

## Пальчиковая гимнастика для детей 2–3 лет



Kingcraft/Shutterstock.com

В этом возрасте малыши с удовольствием повторяют и легко запоминают энергичные движения и пробуют выполнять их обеими руками. К трём годам можно предложить ребёнку пальчиковый театр, часто используемый в ДОУ — набор пальчиковых куколок, при помощи которых ребёнок сможет разыграть целый спектакль по мотивам любимых сказок.

Перед игрой с детьми необходимо обсудить её содержание, сразу при этом отработывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения. Это не только позволит подготовить детей к правильному выполнению упражнения, но и создаст необходимый эмоциональный настрой.

**Выполнять упражнение следует вместе с детьми, при этом демонстрируя собственную увлечённость игрой.**

## **Капуста**

Мы капусту рубим, рубим;

*(Стучим рёбрами ладоней по столу)*

Мы капусту солим, солим;

*(Складываем подушечки пальцев вместе и потираем их друг о друга, будто посыпаем капусту солью)*

Мы капусту трём, трём;

*(Потираем кулак о кулак)*

Мы капусту мнём, мнём.

*(Энергично сжимаем и разжимаем кулаки).*

## **Кошка**

Вот кулак, а вот ладошка.

*(Сжимаем один кулачок, затем разжимаем и поворачиваем ладонью кверху)*

На ладошку села кошка.

*(Пальцы второй руки складываем вместе и ставим сверху на раскрытую ладонь)*

Потихонечку пойдёт —

*(Перебираем пальцами вверх по руке)*

Может, мышка там живёт?

*(Щекочем малыша).*

## **Ёлочка**

Перед нами ёлочка:

*(Скрещиваем пальцы рук, указательные пальцы подняты вверх)*

Шишечки, иголочки,

*(Сжимаем руки в кулачки, затем выпрямляем указательные пальцы)*

Шарики, фонарики,

*(Указательный и большой пальцы смыкаем в кольцо, затем «крутим фонарики»)*

Зайчики и свечки,

*(Ушки зайчиков показываем вытянутыми указательными и средними пальцами обеих рук, свечки — прижатые друг к другу ладони и пальцы обеих рук)*

Звёзды, человечки.

*(Прижимаем ладони с раздвинутыми пальцами, затем перебираем указательными и средними пальцами по столу, имитируя шаги).*

### **Мальчик-с-пальчик**

Мальчик-с-пальчик, где ты был?

*(Руки сжаты в кулачок, разгибаем большой палец)*

С этим братцем в лес ходил,

*(Разгибаем указательный палец и соединяем подушечки большого и указательного пальцев вместе)*

С этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел.

*(Поочередно разгибаем средний палец, безымянный и мизинец и соединяем их с большим пальцем).*