

## Содержание

От авторов .....	3
Игры с малышами .....	7
«Усыплялки» .....	8
«Просыпалки», «Будилки» .....	11
«Хлопалки» .....	14
Пальчиковые игры и упражнения .....	17
Потешки, приговорки, считалки .....	18
Загадки, отгадки .....	42
Любимые стихи .....	59
Пальчиковая азбука .....	81
Изображение различных действий .....	106
Пальчиковый театр .....	109
Литература .....	127

# Игры с малышами

Этот раздел предназначен в первую очередь для мам и малышек, общение которых происходит в большей степени односторонне, когда мама может дать малышу очень много полезного и нужного для его успешного развития, сама не подозревая об этом. Часто встречающееся мнение о том, что маленький ребенок нуждается лишь в физической заботе: накормить, искупать, переодеть, — глубоко ошибочно. То, что будет заложено ребенку в первые годы жизни в эмоциональном отношении, в отношении его психологического состояния, в конечном итоге скажется и на развитии ребенка как личности, и на его образовании и воспитании в целом.

Ребенку для полноценного развития просто необходимо общение со взрослыми. Очень важно, чтобы с самого раннего возраста он был окружен любовью, теплотой, заботой. Малышу необходима ласка взрослого, его присутствие, очень важен телесный контакт: необходимо брать малыша на руки, за ручки, гладить по головке. Если этого не будет хватать ребенку, он будет чувствовать свое одиночество, испытывать психологический дискомфорт не только в раннем возрасте, но и в более старшем.

Не лишайте ребенка радости общения. Нежные прикосновения и ласковый голос мамы успокаивают малыша. Уже с первых недель жизни, общаясь с малышом, можно проговаривать песенки, потешки, прибаутки. Эти произведения созданы и проверены временем, это одно из сокровенных наследий русского народа. Это самые первые поэтические произведения, которые услышит ваш малыш. Они позволяют устанавливать контакт с ребенком и вызывают у него массу положительных эмоций.

Одни потешки, прибаутки побуждают ребенка к активной деятельности («Будилки», «Просыпалки», «Хлопалки»), а другие, наоборот, успокоят его («Усыплялки», «Приговорки»). Незатейливые по содержанию, простые по форме, они и забавляют ребенка, и обучают его. Слушая певучесть и мудрость фольклора, ребенок приобщается к красоте языка, обогащается его представлением об окружающем мире и, что самое важное, малыш чувствует уверенность, покой, заботу, находится в состоянии эмоционального комфорта, что в этом возрасте является одним из важных факторов для гармоничного развития.

## «Усыплялки»

«Усыплялки» издавна использовались для подготовки ребенка ко сну. Перед дневным и вечерним сном необходимо создать спокойную обстановку, снять возбуждение. Эффективно применение легких массажных движений во время проговаривания «усыплялок».

### Люли, люли

*Мама укладывает ребенка в кроватку, наклоняется над ним. Поглаживает головку, ручки ребенка. Кладет ладошки ребенка на свои и тихонько покачивая, проговаривает:*

Люли, люли, люли,  
Прилетели гули.

*Кладет руки ребенка на одеяло, поглаживает кисти рук и говорит:*

Сели гули на кровать,  
Стали гули ворковать,  
Тихо Машу усыплять:

*Мама поглаживает плечики ребенка со словами:*

«Спи, малютка, почивай,  
Глаз своих не открывай».

### Баю-бай

Баю-бай, баю-бай,  
Ты, собачка, не лай,  
Белолопка, не скули,  
Мою детку не буди.

*Проговаривая «усыплялки», мама может делать мягкий массаж кистей и пальцев рук.*

## Баю-баюшки

Баю-баюшки-баю,  
Баю лапочку мою,  
Приди, котик, почевать,  
Мою деточку качать.  
    Мою деточку качать,  
    Мою детку усыплять.  
    Спи, малютка, засыпай,  
    Баю-баюшки-бай-бай.

