РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

Пальчиковая гимнастика и логоритмика

Возраст: 5–7 лет

— 14 стихотворений по лексическим темам: осень, зима, весна, посуда, транспорт, семья

— Движения для пальчиков и пиктограммы

— Логоритмика: слово и движение

— Пальчиковый театр для вырезания и недельный календарь



9 листов А4 к печати

Для логопедов, педагогов и родителей

Пальчики разговаривают

Пальчиковая гимнастика развивает мелкую моторику и речь

1



Показываем

Взрослый читает стихотворение и показывает движения.

2



Повторяем вместе

Ребёнок повторяет движения и слова вслед за взрослым.

3



Делаем сам

Ребёнок читает стихотворение и выполняет движения самостоятельно.

4



Меняем руки

Повторяем сначала правой, потом левой рукой, затем двумя.

Как заниматься

— Занимаемся 2–3 минуты, 1–2 раза в день, в спокойном темпе.

— Читаем выразительно, не торопясь, выделяя ритм голосом.

— Каждое стихотворение связано с лексической темой: повторяйте его всю неделю.

Осень, овощи, посуда

Читай стихотворение и показывай движения



Листопад

Ветер дует — ух, ух, ух!
Листья пляшут вокруг.
Пальчики-листочки
Падают на кочки.



Движения:
Качаем пальцами-листьями, затем опускаем руки и сжимаем кулачки.



Грибники

Мы пошли в лесок гулять,
Будем грибы собирать:
Этот — белый, этот —
рыжий,
Этот — в шапочке пушистой.



Движения:
Шагаем пальчиками по столу, затем загибаем пальцы по одному.



Салат

Мы морковку натираем,
Огурцы мы нарезаем,
Солим, перчим, мнём слегка
—
Вот салатик для дружка.



Движения:
Показываем движения: трём кулачок о кулачок, «режем» ладонью, «мнём» пальцы.



Посуда

Чайник, чашка, ложка, вилка,
Блюдце, нож и тарелка.
Мы посуду называем
И в ладошки хлопаем.



Движения:
Загибаем пальцы на каждое слово, в конце хлопаем.

Зима

Читай стихотворение и показывай движения

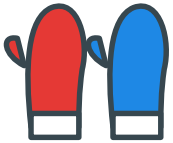


Снеговик

Мы слепили снежный ком,
Покатили его вдвоём.
Вот и вышел снеговик —
Ростом с маму, не велик.



Движения:
Катим ладонями воображаемый ком, показываем руками рост.



Варежки

Руки в варежки надели —
Пальчики согрелись.
Один — в уголок,
Четыре — в домок.



Движения:
Показываем кулачки, большой палец отводим в сторону.

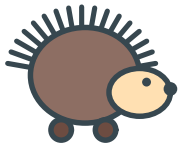


Снежинки

Падают снежинки
Тихо, не спеша.
Села на ладошку —
Какая хороша!



Движения:
Опускаем шевелящиеся пальцы сверху вниз, ловим «снежинку» в ладонь.



Ёжик

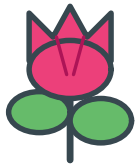
Ёжик свернулся в клубок,
Иголки поднял — как щётка.
Тихонько мы его погладим,
Пусть спит под ёлкой.



Движения:
Сжимаем кулачок, растопыриваем пальцы, поглаживаем другой рукой.

Весна и лето

Читай стихотворение и показывай движения



Цветы

Вот цветок и вот цветок,
Тянутся к солнцу выше.
Лепестки раскроем
И покачаем тихо.



Движения:
Из кулачков медленно раскрываем пальцы-лепестки и покачиваем ими.

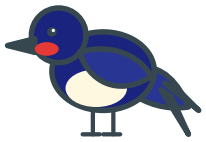


Пчёлка

Пчёлка с цветка на цветок
Летит, где мёд и сок.
Села, лапками перебрала,
Мёду домой понесла.



Движения:
Кружим указательным пальцем, «садимся» на ладонь и перебираем пальчиками.



Ласточки

Ласточки вернулись,
Крылышки раскрыли.
Над ручьём летают,
Гнёзда строят, строят.



