

КАРТОТЕКА ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ



СОДЕРЖАНИЕ

Игрушки.	3
Детский сад.	4
Семья.	5
Части тела и лица.	7
Осень.	7
Овощи.	9
Фрукты.	10
Грибы.	12
Ягоды.	13
Деревья.	13
Продукты питания.	14
Посуда.	17
Домашние животные.	18
Домашние птицы.	20
Одежда.	21
Обувь.	23
Зима. Зимние забавы.	23
Новый год.	26
Зимние виды спорта.	27
Времена года.	27
Дни недели.	28
Дикие животные.	28
Птицы.	29
Животные холодных стран.	32
Транспорт.	34
Наша армия. День Победы.	36
Профессии.	37
Мамин праздник.	38
Весна.	39
Мой город. Дом.	40
Мамины помощники.	42
Мебель.	44
Космос.	46
Электроприборы.	46
Инструменты.	47
Комнатные растения.	47
Цветы.	48
Насекомые.	49
Рыбы. Водоёмы.	51
Лето.	54
Школа. Школьные принадлежности.	55
Использованная литература	57
Интернет-ресурсы	58

ИГРУШКИ.

«Игрушки».

На большом диване в ряд
Куклы Танины сидят:
Два медведя, Буратино,
И веселый Чипполино,
И котенок, и слоненок.
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем нашей Тане
Мы игрушки сосчитать.

Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулаками.

Загибают поочередно все пальцы.

Разгибают поочередно все пальцы.

Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулаками.

Есть игрушки у меня
Паровоз и два коня
Серебристый самолёт
Три ракеты, вездеход,
Самосвал, подъёмный кран.

Хлопаем в ладоши

Здесь и далее загибаем поочерёдно пальчики

Есть у нас игрушка:
Это – погремушка,
Это – толстый мишка,
Это – чудо-книжка,
Это – неваляшка,
Это – кукла Машка!
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем снова проверять!



У Антошки есть игрушки:

Поочерёдно сгибают пальчики в кулачок, начиная с большого.

Вот весёлая игрушка.
Вот железная машина.
Это мяч. Он из резины.
Разноцветная матрёшка
И с хвостом пушистым
кошка.

ДЕТСКИЙ САД.

«Рисунок».

Киса кисточку взяла.
Что рисует нам она?
Это дом с высокой крышей.
На крыльцо котёнок вышел.
Побежит он по дорожке
К полосатой маме-кошке.
Вот зелёная трава.
Вот скамейка у пруда.
В небе – круглая луна.
Видно, Киске спать пора.

*Поднимают к плечу согнутую в локте руку, пальцы
сжаты в кулак. «Рисуют», поднимая и опуская руку.
Соединяют руки над головой, показывая «крышу».
Вытягивают ладони перед собой.
«Пробегают» пальчиками по бёдрам.
Шевелят пальцами.
Кладут ладони друг на друга («скамейка»)
Поднимают руки вверх, соединив указательные и
большие пальцы («луна»)
Кладут ладошки под щёчку.*

«Дружба».

Дружат в нашей группе
Девочки и мальчики.
Мы с тобой подружим
Маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять –
Начинай считать опять.
Раз, два, три, четыре, пять –
Мы закончили считать.

*Соединять пальцы в «замок».
Касание кончиков пальцев обеих рук.
Парное касание пальцев от мизинцев.
Руки вниз, встряхнуть кистями.*

«Мои вещи».

Вот это - мой зонтик,
Я в дождь хожу с ним.
Пусть дождь барабанит -
Останусь сухим.
А вот моя книжка,
Могу почитать,
Могу вам картиночки
В ней показать.
Вот это - мой мяч,
Очень ловкий, смешной.
Его я бросаю
Над головой.
А вот мой котёнок,
Я глажу его,
Мурлычет он так
Для меня одного.

*Поднимаем правую руку над головой, сгибаем её (зонтик).
«Барабаним» пальцами левой руки по правой (зонтику).
Прижимаем ладони друг к другу, локти согнуты.
Раскрываем ладони «книжечкой».
Руки вытягиваем, ладони открыты.
Сжимаем кулачок, вращаем кистью руки.
«Мячик прыгает» над головой, ударяясь о ладонь другой руки
(или о ладонь партнёра по игре).
Поочередно гладим одну руку другой.*

«Этот пальчик хочет спать».

Этот пальчик хочет спать.
Этот пальчик — прыг в кровать.
Этот пальчик прикорнул.
Этот пальчик уж заснул.
Встали пальчики: «Ура!»
В детский сад идти пора.

*(Оттопырить указательный пальчик левой руки.)
(Оттопырить средний пальчик левой руки.)
(Оттопырить безымянный пальчик левой руки.)
(Оттопырить мизинчик левой руки.)
(Соединить все прямые пальцы.)
(Помахать всеми пальцами левой руки в воздухе.)*

СЕМЬЯ.

«Моя семья».

Этот пальчик — дедушка,
Этот пальчик — бабушка,
Этот пальчик — папочка,
Этот пальчик — мамочка.
Ну а это я.
Вот и вся моя семья!

*Руки сжимают в кулак, поочередно
разгибают пальцы, начиная с большого.*

На горе мы видим дом,
Много зелени кругом,
Вот деревья, вот кусты,
Вот душистые цветы.
Окружает всё забор,
За забором — чистый двор.
Мы ворота открываем,
К дому быстро подбегаем,
В дверь стучимся: «Тук-тук-тук!»
Кто — то к нам идёт на стук.
В гости к другу мы пришли
И подарки принесли.

*Кистями рук изобразить домик. Волнообразные
движения кистями рук. Руками «показать» деревья,
кусты. Пальцами «показать» бутон.
Пальцами «показать» забор.*

*Погладить ладонями стол.
«Открываем» кистями ворота.
Пальцами пробежаться по столу.
Постучать кулаком по столу.
Ладонь приложить к правому уху,
прислушаться.
Вытянуть руки вперёд, как будто
преподнося что — то.*

«Как у нас семья большая».

Как у нас семья большая
Да весёлая.
Два у лавки стоят,
Два учиться хотят,
Два Степана у сметаны обедают.
Две Дашки у каши питаются.
Две Ульки в люльке качаются.

*(ритмичные хлопки в ладоши и удары
кулачками попеременно)
(загнуть большие пальцы на обеих руках)
(загнуть указательные пальцы на обеих руках)
(загнуть средние пальцы)
(загнуть безымянные пальцы)
(загнуть мизинцы)*

«Кто приехал?»

Кто приехал?	<i>Хлопать кончиками пальцев.</i>
Мы, мы, мы.	
Мама, мама, это ты?	<i>Хлопать кончиками больших и указательных пальцев.</i>
Да, да, да.	
Папа, папа, это ты?	<i>Большие и средние пальцы.</i>
Да, да, да.	
Братец, братец, это ты?	<i>Большие и безымянные пальцы.</i>
Да, да, да.	
Ах, сестричка, это ты?	<i>Большие пальцы и мизинцы.</i>
Да, да, да.	

«Гости».

Стала Маша гостей созывать:	<i>Вращение кистей рук к себе.</i>
И Иван приди, и Степан приди,	<i>Поочередный массаж пальцев на обеих руках.</i>
И Матвей приди, и Сергей приди,	
А Никитушка - ну, пожалуйста.	

«Моя семья».

Знаю я, что у меня	
Дома дружная семья:	
Это - мама,	<i>Поднять руку ладонью к себе и в соответствии с</i>
Это - я,	<i>текстом стиха в определенной последовательности</i>
Это - бабушка моя,	<i>пригибать пальцы, начиная с безымянного, затем</i>
Это - папа,	<i>мизинец, указательный палец, средний и большой.</i>
Это - дед.	
И у нас разлада нет.	

«Я слепил пять караваев».

Я слепил пять караваев	<i>(Растопырить пальцы на обеих руках и помахать ими перед</i>
И несу домой.	<i>грудью.)</i>
Этот — папе,	<i>(Указательным пальцем правой руки загнуть мизинец на левой</i>
	<i>руке.)</i>
Этот — маме,	<i>(Указательным пальцем правой руки загнуть безымянный палец на</i>
	<i>левой руке.)</i>
Этот — деду,	<i>(Указательным пальцем правой руки загнуть средний палец на левой</i>
	<i>руке.)</i>
Это — бабе,	<i>(Указательным пальцем правой руки загнуть указательный палец</i>
	<i>на левой руке.)</i>
Ну а этот — мой.	<i>(Указательным пальцем правой руки загнуть большой палец на</i>
	<i>левой руке.)</i>

ЧАСТИ ТЕЛА И ЛИЦА.

«Весёлый человечек».

Я – веселый человечек,
Я гуляю и пою.
Я – веселый человечек,
Очень я играть люблю.
Разотру ладошки сильно,
Каждый пальчик покручу,
Поздороваясь с ним сильно
И вытягивать начну.
Руки я затем помою,
Пальчик к пальчику сложу,
На замочек их закрою
И тепло поберегу.

Указательные и средние пальчики обеих рук «шагают» по столу.

Растирают ладони.

Охватывают каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланги.

Потирают ладони.

Складывают пальцы в замок.

«Дружные пальчики».

Эти пальчики щипают,
Эти пальчики гуляют,
Эти - любят поболтать,
Эти - тихо подремать,
А большой с мизинцем братцем
Могут чисто умыться.

Большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки (или мамину ладонь).

Указательный и средний "идут" по другой руке.

Средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга (шурша).

Безымянный и мизинец прижимаем к ладони.

Крутим большим пальцем вокруг мизинца.

ОСЕНЬ.

«Дождик».

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышел дождик погулять.
Шел неспешно, по привычке,
А куда ему спешить?
Вдруг читает на табличке:
«По газону не ходить!»
Дождь вздохнул тихонько:
- Ох!
И ушел. Газон засох.

Удары по столу пальчиками обеих рук: левая начинает с мизинца, правая – с большого пальца

Беспорядочные удары по столу пальцами обеих рук

Шагают средним и указательным пальцами обеих рук по столу

Ритмично ударяют то ладонями, то кулачками по столу

Часто и ритмично бьют в ладоши

Один хлопок

Ритмичные удары по столу

«Осень».

Ветер по лесу летал,
Ветер листики считал:
Вот дубовый,
Вот кленовый,
Вот рябиновый резной,
Вот с берёзки – золотой,
Вот последний лист с осинки
Ветер бросил на тропинку.

(плавные волнообразные движения ладонями)

(загибают по одному пальчику на обеих руках)

(спокойно укладывают ладони на стол)

«Осень, осень».

Осень, осень
Приходи!
Осень, осень
Погляди!
Листья жёлтые кружатся,
Тихо на землю ложатся.
Солнце нас уже не греет,
Ветер дует всё сильнее,
К югу полетели птицы,
Дождик к нам в окно стучится.
Шапки, куртки надеваем
И ботинки обуваем.
Знаем месяцы:
Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь.

*Трём ладошки друг о друга
Зажимаем кулаки по очереди
Трём ладошки друг о друга
Ладони на щёки
Плавное движение ладонями
Ладони гладят по коленям
Сжимаем и разжимаем кулаки по очереди
Синхронно наклоняем руки в стороны
«птица» из двух скрещенных рук
Барабанить пальцами то одной, то другой ладони
имитируем
Топаем ногами
Ладони стучат по коленям
Кулак, ребро, ладонь.*

«Осенние листочки».

1, 2, 3, 4, 5,
Будем листья собирать.
Листья берёзы, листья рябины,
Листья тополя, листья осины,
Листья дуба мы соберём.
Маме осенний букет принесём.

*Дети загибают пальцы, начиная с большого
Сжимают и разжимают пальцы.
Загибают пальцы, начиная с большого
«Идут» средним и указательным пальцами*

Снова осень наступает.

Касаться стола подушечками пальцев правой руки, начиная с большого.

И доследующей весны

Касаться стола подушечками пальцев левой руки, начиная с большого.

В птичьих стаях улетают

Касаться стола подушечками пальцев обеих рук, начиная с большого.

Ласточки, скворцы, грачи,
Лебеди и журавли.

Загибать пальцы на обеих руках по одному.

Если листья пожелтели,

Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими, начиная с мизинцев.

Дождь холодный
моросит,

Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших.

Птицы к югу полетели,
Значит, осень к нам
спешит.

*Круговые движения кистями, «солнце».
«Домик».*

«Поздняя осень».

Солнышко греет уже еле-еле;

Поочерёдно соединяют, начиная с больших пальцы обеих рук (на каждую примету).

Перелётные птицы на юг улетели;

Голы деревья, пустынные поля,

Первым снежком принакрылась
земля.

Река покрывается льдом в ноябре – Руки сжимают в замок.

Поздняя осень стоит на дворе.

Разводят руками перед собой.

ОВОЩИ.

«Овощи».

