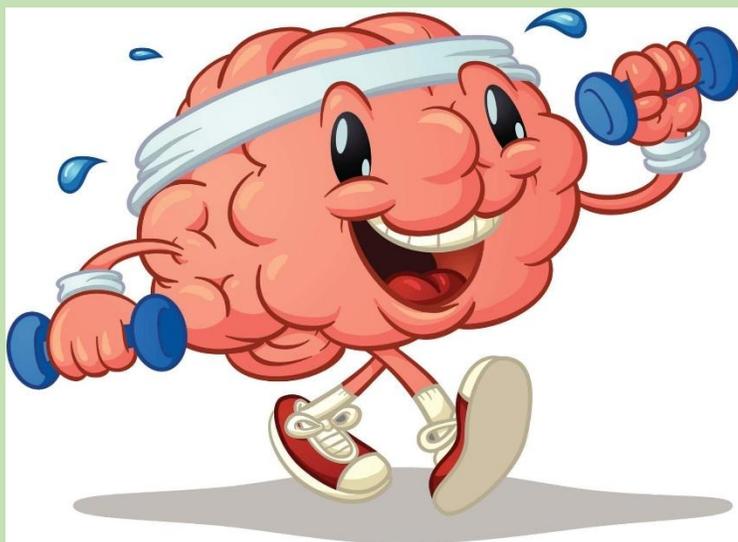


Гимнастика для ума

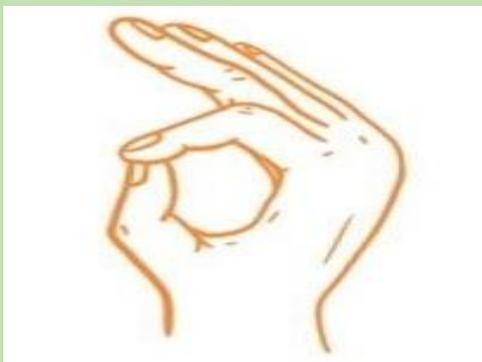


Упражнение «Зайчик – «Колечко» – «Цепочка»



«Зайчик»

Указательный и средний пальцы вытянуть вверх
Мизинец и безымянный прижать к ладони большими пальцами



«Колечко»

Указательный и большой пальцы соединяются
Средний, безымянный и мизинец вытянуты вперед



«Цепочка»

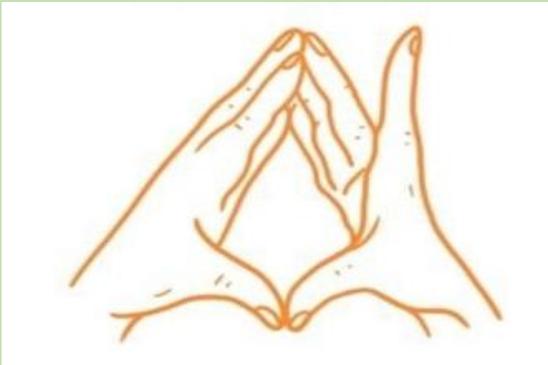
Поочередно соединяем большой палец с указательным,
Со средним и т.д. и через них попеременно «пропускаем»
«колечки» из пальчиков другой руки

Упражнение «Сарай» – «Дом с трубой» – «Пароход»



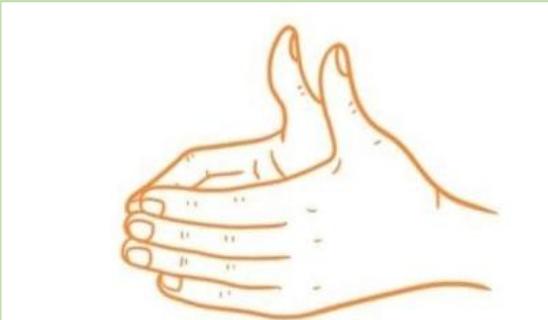
«Сарай»

Пальцы рук соединить под углом – «крыша»
Большие пальцы прижаты к ладоням



«Дом с трубой»

Пальцы рук соединить под углом,
Большие пальцы соединить друг с другом
Указательный палец одной руки выпрямит – это
«труба»



«Пароход»

Обе ладони соединены «ковшами»
Большие пальцы вверх – это «труба»



«Замочек»

Скрестить руки между собой. Развернуть ладони друг к другу
Сцепить в замок. Подвигать каждым пальцем по отдельности.
Задействовать соседние пальцы нельзя
Повторяем тоже самое с закрытыми глазами,
Проговаривая какой палец поднимаем, увеличивая скорость



«Ежик»

Поставить ладони под углом друг к другу,
Расположить пальцы одной руки между пальцами другой руки

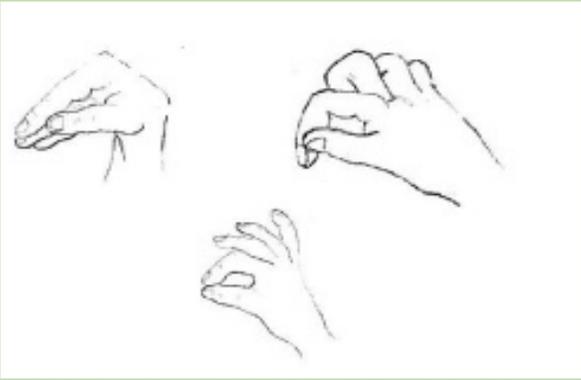
«Блинчики»

Ладони лежат на столе. Одна ладонь лежит тыльной стороной вверх. Начинаем «переворачивать блинчики» - одновременно меняем положение рук. Усложнение – на свет 3 – блинчик заворачиваем и превращаем в кулак

«Яблочко и червячок»

Рука в кулаке (яблоко), большой палец вверх – это червячок. То спрятался в яблоко (убираем палец в кулак), то показался (достаем). Вначале ребенок делает одновременно на обеих руках – червячки спрятались. Затем поочередно – на одной руке спрятался, на другой показался. Усложняем через добавление хлопка

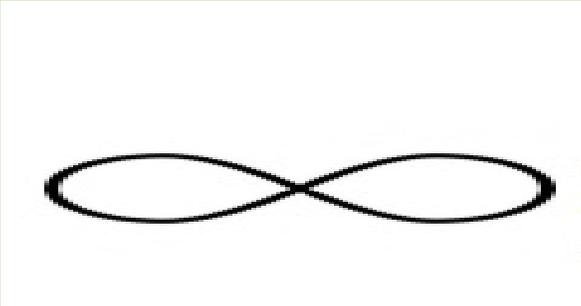
«Гусь – курица – петух»



Гусь – ладонь согнута под прямым углом, Пальцы вытянуть и прижать друг к другу, Указательный палец согнут и опирается на большой

Курочка – ладонь немного согнуть, указательный палец упирается в большой, остальные пальцы накалываются друг на друга в полусогнутом положении: петух – ладонь поднять вверх, указательный палец опирается на большой, остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх – это «гребешок»

«Ленивые восьмерки»



Начертить в воздухе знак бесконечности сначала левой рукой затем правой рукой (ладони в кулак, из кулака вверх большой палец), затем двумя руками одновременно (глаза следят за большими пальцами рук)

«Кастрюлька – крышечка»



Одна рука в кулаке вертикально (кастрюлька),

Другая – «крышечка» - ложится на кастрюльку,

Поменяйте положение рук с «точностью до наоборот»

Действия четкие, доводим до автоматизма

Выполняйте упражнения всей семьей!!!

С уважением, Марина Антониевна