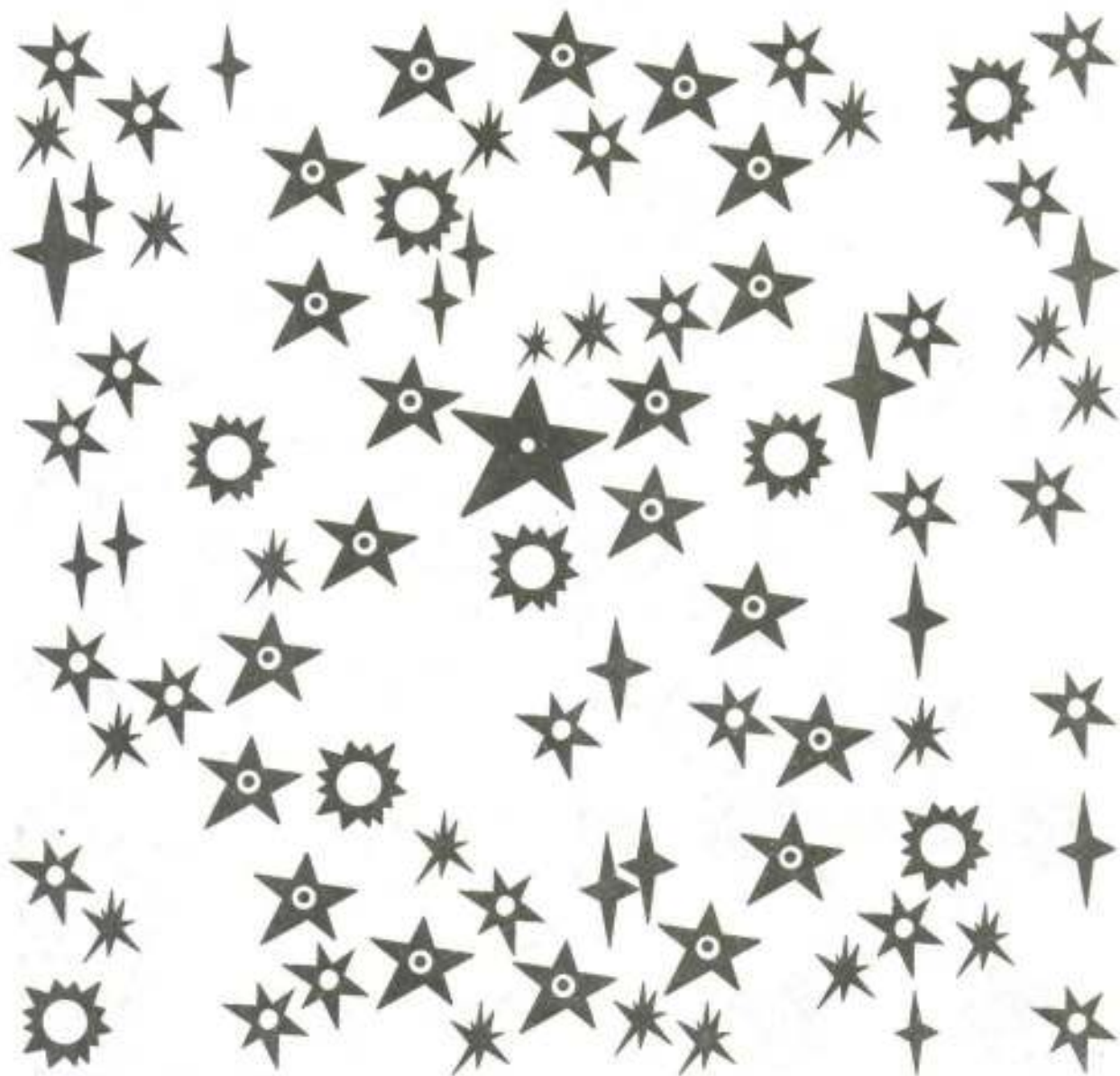


Прогулявшись по звёздам, Полосатик отправился дальше. Найди на этой картинке все звёздочки с пятью лучами и обведи каждую из них кружочком. На какую цифру похожа получившаяся дорожка?



Пройди вместе с Тигрёнком по этой дорожке, поочерёдно наступая на кружочки со звёздочками.

(Ребёнок ставит на центральную звёздочку средний палец правой руки и, переставляя указательный и средний пальцы, продвигается в любом направлении по дорожке. При необходимости руку можно поворачивать в нужном направлении. При этом следите за тем, чтобы локоть ребёнка был слегка приподнят.)