У Лариски –
Две редиски.
У Алёшки –
Две картошки.
У Серёжки сорванца –

Два зелёных огурца.
А у Вовки –
Две морковки.
Да ещё у Петьки –
Две хвостатых редьки.

«Хозяйка однажды с базара пришла».

Хозяйка однажды с базара пришла,
Хозяйка с базара домой принесла:
Картошку, капусту, морковку,
Горох, петрушку и свеклу.
Ох!
Вот овощи спор завели на столе –
Кто лучше, вкусней и нужней
на земле.
Картошка? Капуста? Морковка?
Горох? Петрушка? И свекла?
Ох!
Хозяйка тем временем ножик взяла
И ножиком этим крошить начала
Картошку, капусту, морковку,
Горох, петрушку и свеклу.
Ох!
Накрытые крышкой, в душном
горшке
Кипели, кипели в крутом кипятке
Картошка, капуста, морковка,
Горох, петрушка и свекла.
Ох!
И суп овощной оказался не плох.

«Шагаем» пальчиками.

На каждое название загибаем пальчик.

Хлопок в ладоши.

*Сжимаем в кулаки и разжимают пальцы
на обеих руках.*

На каждое название загибаем пальчик.

Хлопок в ладоши.

*Раскрытой ладонью, поставленной на ребро,
делаем режущие движения по раскрытой
ладони другой руки*

На каждое название загибаем пальчик.

Хлопок в ладоши.

*Накрываем раскрытой ладонью другую руку,
сжатую в кулак - в ритм стихотворения меняют
руки*

На каждое название загибаем пальчик.

Хлопок в ладоши.

Гладим себя ладошкой по животу.

«Огород».

*Массаж фаланг пальцев (на каждую строчку – разминание фаланги одного пальца;
направление массажных движений – от ногтевой фаланги к основанию пальца)*

Вырос у нас чеснок,	<i>указательный</i>
Перец, томат, кабачок,	<i>средний</i>
Тыква, капуста, картошка,	<i>безымянный</i>
Лук и немножко горошка.	<i>мизинец</i>
Овощи мы собирали,	<i>мизинец</i>
Ими друзей угощали,	<i>безымянный</i>
Квасили, ели, солили,	<i>средний</i>
С дачи домой увозили.	<i>Указательный</i>
Прощай же на год,	<i>большой палец левой руки</i>
Наш друг – огород!	<i>Большой палец правой руки</i>

ФРУКТЫ.

«Апельсин».

Мы делили апельсин.	<i>(дети разламывают воображаемый апельсин на дольки)</i>
Много нас,	<i>(показывают 10 пальцев)</i>
А он один.	<i>(показывают 1 палец)</i>
Эта долька – для ежа.	
Эта долька – для стрижа.	
Эта долька – для утят.	<i>(загибают по одному пальчику на каждую строчку)</i>
Эта долька – для котят.	
Эта долька – для бобра.	
А для волка – кожура.	<i>(бросательные движения правой рукой)</i>
Он сердит на нас – беда!!!	<i>(сжимают кулаки и прижимают их к груди)</i>
Разбегайтесь – кто куда!!!	<i>(«бегут» пальцами по столу)</i>

«Друзья – садоводы».

Палец толстый и большой	<i>(Ладонка собрана в «кулачок». Отгибаем большой пальчик, выпрямляем его, затем сгибаем наполовину. Снова сгибаем и так несколько раз)</i>
В сад за сливами пошёл.	
Указательный с порога	<i>(Отгибаем указательный пальчик, далее «сгибаем-разгибаем»)</i>
Указал ему дорогу.	
Средний палец самый меткий,	<i>(Отгибаем средний пальчик, «сгибаем-разгибаем» его. При этом нужно стараться не сгибать указательный и большой пальцы)</i>
Он сбивает сливы с ветки.	
Безымянный подбирает,	<i>(Отгибаем также безымянный, постараться не шевелить предыдущими пальчиками)</i>
А мизинчик-господинчик	<i>(Отгибаем мизинчик)</i>
В землю косточки бросает!	

«На базаре».

На базар ходили мы,	<i>Соединение пальцев подушечками, начиная с мизинцев, по одной паре пальцев на каждую стихотворную строчку; При этом ладони не соприкасаются.</i>
Много груш там и хурмы,	<i>-мизинцы</i>
Есть лимоны, апельсины,	<i>-безымянные</i>
Дыни, сливы,	<i>-средние</i>
мандарины,	<i>-указательные</i>
Но купили мы арбуз –	<i>-большие</i>
Это самый вкусный груз!	<i>-пальцы сжимаются в кулак, а большой отводится вверх</i>

«Компот».

Будем мы варить компот,

Фруктов нужно много вот:

Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить.

Отожмем лимонный сок,

Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот.

Угостим честной народ.

Левую ладошку держат «ковшиком», пальцем правой руки мешают.

Загибают пальчики по одному, начиная с большого.

Опять варят и мешают.

«Фрукты».

На базар ходили мы,

Много груш там и хурмы,

Есть лимоны, апельсины,

Дыни, сливы, мандарины,

Но купили мы арбуз –

Это самый вкусный груз!

Мизинцы

Безымянные

Средние

Указательные

Большие

Пальцы сжимаются в кулак, а большой отводится вверх

«Фруктовая ладошка».

Этот пальчик - апельсин,

Он, конечно, не один,

Этот пальчик – слива,

Вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос,

Высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша,

Просит: «Ну-ка, скушай!»

Этот пальчик – ананас,

Фрукт для вас и для нас.

Поочерёдно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.

Показывают ладошками вокруг и на себя.

«Яблонька».

У дороги яблонька стоит,

На ветке яблочко висит.

Сильно ветку я потряс,

Вот и яблочко у нас.

В сладко яблочко вопьюсь,

Ах, какой приятный вкус.

Руки сплести над головой, пальцы разжаты.

Сложить запястья вместе.

Руки над головой, движения вперед-назад.

Ладони перед грудью, имитируют, что держат яблоко.

Соединить запястья, ладони развести.

«Яблочко» (русская народная потешка).

Катилось яблочко по огороду

И упало прямо в воду –

Бульк!

Сложите руку в кулак и покрутите кулаком.

Уроните руку вниз.

ГРИБЫ.

«Грибы».

Массаж (или самомассаж) подушечек пальцев (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечки одного пальца).

Вылезли на кочке	- мизинец
Мелкие грибочки:	- безымянный
Грузди и горькушки,	- средний
Рыжики, волнушки.	- указательный
Даже маленький пенек	- большой
Удивленья скрыть не мог.	- большой
Выросли опята,	- указательный
Скользкие маслята,	- средний
Бледные поганки	- безымянный
Встали на полянке.	- мизинец

Топ – топ – пять шагов,
В туесочке пять грибов.
Мухомор красный –
Гриб опасный.
А второй – лисичка,
Рыжая косичка.
Третий гриб – волнушка,
Розовое ушко.
А четвертый гриб – сморчок,
Бородатый старичок.
Пятый гриб – белый,
Ешь его смело!

*Дети «шагают» пальчиками по столу.
Переплести пальцы обеих рук – туесочек, большие
пальцы – ручка; показали пять пальцев правой руки.*

*На каждое двустопное дети загибают по одному
пальчику, начиная с большого.*

Я корзину в лес беру,
Там грибы я соберу.
Удивляется мой друг:
«Сколько здесь грибов вокруг!»
Подосиновик, маслёнок,
Подберёзовик, опёнок,
Боровик, лисичка, груздь –
Не играют в прятки пусть!
Рыжики, волнушки
Найду я на опушке,
Возвращаюсь я домой,
Все грибы несу с собой.
А мухомор не понесу,
Пусть останется в лесу!

*Указывают на себя, делают ладошки «корзинкой»
Разводят ладошки в стороны и снова соединяют.
Показывают удивление, поднимая плечи вверх.
Разводят руки в стороны.
Поочередно сгибают пальчики на обеих руках, начиная с
мизинца правой руки.*

Большой палец левой руки оставляют, грозят им.

ЯГОДЫ.

«За ягодами».

Раз, два, три, четыре, пять,	<i>(пальчики обеих рук «здороваются», начиная с больших)</i>
В лес идём мы погулять.	<i>(обе руки «идут» указательными и средними пальцами по столу)</i>
За черникой,	
За малиной,	
За брусникой,	
За калиной.	<i>(загибают пальчики, начиная с большого)</i>
Землянику мы найдём	
И братишке отнесём.	

«Ягоды».

Ягоды – это крыжовник,	<i>Указательным пальцем одной руки пересчитывают, сгибая пальцы на другой руке.</i>
Клюква, черника, брусника,	
Малина, клубника,	
шиповник,	
Смородина и земляника.	
Запомнил ягоды я наконец.	<i>Поднимают плечи, удивляются.</i>
Что это значит?	
Я – молодец!	<i>Большой палец вытягивают вперёд.</i>

Здравствуй, полянка большая!	
Здравствуй, трава – мурава!	
Здравствуй, ягодка лесная!	<i>Пальцы правой руки по очереди здороваются с пальцами левой, похлопывая друг друга кончиками.</i>
Ты поспела и вкусна.	
Мы корзиночку несём –	
Всю тебя мы соберём.	

ДЕРЕВЬЯ.

«Листья».

Ветер по лесу летал,	<i>Плавные, волнообразные движения ладонями.</i>
Ветер листики считал:	
Вот дубовый,	
Вот кленовый,	
Вот рябиновый резной,	<i>Загибают по одному пальчику на обеих руках.</i>
Вот с березки – золотой,	
Вот последний лист с осинки	
Ветер бросил на тропинку.	<i>Спокойно укладывают ладони на стол.</i>

ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ.

Бублик	<i>Большой и указательный пальцы образуют круг.</i>
Баранку,	<i>Большой и средний пальцы образуют круг.</i>
Батон	<i>Большой и безымянный пальцы образуют круг.</i>
И буханку	<i>Большой и мизинец образуют круг.</i>
Пекарь из теста	<i>Имитация лепки хлеба.</i>
Испёк спозаранку.	

«Буренушка».

Дай молока, Буренушка,	<i>Показывают, как доят корову.</i>
Хоть капельку — на донышке.	
Ждут меня котятки.	<i>Делают «мордочки» из пальчиков.</i>
Малые ребятки.	
Дай им сливок ложечку,	<i>Загибают по одному пальчику на руках, начиная с мизинцев, на каждое название молочного продукта</i>
Творогу немножечко,	
Масла, простоквашки,	
Молока для каши.	
Всем дает здоровье	<i>Снова «доют».</i>
Молоко коровье.	

В сахарницу сахар насыпаем,	<i>Сгибать одновременно большие пальцы обеих рук.</i>
Хлеб и булку в хлебницу кладем.	<i>Сгибать одновременно указательные и средние пальцы рук.</i>
Молоко в молочник наливаем,	<i>Сгибать одновременно безымянные пальцы рук.</i>
А в солонку соли наберем.	<i>Сгибать одновременно мизинцы</i>

«Засолка капусты».

Мы капусту рубим,	<i>Движения прямыми кистями вверх-вниз.</i>
Мы морковку трем,	<i>Пальцы обеих рук сжаты в кулачки, движения кулаков к себе и от себя.</i>
Мы капусту солим,	<i>Имитировать посыпание солью из щепотки.</i>
Мы капусту жмём, жмём.	<i>Сжимать и разжимать пальцы.</i>

«Каша».

Каша в поле росла,	<i>(дети подняли руки, шевелят пальчиками)</i>
К нам в тарелку пришла.	<i>(«идут пальчиками по столу»)</i>
Всех друзей угостим,	<i>(в правой ладошке «мешают» указательным пальцем левой руки)</i>
По тарелке дадим.	
Птичке-невеличке,	
Зайцу и лисичке,	<i>(загибают по одному пальчику на обеих руках)</i>
Кошке и матрёшке,	
Всем дадим по ложке!	<i>(разжимают кулачки)</i>

«Машина каша».

Маша каши наварила,
Маша кашей всех кормила.
Положила Маша кашу.
Кошке – в чашку,
Жучке – в плошку,
А коту – в большую ложку.
В миску курицам, цыплятам
И в корытце поросётам.
Всю посуду заняла,
Всё до крошки раздала.

(сгибают и разгибают кулачки)

(загибают по одному пальчику)

(сгибают и разгибают кулачки)

«Месим тесто».

Тесто мнем, мнем, мнем!

руками имитируем процесс вымешивания теста

Тесто жмем, жмем, жмем!

*очень энергично сжимаем и разжимаем руки в кулачки
(одновременно и поочередно)*

Пироги мы испечем.

руками совершаем движения, как будто лепим снежки

«Пельмени».

Мясорубку покручу,
Фарш мясной я получу.
Отделяю фарша горстку,
На кружок кладу я горку.
Я края соединяю,
Пальчиками их сжимаю.

«Отличные пшеничные» (из шведской народной поэзии).

