

Если дома каждый день родители  
будут заниматься по 7 – 10 минут  
массажем рук ребенка,  
пальчиковыми играми, то  
положительный результат будет  
обязательно.

Стимуляция речевых зон коры  
головного мозга положительно  
скажется на исправлении  
несложных речевых искажений.

Будет совершенствоваться  
память.



Администрация Владимирской области  
Департамент социальной защиты

Государственное казенное учреждение социального  
обслуживание Владимирской области «  
Кольчугинский детский дом-интернат для  
умственно отсталых детей»

## Советы родителям



«Пальчиковая  
гимнастика дома!»

601781, Владимирская обл.,  
г. Кольчугино, ул. Мира д.73  
Телефон (49245) 2-09-53

## 1 Упражнение «Лодочка»



### *Исходное положение.*

Обе ладони поставлены на ребро и соединены «ковшиком», большие

пальцы прижаты к ладоням.

*Маленькая лодочка по реке плывет,  
На прогулку лодочка малышей везет.*

## 2 Упражнение «Пароход»



### *Исходное положение.*

Обе ладони поставлены на ребро и соединены «ковшиком», большие

пальцы подняты вверх – это труба.

*Пароход плывет по речке,  
И труба дымит как печка.*

## 3 Упражнение «Фонарики»



Поочередно сжимать и разжимать пальцы рук на счет "раз-два". На "раз" пальцы правой руки выпрямлены, пальцы левой руки сжаты. На "два": пальцы левой руки выпрямлены, пальцы правой руки сжаты.

*Мы фонарики зажжем,  
А потом гулять пойдем!  
Вот фонарики сияют,  
нам дорогу освещают!*

## 4 Упражнение «Печём блины»



Попеременно касаемся поверхности стола тыльной стороной кисти руки и ладонью.

*Мама нам печет блины,  
Очень вкусные они.  
Встали мы сегодня рано  
И едим их со сметаной!*

## 5 Упражнение «Флажки»



### *Исходное положение.*

Расположить ладони перед собой. Одновременно опускать и поднимать ладони, сопровождая движения стихами.

*Я в руках флажки держу  
И ребятам всем машу!*

## 6 Упражнение «Моем руки»

«Моем руки»: ритмично потирать ладошки, имитируя мытье рук.

*Ах, вода, вода, вода!*

*Будем чистыми всегда!*

«Стираем водичку с рук»; пальцы сжаты в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку.

*Брызги – вправо, брызги – влево!  
Мокрым стало наше тело!  
Полотенчиком пушистым  
Вытрем ручки очень быстро*