## Люди спят, звери спят

Вот и люди спят,  
Вот и звери спят.  
Птицы спят на веточках,  
Лисы спят на горочках,  
Зайцы спят на травушке,  
Утки на муравушке.  
    Детки все по люлечкам  
    Спят-поспят,  
    Всеми миру спать велят.

## Баю-баинки (З. Александрова)

Баю-баиньки...  
Спать ложатся зайньки,  
На ромашках спят шмели,  
Лягушата спать легли.  
    В тёмном поле у реки  
    Спят ежата – колобки.  
    Влезла белочка в дупло,  
    Спать ей тихо и тепло.  
Баю, баиньки, баю...  
Да кому же я пою?  
Рыбка спать ушла на дно,  
Детка спит уже давно.

## Пальчики все спят

Раз, два, три, четыре, пять.  
Пальчики хотят все спать,  
Этот пальчик – лег в кровать,  
Этот пальчик – хочет спать,  
Этот пальчик – чуть вздремнул,  
Этот пальчик – уж заснул,  
Этот пальчик – крепко спит.

Тише, тише, не шумите!  
Пальчики вы не будите.  
Надо, надо отдыхать,  
И немножечко поспать.

*Взрослый кладет руку ребенка на свою ладонку и поглаживает сначала всю кисть, а затем каждый пальчик, начиная с мизинчика.*

*Затем слегка растирается каждый пальчик, начиная от кончиков в той же последовательности: с мизинчика до большого пальца. При выполнении растирания применяется немного большая сила, чем при поглаживании. Массаж сопровождается приговариванием потешки.*

*Любой массаж начинают и заканчивают поглаживанием, поэтому, закончив растирание, необходимо повторить поглаживание кистей и пальчиков рук.*

# Пальчиковая азбука

---

Без старания нет и знания.

*Народная мудрость*

Этот раздел рекомендован для занятий с детьми с трехлетнего возраста и посвящен знакомству с основными, классическими приемами и позами, используемыми в пальчиковых играх. С помощью «Пальчиковой азбуки» вы вместе с малышом сможете проигрывать не только предложенные игры, но и творить самостоятельно: загадывать загадки, рассказывать любимые стихи, разыгрывать маленькие сценки, пересказывать короткие рассказы.

К каждому из предлагаемых в разделе движений подобран рифмованный текст и рисунок, что помогает малышу в освоении этих движений. Дети их легко запоминают и с удовольствием повторяют за взрослыми.

Начиная работу с «Пальчиковой азбукой», покажите ребенку картинку, прочтите стишок. Если есть возможность, найдите этот предмет в быту. Пусть ребенок найдет этот предмет среди своих игрушек, на страницах своих любимых книг. Предложите ему показать это пальчиками.

Сначала взрослый объясняет, как выполняется то или иное упражнение, показывает позу пальцев и кисти руки. Постепенно ребенок уже сам сможет показывать пальчиками тот или иной предмет или действие.

Сначала все упражнения выполняются медленно. Если ребенок не может самостоятельно принять позу и выполнить требуемое движение, надо взять его руку в свою и действовать вместе с ним. Можно подсказать, что он может сам помочь себе другой рукой.

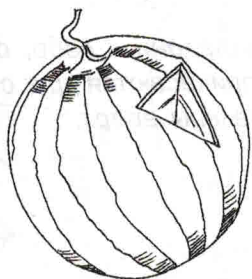
Нужно объяснить ребенку, что работать должны все пальчики и ни один, даже самый маленький, не должен лениться. Некоторые движения маленьким детям выполнить трудно. Но мы на своем опыте убедились, что все равно надо показывать ребенку и простые, и сложные упражнения. Простые упражнения малыш сразу начинает выполнять, а сложные сначала просто запоминает, потом что-то пытается сделать самостоятельно. Научиться делать эти упражнения — очень большое достижение для малыша. И когда у него получится, не забудьте похвалить его.