Мы печём пшеничные
Пироги отличные.
Кто придёт к нам пробовать
Пироги пшеничные?
Мама, папа, брат, сестра,
Пёс лохматый со двора.
И другие, все, кто может,
Пусть приходят с ними тоже.
Тесто замесили мы,
Сахар не забыли мы,
Пироги пшеничные
В печку посадили мы.
Печка весело горит,
Наша мама говорит:
- Крошки, что останутся,
Воробью достанутся.

*Одну ладонь кладём на другую, потом наоборот –
лепим пирожки.*

Две ладони рядом, изображаем поднос с пирожками.

По очереди загибаем пальцы, начиная с большого.

*Машем ладонями по направлению к себе – зазываем в
гости.*

Изображаем руками, как месят тесто.

Сыпем «сахар» щепоткой.

*Воображаемый пирог обхватили рукам и ставим в
печку – движение вперёд.*

*Изображаем, как воробей клюёт крошки –
указательным пальцем одной руки с ладони другой руки.*

«Пирог».

Падал снег на пирог.
Кот слепил себе пирог.
А пока лепил и пёк,
Ручейком пирог утёк.
Пирожки себе пеки
Не из снега – из муки.

(дети два раза медленно опускают ладони на стол)
(прижимая ладонь к ладони, показывают, как лепят
пирог)
(«бегут» пальчиками обеих рук по столу)
(опять показывают, как пекут пирог)

«Пирог».

Пеку, пеку пироги
Оладушки румяные,
С маслицем, сметаной

Круговые растирающие движения одной ладони по другой.

«Салат».

Мы морковку чистим-
чистим,
Мы морковку трём-трём,
Сахарком её посыплем
И сметанкою польём.
Вот какой у нас салат,
Витаминами богат!

Энергично проводят кулачком правой руки по ладони левой.

Прижимают кулачки к груди и делают ими резкие движения вперёд-назад.

«Посыпают сахарком», мелко перебирая пальчиками.

Кулачком делают движения сверху вниз, как бы поливая.

Протягивают ладони вперёд.

Поглаживают ладошкой живот.

Пошел котик на торжок,
Купил котик пирожок.
Пошел котик на улочку,
Купил котик булочку.
Самому ли съесть
Или зайке снести?
Я и сам укушу,
Да и зайньке снесу.

«Хлеб».

Муку в тесто замесили,
А из теста мы слепили:
Пирожки и плюшки,
Сдобные ватрушки,
Булочки и калачи –
Всё мы испечём в печи.
Очень вкусно!

Сжимают и разжимают кулачки.
Прихлопывают ладошками, «лепят».
Поочерёдно разгибают пальчики обеих рук, начиная с мизинца.

Обе ладошки разворачивают вверх
Гладят живот.

ПОСУДА.

1, 2, 3, 4,	<i>Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.</i>
Мы посуду перемыли	<i>Одна ладонь скользит по другой по кругу.</i>
Чайник, чашку, ковшик, ложку	<i>Загибают пальчики по одному, начиная с большого.</i>
И большую поварешку.	
Мы посуду перемыли,	<i>Одна ладонь скользит по другой.</i>
Только чашку мы разбили,	<i>Загибают пальчики, начиная с большого.</i>
Ковшик тоже развалился,	
Нос у чайника разбился,	
Ложку мы чуть-чуть сломали -	
Так мы няне помогали.	<i>Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.</i>

«Горшок».

Под крышкой -	<i>Сомкнуть пальцы, ладонь повернуть вниз.</i>
Маленький горшок,	<i>Прижать к ладони кулак другой руки. Большой палец внутри.</i>
Открыли крышку -	<i>Поворачиваем «крышку» ладонью вверх.</i>
Мышка - скок!	<i>Резко поднимаем большой палец.</i>

Девочка Иринка порядок наводила.	<i>Поочередно соединяют большой палец с остальными.</i>
----------------------------------	---

Девочка Иринка кукле говорила:
«Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в маслёнке,
Хлебушек должен быть в хлебнице,
А соль? Ну, конечно, в солонке!

«Посуда».

Из тарелок, как один,	<i>Ладони вместе перед собой «тарелка»</i>
Суп мы ложками едим.	<i>Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой</i>
Вилкой кушаем котлеты,	<i>Указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку».</i>
Ножик режет нам омлеты.	<i>«Режем» прямой ладонью взад-вперёд.</i>

Мы в новом магазине посуду покупали:	<i>Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы в стороны и соединять.</i>
Тарелки, блюда, чашки	
На полках выбирали.	<i>Поднимать поочередно пальцы правой руки</i>
Красивую кастрюлю, молочник и	
Солонку,	
Набор ножей и вилок,	<i>Поднимать поочередно пальцы левой руки.</i>
Шумовку и масленку.	

«Чайник».

Привет, я – чайник	<i>(показываем руками толщину)</i>
Большой и толстый	
Вот моя ручка,	<i>(руку вбок)</i>
А вот мой носик	<i>(другую руку вверх и в сторону)</i>
Если буду кипеть,	<i>(хлопаем рукой на макушке)</i>
Я буду свистеть	<i>(изображаем свист)</i>
С печки меня возьмешь,	<i>(наклоняемся в сторону, где рука-ручка)</i>
Чаю себе нальёшь.	<i>(наклон в сторону, где рука-носик)</i>

ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ.

«Барашки».

Захотели утром рано	
Пободаться два барана.	
Выставив рога свои,	<i>Ладони обеих рук опущены вниз. Локти разведены в разные стороны. Указательные пальцы и мизинцы обеих рук согнуты колючком и выдаются вперед, изображая рога барашков. Остальные пальцы прижаты к ладоням.</i>
Бой затеяли они.	
Долго так они бодались,	
Друг за друга все цеплялись.	<i>Бодаться рогами, слегка ударяя согнутыми указательным пальцем и мизинцем одной руки об указательный палец и мизинец другой руки</i>
Но к обеду, вдруг устав,	
Разошлись, рога подняв.	

«Два козлика».

<i>На обеих ручках прижимаем большими пальцами средние и безымянные.</i>	
Как-то раз к кому-то в гости	
Шёл козлёнок через мостик,	<i>Держим кисти горизонтально, сближаем руки.</i>
А навстречу шёл другой,	
Возвращался он домой.	<i>На первый слог каждой строчки соединяем руки с размаха.</i>
Два рогатых глупых братца	
Стали на мосту бодаться,	
Не желая уступить	
И другого пропустить.	
Долго козлики сражались,	
Разбегались и толкались.	
Вот с разбега лбами - бух!	<i>На слово «бух» - хлопаем в ладоши.</i>
И с моста в водичку - плюх!	<i>Роняем руки на колени.</i>

Довольна корова своими телятами,	<i>Показывают поочерёдно пальцы сначала на одной, затем на другой руке, начиная с больших</i>
Овечка довольна своими ягнятами,	
Кошка довольна своими котятами,	
Кем же довольна свинья?	
Поросятами!	
Довольна коза своими козлятами,	
А я довольна своими ребятами!	<i>Показывают на себя и разводят ладони в стороны.</i>

«Котята».

*Ладони складываем, пальцы прижимаем друг к другу. Локти опираются о стол.
У кошечки нашей есть десять котят, Покачиваем руками, не разъединяя их.
Сейчас все котята по парам стоят:*

*Два толстых, два ловких,
Два длинных, два хитрых,
Два маленьких самых
И самых красивых.*

Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).

«Кошки».

1-2-3-4!

В нашем доме кошки жили.

Кошки с мячиком играли,

Кошки молоко лакали,

*Кошки коготки точили,
Мышек сереньких ловили.*

*Скользкие удары ладонями друг о друга («тарелочки»)
Поочередно выдвигают вперед то одну руку, то другую («лапки»).*

Соединяют пальцы рук («мячик»).

Подносят ладони «блюдечки» к лицу и языком имитируют лакание.

Сжимают и разжимают пальцы.

«Поросята».

Пальцы рук растопырены; поочередно «идём» по столу или коленочкам каждым из пальчиков.

Этот толстый поросёнок целый день хвостом вилял,

Этот толстый поросёнок спинку об забор чесал.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю.

Этот толстый поросёнок носом землю ковырял,

Этот толстый поросёнок что-то сам нарисовал.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю

Этот толстый поросёнок - лежебока и нахал,

Захотел спать в серединке и всех братьев растолкал.

Мизинцы.

Безымянные.

«Фонарики».

Сжимаем и разжимаем кулачки.

Средние.

Указательные.

Сжимаем и разжимаем кулачки.

Большие.

Руку сжимаем в кулак, большой палец зажимаем внутрь.

Я в деревне отдыхаю,

Всех зверей домашних знаю:

Кролик, лошадь и коза,

Кот, корова и свинья.

*А еще баран с овцой,
Да верный пес -*

Помощник мой.

Руки на столе ладонями вниз. Разводить и соединять пальцы правой руки.

Разводить и соединять пальцы левой руки.

Называя животное, поднимать и удерживать на весу каждый палец правой руки, начиная с большого.

Поднимать и удерживать на весу оставшиеся пальцы правой руки, а затем левой, начиная с большого.

Поднимать и удерживать на весу каждый палец левой руки.

Большой палец правой руки поднять вверх, указательный согнуть, остальные вытянуть вперед и прижать друг к другу – «собака»

«Коза».

У козы торчат рога,
Может забодать она.

(внутренняя сторона ладони опущена вниз, указательный палец и мизинец выставлены вперёд, средний палец и безымянный палец прижаты к ладони и охвачены большим пальцем)

ДОМАШНИЕ ПТИЦЫ.

«Домашние птицы».

Во дворе стоит забор,
За забором птичий двор.

Руки на столе: правая – ладонью вниз, левая – сжата в кулак; поочередно меняем положение рук.

Тут галдеж и суета
Начинается с утра:
Кукарекают, гогочут,
Громко кричат,
болбочут

Ударяем правой рукой, сжатой в кулак, в ладошку левой руки, затем меняем положение. Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.

Гуси, утки, индюки,
Курицы и петухи.

Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших.

«Индюк».

Индюк из города идет,
Игрушку новую везет.
Игрушка не простая,
Игрушка расписная.

Пальчики обеих рук «идут» по столу.

«Пять утят».

Одна из рук – «мама утка» - стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы сложены щепоткой. Вторая рука - утята. Выполняем волнообразные движения по направлению к «утке».

Пять утят плывут вперёд,
На берегу их мама ждёт,
Но только четверо утят
Вернулись к мамочке назад.
Четверо утят плывут...

Количество разогнутых пальцев соответствует количеству утят (постепенно пальцы загибаются).

Трое утят плывут...
Двое утят плывут...
Вот один плывёт вперёд,
На берегу его мама ждёт,
И сразу пятеро утят
Вернулись к мамочке назад.

На слова «На берегу их мама ждёт» «киваем» кистью руки («мамой-уткой»).

Показывают пальчики, играя ими.

Раз, два, три, четыре, пять -

Будем вещи мы стирать:

Платье, брюки и носочки,
Юбку, кофточку, платочки,
Шарф и шапку не забудем,
Их стирать мы тоже будем.

Последовательно соединяем одноименные пальцы обеих рук, начиная с больших.

Пальцы обеих рук сжаты в кулак, движения кулаков к себе и от себя.

Последовательно соединяем пальцы правой руки с большим.

Последовательно соединяем пальцы левой руки с большим.

Последовательно соединяем пальцы правой руки с большим.

Пальцы обеих рук сжаты в кулак, движения кулаков к себе и от себя.

«Одежда».

Я надену сапоги,
Курточку и шапку.

И на руку каждую

Натяну перчатку.

Показываем на ноги, туловище, голову.

Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая – проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток

Смена рук

Маша варежку надела:
«Ой, куда я пальчик дела?
Нету пальчика, пропал,
В свой домишко не попал».
Маша варежку сняла:
«Поглядите – ка, нашла!
Ищешь, ищешь и найдёшь,
Здравствуй, пальчик, как
живёшь?»

Сжать пальцы в кулачок.

Все пальцы разжать, кроме большого.

Разогнуть большой палец.

Сжать пальцы в кулачок, отделить большой палец.

«Перчатка».

Весёлая мышка
Перчатку нашла,
Гнездо в ней устроив,

Мышат позвала.
Им корочку хлеба
Дала покусать,
Погладила всех

И отправила спать.

Раскрываем ладошку, пальцы растопырены (перчатка).

Поворачиваем руки то ладонью, то тыльной стороной вверх.

Складываем ладоши "ковшом"

Сгибаем - разгибаем пальцы («зовущий» жест).

Кончиком большого пальца поочередно стучим по кончикам остальных пальчиков.

Большим пальцем гладим остальные (скользящим движением от мизинца к указательному).

Ладони прижимаем друг к другу, кладем под щеку (спим).

ОБУВЬ.

«Ботинки».