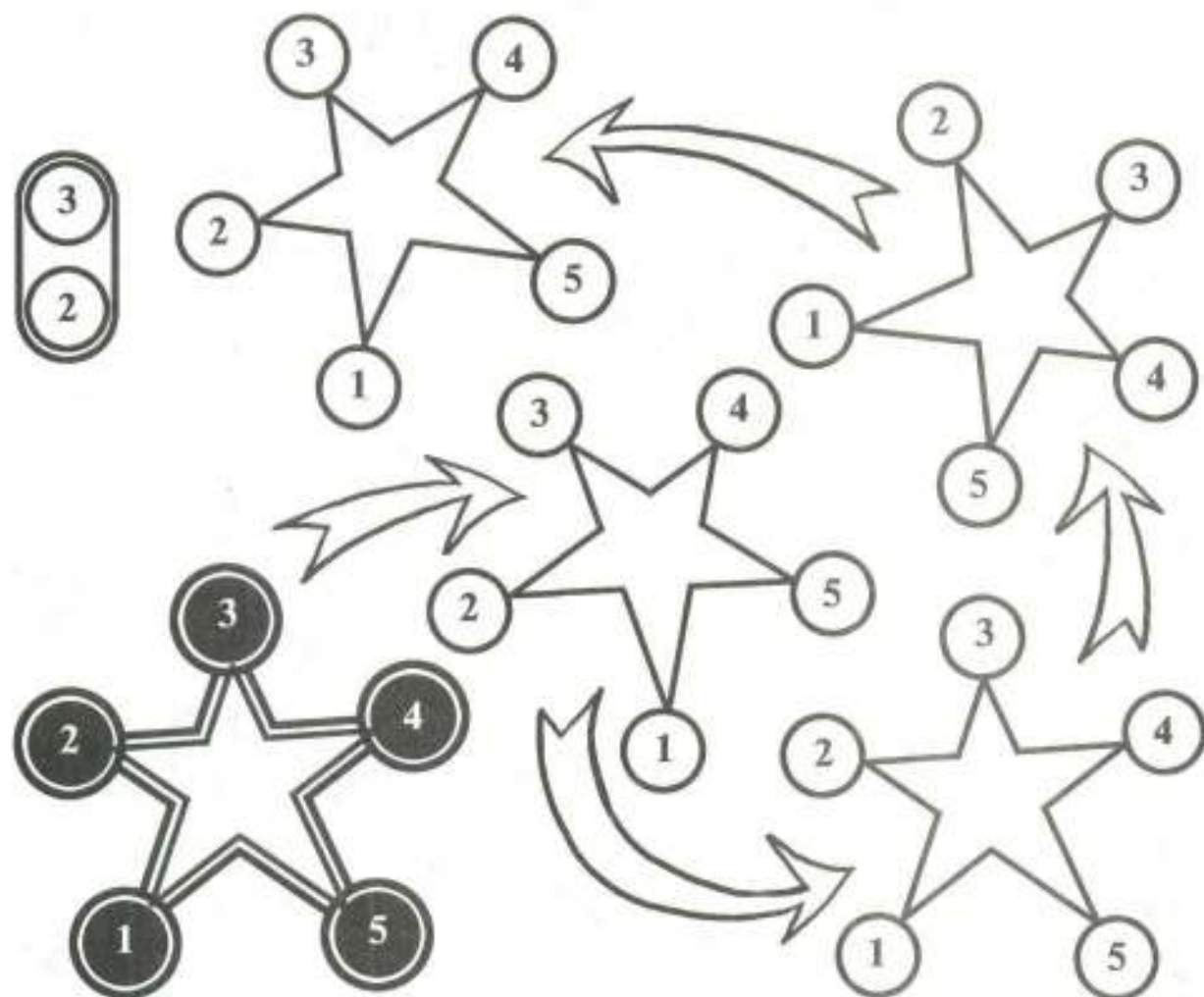


Неожиданно на пути Тигрёнка возникло новое космическое существо — Пятиножка.




Покажи, как инопланетянин Пятиножка прошёл по космическому пространству сначала вперёд, а потом назад.

(Ребёнок действует двумя руками: на **левую** руку он надевает игрушку-топотушку «Тигрёнок», а **правой** рукой изображает инопланетянина. Рука с надетой игрушкой остаётся всё время неподвижной на месте — на двух установочных кружочках. Все пальцы правой руки ребёнок одновременно ставит на соответствующие кружки первой звёздочки, внизу: большой палец — на кружок с цифрой 1, указательный — 2, средний — 3, безымянный — 4, мизинец — 5. Правая рука двигается вперёд «высокими прыжками». Устанавливая пальцы на кружки следующей звезды, ребёнок внимательно смотрит на цифры, обозначающие каждый палец. При необходимости руку можно разворачивать. Дойдя до Тигрёнка, Пятиножка 5 раз подпрыгивает на месте и возвращается назад.)



Увы! Нашему Тигрѐнку-космонавту пора возвращаться на Землю. Попрошавшись с Пятиножкой, Полосатик отправился в обратный путь и вскоре благополучно приземлился. Его встретили...

 Раскрась картинку, и ты узнаешь, кто его встретил дома. Найди на картинке троих его друзей. (Ребѐнок должен найти на картинке слона, попугая и бегемота. Условные обозначения цифр смотри на с. 3.)



Издательский Дом «Литера»
приглашает к сотрудничеству авторов
Телефоны редакции: (812) 560-8684, 325-4741
E-mail: publish@litera.spb.ru
<http://www.litera.spb.ru>

По вопросам реализации обратиться
в Санкт-Петербурге: (812) 441-3649, 441-3650
E-mail: sales@litera.spb.ru
в Москве: (495) 641-2322
E-mail: mail@litera.inc.ru
в Екатеринбурге: (343) 360-0559
E-mail: litera-ural@list.ru

Гигиенический сертификат
№ 78.01.07.953.П.002499.05.04 от 20.05.04

Брозаускас Любовь Георгиевна

РАЗВИВАЕМ ПАЛЬЧИКИ

Книга-игра для развития мелкой моторики

Редакторы *Л. Киреева, Ю. Петлюк*
Художник *Е. Савик*
Обложка *Е. Савик, Э. Смирнова, Н. Могутова*
Корректоры *Н. Андрианова, Е. Караванова*
Верстка *И. Хайрова*

Подписано в печать 24.03.08. Формат 84×108^{1/16}. Печать офсетная.
Гарнитура Прагматика. Усл. печ. л. 3,36. Тираж 6000 экз. Заказ № 8655.

ООО «Издательский Дом „Литера“»
192131, Санкт-Петербург, Ивановская ул., 24

Отпечатано по технологии СІР
в ОАО «Печатный двор» им. А. М. Горького
197110, Санкт-Петербург, Чкаловский пр., 15



Вырежьте
игрушки



www.litera.spb.ru

ДЕКА®

10483



1730