Для детей более старшего возраста, которые проявляют интерес к грамоте, стремятся овладеть чтением, «Пальчиковая азбука» может стать дополнительным интересным материалом в изучении и закреплении букв алфавита. Слова подобраны таким образом, чтобы ребенок мог учиться выделять первый звук слова. Например: взрослый читает название стихотворения, предлагая ребенку определить, на какую букву начинается слово. Затем, прочитав стишок, можно предложить ребенку продемонстрировать пальчиками предмет, о котором идет речь.

Когда ребенок усвоит «Пальчиковую азбуку», можно предложить ему самостоятельно придумать предмет и показать его пальчиками.

# Арбуз

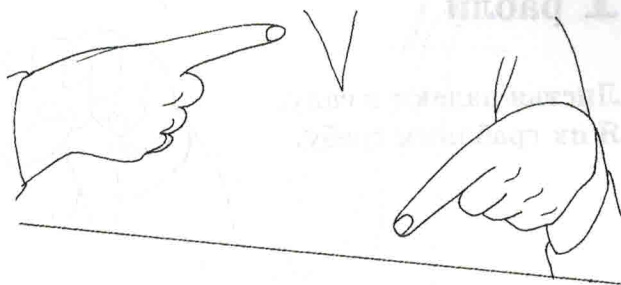
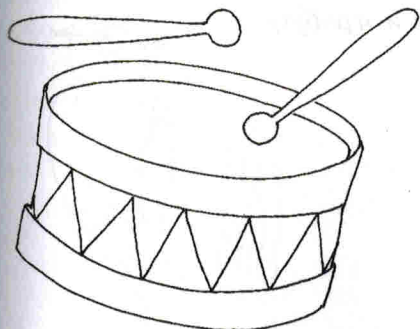
Он большой, как мяч футбольный,  
Если спелый — все довольны,  
Так приятен он на вкус,  
И зовут его — арбуз.



Запястья прижаты друг к другу, пальцы одной руки сжаты в кулачок, другой — обхватывают этот кулачок.

# Барабан

Сам пустой,  
Голос густой,  
Дробь отбивает,  
Шагать помогает.

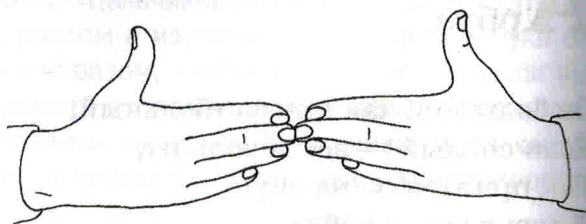


Локти смотрят в стороны, пальцы обеих рук зажаты в кулаки. Выставить указательные пальцы рук и «барабанить» по поверхности стола.

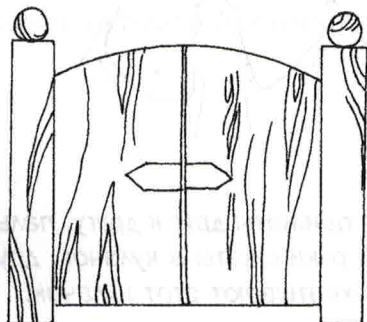


# Ворота

Открывай скорей ворота,  
Приглашай своих друзей!  
Всем увидеться охота —  
Вместе будет веселей!

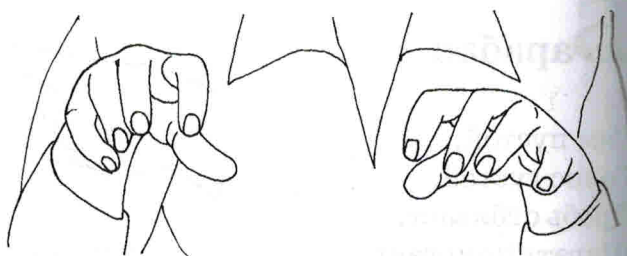


Развернуть ладони к себе, средние пальцы соприкасаются друг с другом, большие пальцы вверх.