Всюду, всюду мы вдвоем	
Неразлучные идем.	<i>Средний и указательный пальчики «шагают» по столу.</i>
Мы гуляем по лугам,	
По зеленым берегам,	
Вниз по лестнице сбегали,	<i>Дети загибают по одному пальчику, начиная с большого.</i>
Вдоль по улице шагали,	
После лезем под кровать	
Будем там тихонько спать.	<i>Укладывают ладони на стол.</i>

«Новые кроссовки».

Как у нашей кошки	
На ногах сапожки,	
Как у нашей свинки	
На ногах ботинки.	
А у пса на лапках	<i>Загибать пальчики, начиная с большого.</i>
Голубые тапки.	
А козленок маленький	
Обувает валенки.	
А сыночек Вовка –	
Новые кроссовки.	
Вот так. Вот так.	
Новые кроссовки.	<i>«Шагать» по столу средним и указательным пальцами обеих рук.</i>

«Обувь».

Посчитаем в первый раз,	<i>(попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу)</i>
Сколько обуви у нас.	
Туфли, тапочки, сапожки	
Для Наташки и Серёжки,	<i>(на каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого)</i>
Да ещё ботинки	
Для нашей Валентинки,	
А вот эти валенки	
Для малышки Галеньки.	

ЗИМА. ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ.

«Зима».

Ветер холодный	<i>Последовательно соединять пальцы правой руки с большим.</i>
Пригнал облака,	
И затянулось все небо с утра.	<i>Последовательно соединять пальцы левой руки с большим.</i>
Лужи замерзли,	<i>Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.</i>
Притихла земля,	
Лег первый снег...	
Наступила зима!	<i>Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.</i>

Зимой холодной, посмотри,
Вновь появились снегири.
А сними свиристели
К нам в гости прилетели.
Ветер холодный
пригнал облака,
И затянулось все
небо с утра.
Лужи замерзли,
притихла земля....
Пошел первый снег,
наступила зима!

Соединять последовательно пальцы обеих рук, начиная с больших.

Соединять пальцы обеих рук, начиная с мизинцев.

Последовательно соединять пальцы правой руки с большим.

Последовательно соединять пальцы левой руки с большим.

Последовательно соединять пальцы правой руки с большим.

Последовательно соединять пальцы левой руки с большим.

Раз, два, три, четыре,
Мы с тобой снежок слепили.
Круглый, крепкий,
Очень гладкий
И совсем – совсем не сладкий.
Раз – подбросим.
Два – поймаем.
Три – уроним
И... ломаем.

Загибают пальчики, начиная с большого.

«Лепят», меняя положение ладоней.

Показывают круг, сжимают ладони вместе, глядят одной ладонью другую.

Грозят пальчиком.

Смотрят вверх, подбрасывая воображаемый снежок.

Приседают, ловят воображаемый снежок.

Встают, роняют воображаемый снежок.

Топают.

«Кто спит зимой?»

Медведь в берлоге крепко спит,
Всю зиму до весны сопит.
Спят зимою бурндук,
Колючий ёжик и барсук.
Только зайныке не спится –
Убегает от лисицы.

Сжимают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.

Мелькает он среди кустов,
Напетлял и был таков!

Показывают большой палец, вращая им.

Соединяют большой палец правой руки с указательным пальцем левой руки и наоборот.

«Мы во двор пошли гулять».

Раз, два, три, четыре, пять,
Мы во двор пришли гулять.
Бабу снежную лепили,
Птичек крошками кормили,
С горки мы потом катались,
А ещё в снегу валялись.
Все в снегу домой пришли.
Съели суп и спать легли.

(загибают пальчики по одному)

(«идут» по столу указательными и средними пальчиками)

(«лепят» комочек двумя ладонями)

(«крошат хлебушек» всеми пальчиками)

(ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)

(кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной)

(отряхивают ладошки)

(движения воображаемой ложкой; руки под щеку)

Мы лепили снежный ком,
Ушки сделали потом.
Вместо глаз –
Угольки нашлись для нас.
Кролик вышел как живой:
И с хвостом, и с головой.
За усы не тяни –
Из соломинки они.
Длинные, блестящие,
Точно настоящие.

*Имитация лепки комочка.
Указательным и большим пальцем делаем прищепы.
Щепоть из пальчиков – угольки.*

*Имитация поглаживания кролика,
Указательные пальчики «трепещут».
Имитация движения: щепотью
тянем усики.*

Падают первые с неба снежинки, *Поднятые вверх руки медленно опустить вниз,
совершая легкие колебательные движения пальцами.*
Легкие – легкие, словно пушинки, *Соединить последовательно пальцы обеих рук, начиная
с большого.*
Медленно, плавно на землю *Соединённые вместе пальцы обеих рук поворачивать
то вверх, то вниз.*
ложаться, *Положить ладони на стол, пальцы широко развести в
стороны; легко барабанить пальцами по столу.*
Белым ковром под ногами
искрятся.

«Мастера».

Если только захотим,
Все из снега смастерим.
Лепит Коля колобок,
Лепит Таня теремок,
Лепит Света разных рыб,

Лепит Саша белый гриб.

Хлопки в ладоши.

*Имитация лепки колобка.
Соединить руки над головой.
Соединить ладони и делать ими движения
вправо-влево.*
*Одну руку сжать в кулак, второй рукой накрыть
ее как шапочкой.*

Что зимой мы
любим делать?

Разводят ладони в стороны, указывают на себя.

В снежки играть,
на лыжах бегать,

*Сжимая и разжимая ладошки, имитируют бросание снежков
вперёд; сжимают кулачки обеих рук, как будто взяли лыжные палки
в руки и имитируют езду на лыжах.*

На коньках по
льду кататься,
Вниз с горы на
санках мчаться.

*Ладонями с плотно прижатыми пальцами выполняют поочередные
движения вперёд-назад то правой, то левой рукой.*

Волнообразные движения ладонями вверх-вниз перед собой.

НОВЫЙ ГОД.

«Ёлочка».

Перед нами ёлочка	<i>(пальцы рук переплетены, из больших пальцев – верхушка «ёлочки»)</i>
Шишечки, иголки.	<i>(кулачки; указательные пальчики выставлены)</i>
Шарики, фонарики,	<i>(«шарики» из пальцев вверх, вниз)</i>
Зайчики и свечки,	<i>(«ушки» из указательного и среднего пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты)</i>
Звёзды, человечки.	<i>(ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный пальцы стоят на столе)</i>

«Ёлка».

Раз, два, три, четыре, пять -	<i>Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших</i>
Будем ёлку украшать:	<i>Переплести пальцы рук, показать «ёлку».</i>
Бусы, шарики, игрушки,	<i>Загибать пальцы обеих рук.</i>
Дождик, звонкие хлопушки.	<i>Пальцы сложить в щепоть, выпрямить пальцы, затем снова сложить в щепоть.</i>
Миллион на ней огней -	<i>Хлопнуть в ладоши, затем вытянуть руки вперед ладонями вверх.</i>
Можно приглашать гостей.	

«На ёлке».

Мы на ёлке веселились,	<i>(ритмичные хлопки в ладоши)</i>
И плясали и резвились.	<i>(ритмичные удары кулачками)</i>
После добрый Дед Мороз	<i>(дети «шагают» средним и указательным пальцами</i>
Нам подарки преподнёс.	<i>обеих рук по столу)</i>
Дал большущие пакеты,	<i>(«рисуют» руками большой круг)</i>
В них же – вкусные предметы:	<i>(ритмичные хлопки в ладоши)</i>
Конфеты в бумажках синих,	
Орешки рядом с ними,	<i>(загибают на обеих руках пальчики, начиная с</i>
Груша,	<i>большого)</i>
Яблоко, один	
Золотистый мандарин.	

Ждали праздника мы долго.	<i>Трём ладошку о ладошку.</i>
Наконец пришла зима.	<i>Сжать кулаки, прижать их друг к другу.</i>
Наконец пришла зима	<i>Пальцы «идут» по столу, по коленкам.</i>
В гости ёлку привела.	<i>Пальцы показывают Ёлочку,</i>
К ёлке все мы подошли,	<i>указательные пальцы сцепляются</i>
Хороводы завели.	
Покружились, поплясали,	<i>Круговые движения кистями рук.</i>
Даже чуточку устали.	<i>Кисти рук опустить, расслабить.</i>
Дед Мороз скорей приди,	<i>Ладони прижать друг к другу,</i>
Нам подарки принеси.	<i>потом протянуть вперёд.</i>

«Подарки».

Дед Мороз принёс подарки:
Буквари, альбомы, марки,
Кукол, мишек и машины,
Попугая и пингвина,
Шоколадок полмешка
И пушистого щенка!

(шагают пальчиками по столу)

*(на каждое название подарка загибают по
одному пальчику сначала на правой, потом на
левой руке)*

Утром дети удивились,
Что за чудеса случились
Этой ночью новогодней.
Ожидали, что угодно,
А увидели парад:
В ряд снеговики стоят,
Глазки весело горят,
А перед ними ёлочка
Пушистая, в иголочках.

(разводят руки в стороны, подняв плечи)

(сжимают и разжимают пальцы)

*(руками рисуют в воздухе три круга)
(закрывают и открывают ладонями глаза)
(хлопают в ладоши)*

ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА.

Раз, два, три, четыре, пять,

*Соединять одноименные пальцы рук, начиная с
больших*

К нам зима пришла опять.

*Указательный и средний пальцы «шагают» по
столу*

Любим забавы холодной поры:

Сжимать – разжимать пальцы в кулаки

Весело мчимся с высокой горы,

Ходим на лыжах, на санках летим

И в белоснежных коньках мы скользим,

Загибаем пальцы обеих рук, начиная с больших.

Лепим все дружно снеговика.

Не уходила б зима никогда!

Хлопают в ладоши.

ВРЕМЕНА ГОДА.

Круглый год

Круглый год, круглый год!

*Сжимают в кулачок пальцы правой руки и вращают
большим пальцем.*

За зимой весна идёт,

*Поочерёдно соединяют большой палец с остальными (на
каждое время года).*

А за весной следом

Торопится к нам лето.

И у кого не спросим –

Идёт за летом осень.

И за осенью сама

Вновь идёт, спешит зима.

Повторяют другой рукой.

ДНИ НЕДЕЛИ.

«Дни недели».

Изучаем дни недели

- хлопаем в ладоши

Их известно ровно семь
Пять рабочих, два других

- демонстрируем 5 пальчиков одной руки, и 2 другой
- 5 пальцев одной руки сжимаем-разжимаем, затем 2 пальца другой руки

Начинаем называть -
Станем пальцы загибать:
Понедельник, Вторник,
Среда, Четверг, Пятница.
Суббота, Воскресенье
Дни для отдыха веселья.

- пальцы обеих рук разгибаются и загибаются
- пальчики обеих рук в кулачках
- на каждый день недели, разгибаем пальцы одной руки

- разгибаем 2 пальца другой руки

ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ.

«Белочка».

Сидит белка на тележке,
Продаёт свои орешки;
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке косолапому,
Зайчье усатому.

(поочередно разгибать все пальцы, начиная с большого)

«Дикие животные».

Это зайчонок, это бельчонок,

Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.

Это лисёнок, это волчонок,

А это спешит, ковыляет спросонок

Вращают большим пальцем.

Бурый, мохнатый, смешной медвежонок.

«Есть у каждого свой дом».

У лисы в лесу глухом
Есть нора – надёжный дом.
Не страшны зимой метели
Белочке в дупле на ели.
Под кустами ёж колючий
Нагребает листья в кучу.
Из ветвей, корней, коры
Хатки делают бобры.
Спит в берлоге косолапый,
До весны сосет там лапу.
Есть у каждого свой дом,
Всем тепло, уютно в нем.

Дети загибают пальцы на обеих руках: по одному на каждое двуступище.

Удары ладонями и кулачками поочередно.

«Зайцы».

Десять серых зайцев
Дремали под кустом,
И двое вдруг сказали:
«Вон человек с ружьём».
Двое закричали:
«Давайте убежим!»,
Двое прошептали
«Давайте помолчим!»,
Двое предложили:
«Мы спрячемся в кустах!»
А двое вдруг спросили:
«Он может сделать «Бах»?»
«Бах» - выстрелил охотник,
Нажав ружья курок,
И десять серых зайцев
Пустились наутёк.

Руки лежат на столе или коленях, пальцы расслаблены.

В соответствии с текстом приподнимаем поочерёдно пару одноимённых пальцев, начиная с больших.

Хлопаем в ладоши.

Бежим пальчиками по столу или коленям.

«Кого встретили в лесу?»

Раз, два, три, четыре, пять.
Дети в лес пошли гулять.
Там живет лиса.
Там живет олень.
Там живет барсук.
Там живет медведь.

«Шагать» по столу средним и указательным пальцами обеих рук.

Рукой показать хвост за спиной.

Пальцы рук разведены в стороны.

Кулачки прижать к подбородку.