Движения:
Скрещиваем большие пальцы, машем ладошками-крыльями.



Кошка

Кошка мягкими лапками
Ходит по ковру.
Мяу-мяу, мурр-мурр-мурр,
Я кошку поглажу.



Движения:
Мягко «шагаем» подушечками пальцев, затем поглаживаем ладонь.

Транспорт и семья

Читай стихотворение и показывай движения



Поезд

Мчит по рельсам поезд наш:
Чух-чух-чух, чух-чух-чух!
Стук-стук-стук стучат
колёса,
Мимо — лес, и поле, и луг.



Движения:
Крутим кулачками перед грудью, стучим ладонями по коленям.



Моя семья

Этот пальчик — дедушка,
Этот пальчик — бабушка,
Этот пальчик — папочка,
Этот пальчик — мамочка,
этот — я. Вот и вся моя
семья.



Движения:
Показываем и загибаем пальцы, начиная с большого.

Логоритмика: слово и движение

Произноси слова и повторяй ритм хлопками, шагами, притопами



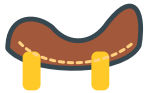
Дождик

кап — кап — кап

Хлопаем в ладоши на каждый слог.



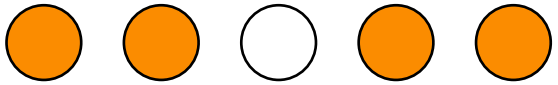
сильный слог — большой кружок



Лошадка

цок-цок — цок-цок

Стучим кулачками по коленям. После паузы повторяем.



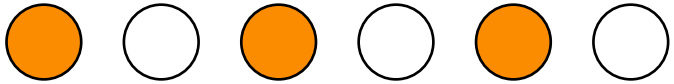
сильный слог — большой кружок



Часы

тик — так, тик — так

Качаем головой вправо-влево, считаем «тик-так».



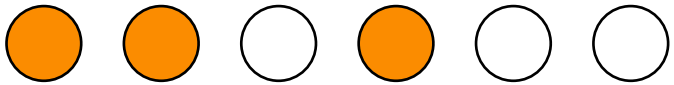
сильный слог — большой кружок



Барабан

бум-бум — ба-ра-бан

Стучим ладонями: сильный удар — на «бум», тихие — на «ба-ра-бан».



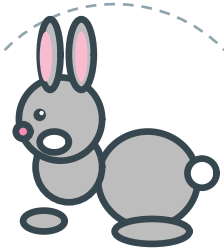
сильный слог — большой кружок

Пальчиковый театр

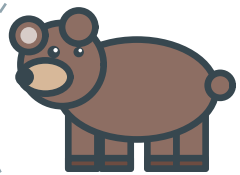
Вырежи кружки, сделай колечки и надень на пальчики. Расскажи сказку про зверят



Кошка



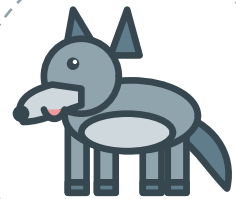
Заяц



Медведь



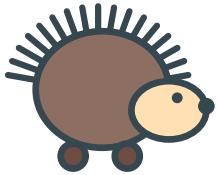
Лиса



Волк



Мышка



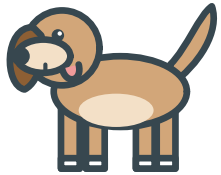
Ёжик



Лягушка



Сова



Собака

Полоска внизу — для колечка: вырежи её, приклей концы и надень на пальчик.

Мои стихи на неделе

Выучи стихотворение и закрась кружок

	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
 **Листопад**	○	○	○	○	○	○	○
 **Салат**	○	○	○	○	○	○	○
 **Снеговик**	○	○	○	○	○	○	○
 **Снежинки**	○	○	○	○	○	○	○
 **Цветы**	○	○	○	○	○	○	○
 **Пчёлка**	○	○	○	○	○	○	○
 **Поезд**	○	○	○	○	○	○	○
 **Моя семья**	○	○	○	○	○	○	○

Закрашивай кружок, когда упражнение выполнено.