# Грабли

Листья падают в саду,  
Я их граблями гребу.

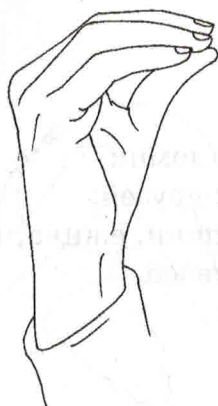
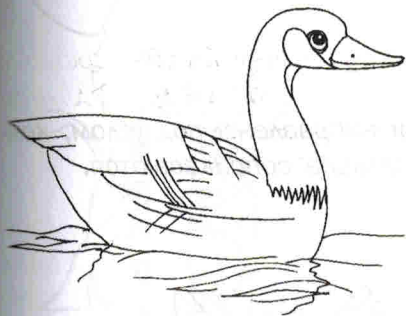


Ладони смотрят вниз, пальчики согнуты и «гребют».



# Гусь

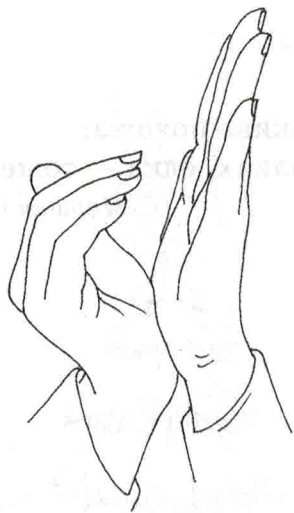
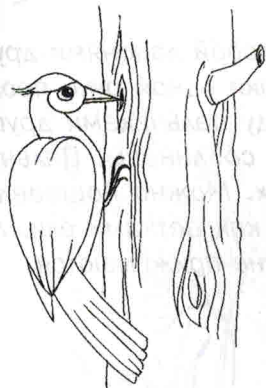
По лужку он важно бродит,  
Из воды сухим выходит,  
Носит красные ботинки,  
Дарит мягкие перинки.



Локоть поставить на стол, кисть смотрит вверх. Затем согнуть руку в запястье, соединить пальчики и постараться ладонью коснуться запястья.

# Дятел

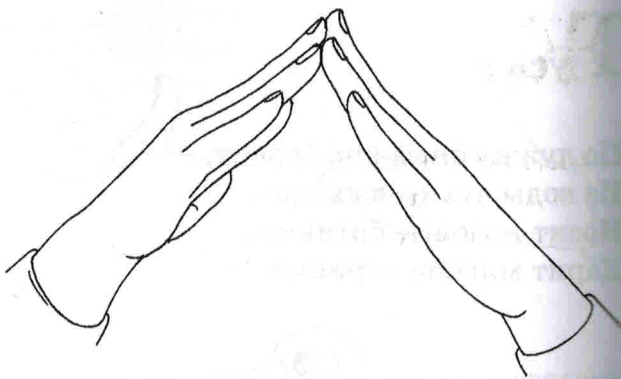
Дятел клювиком стучал,  
Под корой жуков искал.



Соединить запястья рук. Пальчики одной руки выпрямлены, другой — согнуты и стучат кончиками пальцев по противоположной ладоньке.

# Дом

Я построю домик  
Для своих друзей:  
Зайки, мишки, ёжика,  
Куколки своей.



Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются.

# Ель

Ель на ёжика похожа:  
Ёж в иголках, ёлка — тоже.  
(С. Маршак)



Руки перед собой ладонями друг к другу, пальчики одной руки пропускаются между пальчиками другой. Запястья не соединены. Пальчики торчат вверх. Можно пошевелить пальчиками, как ветками ели. Локти к корпусу не прижимаются.

# Ёжик

Колючий, как шишка,  
Наш ёжик-малышка.