Руки опустить вниз, имитировать покачивания медведя.

ПТИЦЫ.

«Дрозд-дроздок».

Дружок ты мой, дрозд,
В крапинку хвост,
Носик – остренький,
Бочок – пёстренький,
Перья – тонкие,
Песни – звонкие.
Весной распеваются,
Зимой забываются.

(машут сложенными ладонями, как крыльями)

(загибают по одному пальчику на обеих руках, начиная с большого)

(машут сложенными ладонями, как крыльями)

«Кормушка».

Сколько птиц к кормушке нашей
Прилетело? Мы расскажем.
Две синицы, воробей,
Шесть щеглов и голубей,
Дятел в пестрых перышках.
Всем хватило зернышек.

Сжимают и разжимают кулачки.

На каждое название птицы загибают пальчики.

Сжимают и разжимают кулачки

Мы распахнём пошире дверь
И выпустим на волю голубей.
И, крыльями взмахнув легко,
Они взлетают высоко.
Вернувшись из полёта,
Воркуют друзья:
Жить без свободы птицам нельзя!

Руки скрестить на груди, потом резко развести их в стороны, ладонями вверх.
Махи руками – имитация полёта голубей.
Выполняют «птичку»: ладони повёрнуты к себе, большие пальцы выпрямлены и переплетены – головка, остальные сомкнутые пальцы – крылья. Помахать ими.

«Перелётные птицы».

Тили-тили, тили-тили –
С юга птицы прилетели!

Скрещивают большие пальцы, машут ладошками.

Прилетел к нам скворушка –

Поочерёдно сгибают пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки.

Серенькое пёрышко.

Жаворонок, соловей

Торопились: кто скорей?

Цапля, лебедь, утка, стриж,

Аист, ласточка и чиж –

Все вернулись, прилетели,

Снова, скрестив большие пальцы, машут ладошками. Указательным и большим пальцами делают клюв – «птицы поют»

Песни звонкие запели!

Прилетайте, птички!

Сала дам синичке.

Приготовлю крошки

Хлебушка немножко.

Эти крошки – голубям,

Эти крошки – воробьям.

Галки да вороны,

Ешьте макароны!

«Зовущие» движения пальцев 4раза - «режущие» движения одной ладони по другой

Пальцы щепоткой – «крошим хлеб», тереть подушечки пальцев друг о друга

Вытянуть вперёд правую руку с раскрытой ладонью

То же – левой рукой

Тереть ладонью о ладонь,

«катая из хлеба макароны»

Пять воробьёв на заборе сидели,

Один улетел, а другие запели.

И пели, пока не сморила усталость,

Один улетел, а четверо осталось.

Сидели вчетвером и немного устали,

Один улетел, а трое остались.

Сидели втроём и немного устали,

Один улетел, а двое остались.

Сидели вдвоём и снова скучали

Один улетел и остался один.

Один посидел, да и взял улетел.

Показать пять пальцев, а затем загибать их по одному.

«Птички».

Эта птичка – соловей,	<i>(Загибают пальцы на обеих руках.)</i>
Эта птичка – воробей,	
Эта птичка – совушка,	
Сонная головушка.	
Эта птичка – свиристель,	
Эта птичка – коростель.	
Эта птичка – злой орлан.	<i>(Машут сложенными накрест ладонями.)</i>
Птички, птички, по домам.	<i>(Машут обеими руками, как крыльями.)</i>

Птицы в небе тают, тают –
Птицы к югу улетают,
Все растаяли вдали:
Аист, цапли, журавли,
Лебедь, утки, соловьи,
Ласточки, грачи, скворец.
Кто запомнил – молодец!

«Синий чиж» (русская народная потешка).

По дубочку постучишь	<i>Стучим кулачком по столу.</i>
Прилетает синий чиж.	<i>Машем «крыльями».</i>
У чижа, у чиженьки	<i>Поднимаем вверх четыре пальца и делаем пальцами</i>
Хохолочек рыженький.	<i>волнообразные движения, пёрышки на хохолке</i>
	<i>«разжевываются».</i>
А на лапке маленькой	<i>Указательный палец одной руки поставить на стол и</i>
Сапожочек аленький.	<i>кончиком пальца другой руки погладить ноготь пальца,</i>
	<i>изображающего лапку.</i>
Чиж под солнышком летал	
И головкою кивал.	<i>Машем «крыльями», киваем головой.</i>

«Тетери» (русская народная потешка).

Как на нашем на лугу	<i>Разводим руки в стороны, изображая простор.</i>
Стоит чашка творогу.	<i>Ладони вместе – горстью.</i>
Прилетели две тетери,	<i>Машем пальчиками обеих рук, «слетаемся» с разных сторон в</i>
	<i>середину.</i>
Наклевались, улетели.	<i>Указательный и средний палец – клювы – тыкают в сложенную</i>
	<i>горстью вторую ладонь.</i>

«Шла кукушка».

Шла кукушка мимо рынка,	<i>(Идём по столу на выпрямленных указательном и среднем</i>
	<i>пальцах, при этом остальные пальцы поджаты.)</i>
У неё была корзинка,	<i>(Ладони соединяются «ковшом» – корзинка.)</i>
А корзинка на пол - бух!	<i>(Ударяем сомкнутыми ладонями по столу/коленям,</i>
	<i>разъединяем руки.)</i>
Полетело десять	<i>(Разводим руки в стороны, шевеля пальцами – летящие мухи.</i>
(девять, восемь) мух!	<i>Количество разогнутых пальцев соответствует тексту.)</i>

«Червячки».

Раз, два, три, четыре, пять,
Червячки пошли гулять.
Раз, два, три, четыре, пять,
Червячки пошли гулять.
Вдруг ворона подбегает,
Головой она кивает,
Каркает: «Вот и обед!»
Глядь - а червячков уж нет!

*Ладони лежат на коленях или на столе. Пальцы, сгибая, подтягиваем к себе ладонь (движение ползущей гусеницы), Идем по столу указательным и средним пальцами (остальные пальцы поджаты к ладони).
Складываем пальцы щепоткой, качаем ими вверх и вниз.
Раскрываем ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх. Сжимаем кулачки, прижимая их к груди*

ЖИВОТНЫЕ ХОЛОДНЫХ СТРАН.

«Белые медведи».

Белые медведи мороза не боятся,
Нравится им в море ледяном купаться.
Не страшны им в Арктике
Клыкастые моржи,
На рыбу и тюленей охотятся они.

*Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы правой руки в стороны и соединять.
Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы левой руки в стороны и соединять.
Поднимать пальцы правой руки по одному, начиная с большого.
Поднимать пальцы левой руки по одному, начиная с большого.*

Мальчик-с-пальчик,
где ты был?
— Я по Северу бродил.
Встретил там песца, тюленя,
Горностая и оленя,
Белого медведя встретил
И моржа я там заметил,
И кита увидел в море,
Даже чаек на просторе.
Всем подарки я дарил,
Всяк меня благодарил!

Тёпы-тяпы,
тёпы-тяпы,
Это ласты, а не
лапы.
У тюленей ласты
эти
Носят мамы,
папы, дети.

Ладоньками с плотно сомкнутыми пальчиками похлопывают по коленям или по столу (руки при этом неподвижны).

ЖИВОТНЫЕ ЖАРКИХ СТРАН.

«В жарких странах».

Если в жаркую страну
Я случайно попаду,
То увижу там шакала,
Кенгуру, гиппопотама,
Обезьяну, тигра, льва,
Крокодила и слона.
Хорошо живется им -
Не бывает снежных зим.

Сжимать – разжимать пальцы в кулаки.
Соединить все пальцы обеих рук с большими, образуя «бинокль», поднести к глазам.
Разогнуть большой и указательный пальцы правой руки.
Разогнуть средний, безымянный пальцы и мизинец правой руки.
Разогнуть большой и указательный пальцы левой руки.
Разогнуть средний, безымянный пальцы и мизинец левой руки.
Хлопнуть в ладоши, развести руки в стороны.

«Слон».

В зоопарке стоит слон,
Уши, хобот – всё при нём.
Головой своей кивает,
Будто в гости приглашает.

Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой – указательным и большим.
Шевелить средним пальцем, качать кистью.

«Ветер».

Руки стоят на столе, опираясь на локти. Кисти прижаты друг к другу основаниями, пальцы растопырены (крона пальмы).

Ветер дует, задувает,
Пальму в стороны качает.
Ветер дует, задувает,
Пальму в стороны качает
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
Чайка над водой летает
И за рыбками ныряет.
Чайка над водой летает
И за рыбками ныряет.
Под водой на глубине
Крокодил лежит на дне.
Под водой на глубине
Крокодил лежит на дне.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.

Раскачиваем руками в разные стороны, стараясь не поднимать локти.

Ладони лежат на столе, прижаты друг к другу боковыми частями. Пальцы рук согнуты, растопырены (клешни).
Шевелим ими.

Ладони соединены большими пальцами, остальные пальцы сжаты, разведены в стороны (крылья); «машем» ими в воздухе.

Ладони сомкнуты и чуть округлены; выполняем волнообразные движения.

Ладони основаниями прижаты друг к другу; пальцы согнуты (зубы).

Лёжа на тыльной стороне одной из рук, «открываем и закрываем рот» крокодила.

Перевернув руки на другую сторону, повторяем движения.

«Мартышки и книжки».

Две проказницы мартышки	<i>(Выполнять движения, соответствующие тексту)</i>
Полистать любили книжки.	
Потрясти их, полизать	
И как будто почитать.	
Ловко принялись за дело	<i>(Показать руками «очки»)</i>
И очки они надели.	
К носу книжку поднесли,	<i>(Две ладошки приблизить к лицу)</i>
Вдруг подальше отвели	<i>(Ладони отдалить от лица)</i>
Ничего в очках не видно.	
И мартышкам так обидно!	<i>(Вытираем щечки, «слезы»)</i>

«Черепашка».

Моя черепашка в коробке живёт,	<i>Рука сжата в кулак. Большой палец сверху.</i>
Купается в ванне,	<i>Рука лежит на другой ладони (или на ладони партнёра по игре).</i>
По полу ползёт.	<i>Волнообразные движение кулаком в воздухе.</i>
Её на ладошке я буду носить,	<i>«Черепашка» ползёт по другой руке (своей или партнёра по игре).</i>
Она не захочет меня укусить.	<i>Руки возвращаются в исходное положение.</i>
	<i>Отрицательный жест головой.</i>

«Змейка».

Одна рука – «змея». Пальцы сомкнуты в щепоть. Руки взрослого или другого ребёнка – «дорожка».

Посмотрите-ка, друзья, У меня живёт змея!	<i>Медленно вращаем кистью руки.</i>
По дивану, по коврам Может ползать тут и там.	<i>Выполняем рукой медленные волнообразные движения.</i>
Хоть и нет у змейки ножек, Очень быстро по дорожке, Широко открыв свой рот За лягушками ползёт.	<i>«Змея» ползёт по дорожке, первый палец отведён вниз (рот). Сначала ползет медленно, а потом постепенно ускоряя темп (в соответствии с произносимым текстом).</i>
Нет у этой змейки глаз И поймала в этот раз Не лягушек, не стрекоз, А ребёночка за нос.	<i>Пальцы вновь сомкнуты в щепоть. Крутим кистью руки (как бы оглядываясь).</i>
	<i>Волнообразные движения рукой.</i>
	<i>«Змея» хватает за нос партнёра по игре.</i>

ТРАНСПОРТ.

«Лодка».

Лодочка плывёт по речке, Оставляя на воде колечки	<i>(обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням, как ковшик)</i>
--	---

Две ладошки прижму
И по морю поплыву.
Две ладошки – друзья –
Это лодочка моя.
Паруса поднимаю,
Синим морем поплыву.
А по бурным волнам
Плывут рыбки тут и там.

Ладони лодочкой, волнообразные движения рук.

Поднять выпрямленные ладони вверх.

Имитация движений волн и рыбок.

«Кораблик».

По реке плывёт кораблик,
Он плывет из далека,
На кораблике четыре
Очень храбрых моряка.
У них ушки на макушке,
У них длинные хвосты.
Не страшны им только кошки,
Только кошки да коты.

Сложили руки лодочкой и делаем ими волнообразные движения.

Показываем поднятые вверх четыре пальца.

Поднимаем руки к голове, показываем ушки согнутыми ладонями.

Приставляем руку к пояснице, изображая движения хвостиком.

Обе руки поднимаем к голове, изображаем кошачьи когти и шипим.

«Машина».

Шла по улице машина,
Шла машина без бензина,
Шла машина без шофера,
Без сигнала светофора,
Шла, сама куда не зная,
Шла машина заводная.

*Указательные и средние пальчики «шагают» по столу
Кисти рук лежат на столе, поочередно отрываем пальчики от стола.*

«Пароход».

Пароход плывёт по речке
И пытит он, словно печка.

(обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а большие пальцы подняты вверх)

«Посчитаем».

Раз, два, три четыре, пять –
Буду транспорт я считать.

Сжимают и разжимают пальчики.

Автобус, лодка и мопед,

Поочередно сжимают пальчики обеих рук в кулачки, начиная с мизинца левой руки.

Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолёт,
Корабль, поезд, вертолёт.

Транспорт

Будем пальчики сгибать –	<i>Показывают обе ладошки с широко расставленными пальцами.</i>
Будем транспорт называть: Автомобиль и вертолёт, Трамвай, метро и самолёт. Пять пальцев мы в кулак зажали, Пять видов транспорта назвали.	<i>Сгибают пальчики, начиная с мизинца Поднимают сжатые кулачки вверх. Разжимают ладошки обеих рук.</i>

НАША АРМИЯ. ДЕНЬ ПОБЕДЫ.

«На параде».

Как солдаты на параде, Мы шагаем ряд за рядом, Левой — раз, левой — раз, Все захлопали в ладошки — Дружно, веселей! Застучали наши ножки Громче и быстрее!	<i>Сжимаем, разжимаем кулачки. Хлопки в ладоши.</i>
--	--

«Наша армия».

Аты - баты, аты - баты! На парад идут солдаты! Вот идут танкисты, Потом артиллеристы, А потом пехота — Рота за ротой.	<i>Поочерёдно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки.</i>
--	---

Пальцы эти — все бойцы. Удалые молодцы. Два больших и крепких малых И солдат в боях бывалых. Два гвардейца — храбреца!	<i>Растопырить пальцы на обеих руках, потом сжать их в кулак Приподнять два больших пальца, другие крепко прижать к столу. Приподнять указательные пальцы, другие крепко прижать к столу.</i>
Два сметливых молодца!	<i>Приподнять средние пальцы, другие крепко прижать к столу.</i>
Два героя безымянных, Но в работе очень рьяных!	<i>Приподнять безымянные пальцы, другие крепко прижать к столу.</i>
Два мизинца — коротышки — Очень славные мальчишки!	<i>Приподнять мизинцы. Хлопнуть ладонями по столу.</i>

«Пограничник».

Пограничником я буду,	<i>Сжимать и разжимать пальцы в кулаки одновременно на обеих руках.</i>
Чтоб границы защищать,	<i>Соединять одноименные пальцы обеих рук, начиная с больших.</i>
И страна могла спокойно	<i>Разъединять одноименные пальцы, начиная с мизинцев.</i>
Крепким сном ночами спать.	<i>Соединять все пальцы обеих рук по очереди с большим.</i>

Сегодня праздник всех отцов,	(сжимают и разжимают пальцы)
Всех сыновей, всех кто готов,	(хлопают в ладоши)
Свой дом и маму защитить,	(из ладошек делают «домик», руки
прикладывают к сердцу)	
Всех нас от бед отгородить!	(сжимают и разжимают пальцы)

ПРОФЕССИИ.

«Капитан».

Концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв.

Я плыву на лодке белой По волнам с жемчужной пеной. Я - отважный капитан, Мне не страшен ураган. Чайки белые кружатся, Тоже ветра не боятся. Лишь пугает птичий крик	<i>Показывать, как лодка качается на волнах, а затем плавными движениями рук - сами волны.</i>
Стайку золотистых рыб.	<i>Показать чайку, скрестив руки, соединив ладони тыльной стороной и помахав пальцами, сжатыми вместе.</i>
И, объездив чудо-страны, Посмотрев на океаны, Путешественник-герой, К маме я вернусь домой.	<i>Выпрямленными ладонями с пальцами, прижатыми друг к другу изобразить рыбок. Плавными движениями ладоней показать, как рыбы плывут в воде.</i>
	<i>Показывать, как лодка качается на волнах, а затем плавными движениями рук - сами волны.</i>

«Повар».

Повар готовил обед, А тут отключили свет. Повар леща берёт И опускает в компот. Бросает в котёл поленья, В печку кладёт варенье. Мешает суп кочерыжкой, Угли бьёт поварёшкой. Сахар сыплет в бульон. И очень доволен он!	<i>(ребром ладони стучат по столу)</i>
	<i>(загибают пальчики, начиная с большого)</i>
	<i>(разводят руками)</i>

«Что принёс нам почтальон?»

Что принёс нам почтальон?
С толстой сумкой ходит он.
Перевод, журнал, газету,
В бандероли – две кассеты
И письмо от тёти Вали,
Чтоб её приезда ждали.

*(сжимают и разжимают кулачки)
(«шагают» пальчиками по столу)
(на каждое наименование загибают по одному
пальчику, начиная с большого)*

МАМИН ПРАЗДНИК.

«Ладушки».

Ладошки, ладошки, где были? У бабушки!
А у бабушки ладони добрые предобрые.
Все работали ладони долгими годами
Пахнут добрые ладони щами с пирогами.

По кудрям тебя погладят добрые ладони.
И с любой печалью сладят теплые ладони.

Ладушки, ладушки, где были? У бабушки!

*Хлопаем в ладоши
Поглаживают ладони друг о друга
Постукивают кулачком о ладони
Подносят ладони к лицу, словно
принюхиваются
Имитируют поглаживание
Складывают ладони, подносят к лицу, дуют
на них
Хлопают в ладоши*

Мамочка, мамочка,
Любимая моя,
Ведь ты знаешь, мамочка,
Как я люблю тебя.

*Поочерёдно загибаем пальчики правой руки, начиная с
большого, затем то же на левой руке. Правую руку
сжать в кулак, ладошкой левой крепко его обхватить.*

«Наши мамы».

Много мам на белом свете,
Всех их очень любят дети!

Журналист и инженер,

Повар, милиционер,
Швея, кондуктор и учитель,
Врач, парикмахер и строитель
—

Мамы разные нужны,
Мамы разные важны!

*Разводят руки в разные стороны, затем крепко обхватывают
себя за плечи.*

*Поочерёдно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на
одной, затем на другой руке.*

*Сжимают обе ладошки в «замочек»
Разводят руки, поднимают ладошками вверх.*

ВЕСНА.

«Весна идет».

Раз – весна,
Два – капель,
Три – сосульки тают.
Март прошел, идет апрель,
Птицы прилетают.

На каждую строчку сгибать по одному пальцу на обеих руках начиная с мизинцев.

Ладони скрестить. Пальцы широко раздвинуть – «крылья», большие пальцы переплести между собой – «головка» птички.

«Весна».

Стучат всё громче дятлы,
Синички стали петь.

Пальцы складываем щепоткой. Качаем ими.

Встаёт пораньше солнце,
Чтоб землю нашу греть.

Ладони сомкнуты "ковшом", поднимаем руки вверх, раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены.

Встаёт пораньше солнце,
Чтоб землю нашу греть.
Бегут ручьи под горку,
Растаял весь снежок,

Движения повторяются.

А из под старой травки
Уже глядит цветок...

Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повернуты вниз).

А из под старой травки
Уже глядит цветок

Ладони сомкнуты «ковшом».

Раскрылся колокольчик

Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка)

В тени там, где сосна,

Движения повторяются.

Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак.

Динь-динь, звенит тихонько,

Пальцы постепенно разжимаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика).

Динь-динь, пришла весна.
Динь-динь, звенит тихонько,
Динь-динь, пришла весна.

Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая «динь-динь».

«Весна пришла».

Снова солнце в небе улыбается,
Снег растаял, ручейки звенят.

Соединять пальцы правой руки с большим.

Соединять пальцы левой руки с большим.

И подснежник первый распускается,

Ладони вверх, пальцы сложены лодочкой, запястья рук прижаты друг к другу; разъединять пальцы, постепенно отводя их друг от друга.

С юга птицы с песнями летят.

Ладони повернуты к себе, большие пальцы переплетены, остальными пальцами совершать колебательные движения – «птичка».

«Весёлые льдинки».

Под самым карнизом,
Над самым оконцем
Забралось в сосульки
Весеннее солнце.
Сверкая, бегут
По сосулькам слезинки...
И тают сосульки –
Весёлые льдинки.

(сжимают и разжимают пальцы)

(стучат пальцами по столу)
(поднимают руки и делают «солнышко»)
(сжимают и разжимают пальцы)

(стучат пальцами по столу)

МОЙ ГОРОД. ДОМ.

В этом домике пять этажей:
На первом живет семейство ежей,
На втором живет семейство зайчат,
На третьем - семейство рыжих бельчат,
На четвертом живет с птенцами синица,
На пятом сова - очень умная птица.
Ну, что же, пора нам обратно спуститься:
На пятом сова,
На четвертом синица,
Бельчата на третьем,
Зайчата - втором,
На первом ежи, мы еще к ним придем.

«Город».

Город – это улицы,
Проспекты и дома,

Площади, музеи, парков тишина,

Блеск огромных стекол,
Праздничных витрин,
Быстрое движение
Прохожих и машин

*Ладонь правой руки лежит на столе;
производить поочередные постукивания пальцами
по столу.*
*Ладонь левой руки лежит на столе; производить
поочередные постукивания пальцами по столу.*
Разводить пальцы в стороны и соединять.
Круговые движения руками, согнутыми в локтях.
*Указательные и средние пальцы «бегут» по
столу, остальные сжаты в кулак.*

«Дом».

Я хочу построить дом,
Чтоб окошко было в нём,
Чтоб у дома дверь была,
Рядом чтоб сосна росла.
Чтоб вокруг забор стоял,
Пёс ворота охранял.
Солнце было,
Дождик шёл,
И тюльпан в саду расцвёл.

Руки над головой «домиком».
Руки перед глазами. Концы пальцев рук сомкнуты в «окошко».
Ладони повернуты к себе, сомкнуты боковыми частями.
Пальцы растопырены. Руки тянем вверх.
Руки перед собой кольцом, пальцы соединены.
Одна рука «пёс», мизинец отсоединить от других пальцев.
Скрестить кисти рук, пальцы растопырены.
«Стряхивающие» движения.
Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят вверх.

«Дом и ворота».

На поляне дом стоит,	<i>Дети пальцами обеих рук делают «крышу»</i>
Ну, а к дому путь закрыт.	<i>Руки повернуты ладонями к груди средние пальцы соприкасаются, большие - вверх – «ворота».</i>
Мы ворота открываем,	<i>Ладони разворачиваются</i>
В этот домик приглашаем.	<i>Показывают «крышу»</i>

Люблю по городу гулять,	(дети «шагают» пальчиками обеих рук по столу)
Люблю смотреть,	
Люблю считать	(на каждое название достопримечательности загибают по одному пальчики)
Космонавтов - раз, Ленина - два,	
Улица Победы – три.	
А четыре - я живу в квартире.	
Пять – гуляю в парке я опять.	
Шесть – на Белую схожу	
И на волны погляжу.	
Семь – Дворец культуры,	
Красив и огромен	
И стоит на площади он.	
Восемь – ёлка в Новый год.	
Девять – повстречался мне	
Памятник большой войне.	
Я тихонько постою и цветочки положу!	
Десять – наш кинотеатр Октябрь.	
В магазине хлеб куплю.	
Очень город я люблю!	

Стук, стук, постук,	(кулачками друг о друга стучим).
раздается где-то стук.	
Молоточки стучат,	
Строят домик для зайчат.	
Вот с такою крышей	(ладошки над головой).
Вот с такими стенами	(ладошки около щечек).
Вот с такими окнами	(ладошки перед лицом).
Вот с такою дверью	(одна ладошка перед лицом.)
И вот с таким замком	(сцепили ручки).
На двери висит замок.	
Кто его открыть бы мог?	
Повертели,	
Покрутили,	
Постучали,	
И – открыли!	(расцепили ручки)

«Новый дом»

Тук-тук-тук, тук-тук-тук!
Молоток бери, мой друг!
Мы построим новый дом,

Есть окошко в доме том.

Есть ещё одно повыше,
Есть труба вверху на крыше.

Дом готов, зовём гостей:
«Проходите поскорей!»

Ударяют, чередуя, кулачком о кулачок.

Ставят рядом ладошки «стены»

Складывают указательные пальцы «палочкой», остальные соединяют «крышей».

Мизинец отставляют в сторону – труба.

*Показывают оба указательных пальца
Делают приглашающий жест рукой.*

МАМИНЫ ПОМОЩНИКИ.

«Алёнка-Малёнка».

Алёнка-маленка
Шустря, быстра:
Воды наносила,
Сарафан дошила,
Носок довязала,

Ягод насобирала,
Везде поспела.
В охотку ей дело

Складываем ладошки ковшиком

Указательным пальцем «шьём» иголкой

*Пальчики сжимаем в кулачки, указательные пальцы
вращаем друг о друга*

Делаем широкое движение руками от боков к центру

Хлопаем в ладоши

«Ладушки ладошки».

Мыли мылом ручки.
Мыли мылом ножки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Наварили каши
Помешали ложкой.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Строили ладошки
Домик для матрешки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!

Курочке Пеструшке
Накрошили крошек.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Хлопали ладошки
Танцевали ножки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Прилегли ладошки
Отдохнуть немножко.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!

«Помощники».

*Дружно помогаем маме,
Мы бельё полощем сами.
1-2-3-4. потянулись,
Наклонились,
Хорошо мы потрудились.*

*Встают, слегка наклонившись вперёд,
и двигают руками вправо-влево.
Тянутся, вытирая рукой «пот» со лба.
Продолжают «полоскать бельё».
Вытирают руку о руку.*

«За работу».

Ну-ка, братцы, за работу.
Покажи свою охоту.
Большаку дрова рубить
Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А тебе посуду мыть.
А потом всем песни петь,
Песни петь да плясать,
Наших деток забавлять.

Поочередно разгибать пальцы, начиная с большого, а на слова «Песни петь да плясать»-энергично шевелить ими.

«Помощники»

Раз, два, три, четыре,
Мы по суду перемыли:
Чайник, чашку, ковшик, ложку
И большую поварешку.
Мы посуду перемыли:
Только чашку мы разбили,
Ковшик тоже развалился,
Нос у чайника отбился.
Ложку мы чуть-чуть сломали,
Так мы маме помогали.

Удары кулачками др. о друга.
Одна ладонь скользит по другой.
Загибают пальчики, начиная с
большого.
Одна ладонь скользит по другой.
Загибают пальчики, начиная с
большого.
Удары кулачками др. о друга.

Не плачь, куколка моя,
Остаешься ты одна.
Не могу с тобой играть,
Нужно мне перестирать:
Твои платья и носки,
твои юбки и чулки,
Свитер, варежки, жакет,
Шапочку, цветной берет.
Я налью воды чуток,
В таз насыплю порошок.
Пену снежную взобью,
Постираю и пойду.
Пока светит солнышко,
Натяну веревочку.
К ней одежду прикреплю,
Ветерком все просушу.
Утюгом туда-сюда
Белье быстро глажу я.
Поработали вдвоем,
А теперь и отдохнем.

имитировать укачивание куклы

загибать поочередно пальцы

имитировать движения, описанные в стихотворении

положить ладони на стол или на колени

МЕБЕЛЬ.

«В комнате».

Наша-то Катюша умная была:	<i>Левая рука - чашечка, скребём пальцами правой</i>
В комнате работу всем зверям дала.	<i>руки по её ладони движение «от себя» тыльной</i>
Чашечки собачка моет язычком,	<i>стороной пальцев.</i>
Мышка подбирает крошки под	<i>Хватательно-щипательные движения правой руки</i>
столом.	<i>с ладони левой.</i>
Кошка коготками лавочку скребёт,	<i>Скрести согнутыми пальцами (коготками) ладонь</i>
	<i>левой руки.</i>
Курочка рябая пол крылом метёт.	<i>Скользящее движение ребром ладони одной руки</i>
	<i>по другой.</i>
Катя варит кашу для зверят своих	<i>Указательным пальцем правой руки</i>
	<i>вращательные движения в ладони левой руки.</i>
Кашки наварила, с ложки кормит их.	<i>«Зачерпываем кашку из кастрюльки» левой рукой</i>
	<i>(ложкой), протягиваем левую руку вперёд (кормим</i>
	<i>зверят).</i>

«Домик».

Под грибом - шалашик-домик,	<i>(соедините ладони шалашиком)</i>
Там живет веселый гномик.	<i>(постучать кулаком одной руки о ладонь другой руки)</i>
Мы тихонько постучим,	<i>(ладони обеих рук обращены вниз, пальцы скрещены;</i>
В колокольчик позвоним.	<i>средний палец правой руки опущен вниз и слегка качается).</i>
Двери нам откроет гномик,	<i>(ладони опустить вниз, ребром прижать друг к другу)</i>
Станет звать в шалашик-домик.	<i>(ладони опустить вниз, ребром прижать друг к другу)</i>
В домике дощатый пол,	<i>(левая рука сжата в кулак, сверху на кулак опускается</i>
А на нем - дубовый стол.	<i>ладонь правой руки)</i>
Рядом - стул с высокой	<i>(направить левую ладонь вертикально вверх,</i>
спинкой.	<i>к ее нижней части приставить кулачок правой руки</i>
	<i>большим пальцем к себе)</i>
На столе - тарелка с вилок.	<i>(ладонь левой руки лежит на столе и направлена вверх,</i>
	<i>изображая тарелку, правая рука изображает вилку: ладонь</i>
	<i>направлена вниз, четыре пальца выпрямлены и слегка</i>
	<i>разведены в стороны, а большой прижат к ладони)</i>
И блины горой стоят -	
Угощение для ребят.	

Раз, два, три, четыре,	<i>Загибают пальчики, начиная с большого, на обеих руках.</i>
Много мебели в квартире.	<i>Сжимают и разжимают кулачки.</i>
В шкаф повесим мы рубашку,	<i>Загибают пальчики, начиная с большого.</i>
А в буфет поставим чашку.	
Чтобы ножки отдохнули,	
Посидим чуть-чуть на стуле.	
А когда мы крепко спали	
На кровати мы лежали.	
А потом мы скотом	
Посидели за столом,	<i>Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками.</i>
Чай с вареньем дружно пили.	
Много мебели в квартире.	

«Мебель».

В нашей комнате – столовой –
Есть отличный стол дубовый,
Стулья – спинки все резные,
Ножки гнутые, витые.
И ореховый буфет
Для варенья и конфет.
В комнате для взрослых – спальне –
Есть для платьев шкаф зеркальный,
Две широкие кровати
С одеялами на вате
И березовый комод,
Мама там белье берет.
А в гостиной кресла есть,
Телевизор смотрят здесь.
Есть диван и стол журнальный,
В стенке – центр музыкальный.
(На каждое название предмета мебели дети загибают по одному пальчику)

Мебель я начну считать:	<i>Показывают ладошки обеих рук.</i>
Кресло, стол, диван,	<i>Пальцы обеих рук поочередно сжимают в кулачки.</i>
кровать,	
Полка, тумбочка, буфет,	
Шкаф, комод и табурет.	
Много мебели назвали,	<i>Разжимают кулачки и показывают ладошки.</i>
Десять пальчиков зажали!	<i>Сжимают кулачки и поднимают их вверх.</i>

«Часы».

Мышь полезла в первый раз	<i>Перебираем пальчиками («бежим») от коленочек до макушки.</i>
Посмотреть, который час.	
Вдруг часы сказали: “Бом!”	<i>Один хлопок над головой.</i>
Мышь скатилась кувырком.	<i>Руки «скатываются» на пол.</i>
Мышь полезла второй раз	
Посмотреть, который час.	<i>Два хлопка.</i>
Вдруг часы сказали: “Бом, бом!”	
Мышь скатилась кувырком.	
Мышь полезла в третий раз	
Посмотреть, который час.	<i>Три хлопка.</i>
Вдруг часы сказали: “Бом, бом, бом!”	
Мышь скатилась кувырком.	<i>Руки «скатываются» на пол.</i>

«Стол».

У стола 4 ножки	<i>(левая рука - в кулачок, сверху на кулачок опускается ладошка;</i>
Сверху крышка, как ладошка	<i>если ребёнок легко выполняет это упражнение, можно</i>
	<i>менять положение рук: правая рука в кулачке, левая ладонь</i>
	<i>сверху кулачка)</i>

«Стул».

Ножки, спинка и сиденье - *(левая ладонь - вертикально вверх, к её нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе); если малыши легко выполнит упражнение, можно менять положение руки на счёт раз)*
Вот вам стул на удивленье.

КОСМОС.

Раз, два, три, четыре, пять -

В космос полетел отряд.

Командир в бинокль глядит,
Что он видит впереди?

Солнце, планеты, спутники, кометы,
Большую желтую луну.

По одному загибают пальчики на обеих руках.

Соединяют ладошки вместе, поднимают руки вверх.

Пальца обеих рук соединяются с большими, образуя «бинокль».

Загибают пальчики обеих рук

ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ.

«Магнитофон».

Магнитофон! Магнитофон!
Что слышит, то и пишет он.

Пищат мышата из норы,
Пищат над ухом комары.

Кузнечики и птицы
Поют без репетиций.

Ну а потом – среди зимы
:

Всех в лето приглашаем мы

Услышать каждый хочет,
Как летний гром грохочет.

Сжимаем – разжимаем кулачки обеих рук.

Загибаем по одному пальчику на обеих руках.

Распрямляем по одному пальчику на обеих руках

Соединяем одноименные пальчики обеих рук, начиная с больших.

Ладони от себя, разводим и соединяем пальчики.

«Пылесос».

Пылесос, пылесос,

Ты куда суешь свой нос?
Я жужжу, я жужжу,
Я порядок навожу.

Ритмичное сгибание пальцев обеих рук (ладони смотрят вперед)

то же, но ладони обращены друг к другу.

Соприкосновение кончиков пальцев.

ИНСТРУМЕНТЫ.

«Гвозди».

Бом, бом, бом, бом,
По гвоздям бьём молотком.
Гвозди не вбиваются,
Только заггибаются.

Значит, клещи надо взять,
Будем гвозди вырывать.
Я тянул, тянул, тянул,
Все я гвозди разогнул.

Молоток, рубанок, шило,

Пассатижи и пилу -
Вот бы мама мне купила...
Все я в доме почию.

Одна рука – «молоток» (сжимаем пальцы в кулак). Вторая рука (или рука партнёра по игре) - гвозди. Стоит на столе или коленях, опираясь на локоть, пальцы растопырены. «Молоток» стучит по «гвоздям» - по очереди по каждому пальцу.

Пальцы - гвозди - согнуты. Пальцы другой руки - клещи. Смыкаются в кольцо (первый-второй, 1-3, 1-4, 1-5, на усмотрение играющих) и «вырывают гвозди» - поочередно тянем пальцы другой руки, выпрямляя их.

Последовательно соединять большие, указательные и средние пальцы обеих рук

Соединить безымянные пальцы и мизинцы.

Разъединять пальцы, начиная с мизинцев.

Постучать кулачком правой руки о кулачок левой и наоборот

«Напёрсток»

Вышивает, шьёт иголка,

Пальцу больно,
Пальцу колко.

А наперсток

В тот же миг

К девочке на пальчик

Прыг!

Говорит иголке:

- Шей,

А колоться ты не смей!

Левая ладошка раскрыта, в правой руке — воображаемая иголка.

Иголка «шьёт» и задевает кончик указательного пальца на левой руке.)

(Дети делают правой рукой такое движение, как будто надевают на указательный палец левой руки наперсток

«Шьют».

Грозят указательным пальчиком левой руки.)

КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ.

«Комнатные растения».

В нашей группе на окне,

Во зеленой во стране,

В расписных горшочках

Подросли цветочки.

Вот розан, герань, толстянка,

Колких кактусов семья.

Их польём мы спозаранку.

Я и все мои друзья.

Удары в ладоши и кулачками попеременно.

Сложить ладони чашечкой.

Медленно поднять руки вверх, шевеля пальцами.

На каждое название растения заггибают по одному пальчику.

Удары в ладоши и кулачками попеременно.

«Кактус».

На окне цветок колючий

(Показать прямоугольник перед собой)

Смотрит за околицу (Сделать «бинокль» из ладошек)
Вы его не троньте лучше (Погрозить пальчиком)

На окно скорее глянь:	<i>Показывают обе ладошки</i>
Здесь у нас цветёт герань.	<i>Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.</i>
А здесь красавец бальзамин,	
Амариллис рядом с ним.	
Фуксия, бегония –	
Мы все названия помним!	<i>Раскрывают ладошку.</i>
Мы взрыхлим цветы, польём,	<i>Пошевеливают опущенными вниз пальцами.</i>
Пусть подрастают день за днём!	<i>Обе ладошки соединяют «бутончиком», поднимают над головой и раскрывают «цветком».</i>

ЦВЕТЫ.

Наши алые цветы	<i>Плавное разжимание кулаков.</i>
Распускают лепестки,	
Ветерок чуть дышит,	<i>Машут перед собой руками.</i>
Лепестки колышет.	
Наши алые цветки	<i>Плавное сжатие рук в кулаки.</i>
Закрывают лепестки,	
Тихо засыпают,	<i>Кладут руки под щеку</i>
Головой качают.	<i>Качают головой.</i>

«Цветок».

Вырос высокий цветок на поляне,
Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить.
Утром весенним раскрыл лепестки.
Развести пальцы рук.
Всем лепесткам красоту и питание
Ритмично двигать пальцами вместе-врозь.
Дружно дают под землей корешки.
Ладони опустить вниз, тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.

«Подсолнух».

Посадили зернышко,
(шепотом)
Вырастили солнышко.
(растопырить ладони)
Это солнышко сорвем,
(ладони раскрыть)
Много зерен соберем.
(собирать с другой ладони зерна)

НАСЕКОМЫЕ.

«Божьи коровки».

Божья коровка - *(дети машут руками)*
Черная головка. *(за голову хватаются)*
Улети на небо, *(руки поднимают высоко)*
Принеси нам хлеба. *(руки вперед)*
Черного и белого *(две ладошки в одну сторону, и в другую)*
Только не горелого. *(пальчиком грозят)*

Дружно пальчики считаем – *Сжимают и разжимают пальцы.*

Насекомых называем.

Бабочка, кузнечик, муха, *Поочередно сгибают пальцы в кулачок, начиная с большого.*

Это жук с зелёным брюхом.

Это кто же тут звенит? *Вращают мизинцем.*

Ой, сюда комар летит!

Прячьтесь! *Прячут руки за спину.*

«Насекомые».

Раз, два, три, четыре, пять - *Сжимать - разжимать пальцы в кулак.*

Насекомых надо знать: *Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.*

Муха, бабочка, пчела,
Муравей, комар, оса,
Шмель, кузнечик и сверчок... *Поочередно загибать пальцы рук, начиная с большого пальца правой руки.*

И у каждого шесть ног!
Поднять правую руку раскрытой ладошкой вверх, а левую сжать в кулачок, подняв верх большой палец – показать шесть пальцев.

«Гусеница».

Гусеница, гусеница, *Ладонь одной руки «ползет», как гусеница, складываясь и разгибаясь, по внутренней стороне другой руки от плечевого сустава до кончика пальцев.*

Бабочкина дочка,
По травинкам ползает,
Кушает листочки: *«Ползет» обратно к плечу по внешней стороне руки
То же проделываем, меняя руки: «от корня к верхушке»
И по другой стороне обратно.*

Ам! Ам! Ам! Ам!
При каждом слове «Ам!» одна ладонь скользит по другой ладони вверх и «кусает» всеми пальцами, кроме большого, прямые пальцы другой ладони. Потом ладони меняются ролями.

Поела –
Спать захотела. *Останавливаемся, сложенные вместе ладони расслабляются
Одна рука сжимается в кулачок, другая ее накрывает – держит кулачок, как яблоко.*

Проснулась –
Бабочкой обернулась!
Полетела,
Полетела,
Полетела!
*Постепенно расправляем ладони...
Руки перекрещиваем в районе запястий, ладони – крылья бабочки.
Машем «крыльями» (запястья или предплечья перекрещены).
Постепенно разгибать локти, чтобы бабочка летела вверх или вдаль.*

«Паучок».

Паучок ходил по ветке,
А за ним ходили детки.
Дождик с неба вдруг
полил,
Паучков на землю смыл.
Солнце стало пригревать,
Паучок ползёт опять,
А за ним ползут все детки,
Чтобы погулять на ветке.

Руки скрещены; пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки. Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик). Хлопок ладонями по столу/коленям.

Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит). Действия аналогичны первоначальному "Паучки" ползают на голове.

«Пчёлки».

Домик маленький на ёлке,
Дом для пчёл, а где же
пчёлки?
Надо в дом постучать,
Раз, два, три, четыре, пять.
Я стучу, стучу по ёлке,
Где же, где же эти пчёлки?
Стали вдруг вылетать:
Раз два, три, четыре, пять!

Одна из рук стоит на столе, опираясь на локоть, пальцы растопырены (ёлка). На второй руке пальцы смыкаются в кольцо (улей). "Улей" прижат к "ёлке"

Дети заглядывают в "улей".

Сжимаем кулачки. Стучим кулаками друг о друга, чередуя руки.

Разводим руками

Растопыриваем пальцы и шевелим ими (пчёлки летают).

«Пчела».

Прилетела к нам вчера
Полосатая пчела.
А за нею шмель-шмелек
И веселый мотылек,
Два жука и стрекоза,
Как фонарики глаза.
Пожужжали, полетали,
От усталости упали.

Машут ладошками.

На каждое название насекомого загибают пальчик.

Делают кружочки из пальчиков подносят к глазам.

Роняют ладони на стол.

«Муха строит дом» (русская народная потешка).

Ох, ох, что за гром?
Муха строит новый дом.
Молоток: стук – стук,
Помогать идёт петух.

Ладони к щекам. Качаем головой из стороны в сторону.

Изображаем ладонями крышу.

Изображаем рукой движения молотком.

Двумя пальцами изображаем ноги, показываем, как идёт петух – важно, вразвалочку.

«Жук, жук» (русская народная потешка).

Жук, жук не жужжи!
Где ты прячешься, скажи!
Мой дом под кустом,
Под берёзовым листом!

Изображаем жука с длинными усиками.

Разводим руками в стороны и пожимаем плечами.

Изображаем ладонями крышу.

Опять одной рукой изображаем жука, а второй – листик, под который и залетает жук.

«Тараканы».

За буфетом под пакетом
Десять тараканов. (2 раза)
Самый храбрый таракан
Побежал к тебе в карман.
За буфетом под пакетом
Девять тараканов. (2 раза)
И т.д.

*Ладони раскрываем, прижимаем к боковой поверхности стола, пальцы рук («тараканы») растопырены, шевелим ими.
Бежим пальцами рук по туловищу, имитируем заползание «за шиворот».
Загибаем один из пальцев, крутим остальными, показывая, что теперь осталось девять тараканов.
Движения повторяются аналогично первому куплету, только теперь пальцев (тараканов) не десять, а девять.
И так далее.*

РЫБЫ. ВОДОЁМЫ.

«Акула»

Приплывали две севрюги,
У них спины словно дуги.
Налетали с двух сторон.
Ты, акула, выйди вон.

*(Двумя ладонями дети изображают, как плывут севрюги.)
Выгибают ладони тыльной стороной вверх.)
(Изображают, как севрюги плывут навстречу друг другу.)
(Делают толчок ладонями от груди.)*

Жил да был один налим,

Два ерша дружили с ним.

Прилетали к ним три утки
По четыре раза в сутки
И учили их считать:
Раз, два, три, четыре, пять.

*Ладони складывают вместе и выполняют волнообразные движения, вращая запястьем вправо – влево, как рыбка хвостиком.
Ладони раздвигают, движения выполняют двумя ладонями.
Руки складывают накрест, делают взмахи ладонями.
Сжимают – разжимают кулаки.
Загибают пальцы поочередно.*

«Рыбки».

Пять маленьких рыбок
Играли в реке,
Лежало большое
Бревно на песке,
И рыбка сказала:
«Нырять здесь легко!»
Вторая сказала:
«Ведь здесь глубоко».
А третья сказала:
«Мне хочется спать!»
Четвёртая стала
Чуть-чуть замерзать.
А пятая крикнула:
«Здесь крокодил!
Плывите скорей,
Чтобы не проглотил!»

*Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.
Руки прижаты друг к другу; переворачиваем их с боку на бок.
Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем ими «ныряющее» движение.
Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).
Ладони поворачиваем на тыльную сторону одной из рук (рыбка спит).
Быстро качаем ладонями (дрожь).
Запястья соединены; ладони раскрываются и соединяются (рот).
Быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями (рыбки уплывают).*

«Какие бывают рыбы?»

Мы в подводном мире, друг,	<i>Вып. движения руками, как будто плывут «брасом», одновременно сжимая и разжимая ладошки обеих рук.</i>
Рыбы плавают вокруг:	<i>Делают поочерёдные волнообразные движения то правой, то левой ладошкой.</i>
Рыба-меч, рыба-пила,	<i>Поочерёдно соединяют пальцы обеих рук с большим, начиная с мизинца.</i>
Рыба-удильщик и рыба-игла.	

«Лягушки».

Две весёлые лягушки	<i>Дети сжимают руки в кулаки и кладут их на стол пальцами вниз.</i>
Ни минуты не сидят.	<i>Резко распрямляют пальцы (руки как бы подпрыгивают над столом).</i>
Ловко прыгают подружки.	<i>Кладут ладони на стол.</i>
Только брызги вверх летят.	<i>Затем тут же резко сжимают кулаки и опять кладут их на стол.</i>

«Медузы».

Две огромные медузы	<i>(Дети соединяют ладони, раздвигают пальцы.)</i>
Прилепились пузом к пузу.	
Выгнем щупальца сильнее-	<i>(После чего отрывают ладони друг от друга, выгибая пальцы, при этом пальцы левой руки прижаты к пальцам правой.)</i>
Вот как гнуться мы умеем!	

«Подводный мир».

Посмотри скорей вокруг!	<i>Делают ладошку у лба «козырьком»</i>
Что ты видишь, милый друг?	<i>Приставляют пальцы колечками у глаз.</i>
Здесь прозрачная вода.	<i>Разводят ладони в стороны</i>
Плывёт морской конёк сюда.	<i>Волнообразные движения ладонями вперёд</i>
	<i>Опущенные вниз ладони обеих рук в форме шапочки</i>
Вот медуза, вот кальмар.	<i>Двигаются навстречу друг другу.</i>
	<i>Скрестить ладони рук, широко расставив пальцы в стороны.</i>
А вот это – рыба шар.	<i>Соединить пальцы обеих рук в форме шара.</i>
	<i>Показывают тыльную сторону обеих ладоней и</i>
А вот, расправив восемь ног,	<i>перемещают их вверх, выполняя колебательные движения пальцами рук.</i>

«Улитка».

В домике она сидит,

Рожки высунув, молчит.
Вот улиточка ползёт
Потихонечку вперёд.
На цветочек заползёт,
Лепесточки погрызёт.

Рожки в голову втянула,
В домик спряталась,
заснула.

Одна из рук – «цветочек». Она стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы полусогнуты, растопырены. Ладонь - чашечка цветка. Вторая рука - улитка. Большой, средний и безымянный пальцы соприкасаются кончиками.

Указательный и мизинец вытянуты вперёд (рога улитки). «Улитка» раскачивается из стороны в сторону. Ползёт вперёд по столу.

«Улитка» заползает на «цветочек».

«Улитка» поочерёдно обхватывает пальцы («лепесточки») второй руки («цветочка»).

Рука («улитка») сворачивается в кулак («втягивает рожки»).

Вторая рука («цветочек») закрывается, пряча «улитку» в «бутоне».

Улитка-улитка,
Отвори калитку,
выходи из дома,
Будем знакомы!

Улитка-улитка,
Высуну рога,
Дам пирога!

Улитка-улитка,
пошли гулять!

- Поползли,
 поползли,
 поползли...

- Ой! Щекотно!
Пойду к другой улитке!

Руки на уровне груди: одна ладонь сжата в кулачок, другая ее накрывает – это раковина улитки. Когда четверостишие прочитано, быстро проталкиваем кулачок «наружу» – теперь кулачок не скрыт, а лежит на предплечье другой руки, зато запястье за кулачком плотно охвачено ладонью другой руки.

Разжимаете два пальца кулачка. Лучше, если Вы разожмете мизинец и безымянный – «улитка» будет больше похожа. Если Ваш ребенок при этом разжимает, например, указательный и средний, или даже все пальцы – не поправляйте.

«Улитка» ползет по предплечью, потом по плечу. Естественно, «ракушку» она за собой тащить не может, «ракушка» незаметно исчезла.

(При повторении – до свидания, улитки!) «Рожки» щекочут ухо или шею. Повторяете все то же самое, руки меняются ролями.

«Щука».

Щука хищная, зубастая,
Для лещей, плотвы опасная,
Ищет, чем бы поживиться?
Кто-то там, в воде резвится?
Чей-то рядом хвост мелькает?
Хватъ? Тут щука не зекает!
Но попалась на крючок –
Тащит щуку рыбачок!

Двумя руками изобразить пасть щуки.

Щука щёлкает зубами – пальцами.

Ладонь сложить лодочкой.

Руками имитировать движения рыб.

Помахать кистями рук, как хвостом.

Пасть щуки захлопывается.

Указательным пальцем изобразить крючок, перебирать руками воображаемую леску, тащить из воды щуку.

ЛЕТО.

«Ах ты, радуга-дуга...» (русская народная потешка).

Ах ты, радуга-дуга, Ты высока и туга!	<i>Соедините руки в замок, поднимите их над головой и покачайте из стороны в сторону.</i>
Не дай дождичка,	<i>Машем открытыми от себя ладонями из стороны в сторону, изображая отказ.</i>
Дай нам вёдрышко. Чтобы деткам погулять, Чтоб теляткам поскакать, Нужно солнышко – Колоколнышко!	<i>Ладони горизонтально, как бы подставляем ладони под дождь. В такт стихам качаем головой из стороны в сторону, как бы напевая песенку. Поднимаем руки вверх, растопырив пальцы, - изображаем солнышко.</i>

«Лето».

Вот и лето наступает, Всех на отдых приглашает, Будем плавать, загорать И на даче отдыхать.	<i>Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими, начиная с мизинцев. Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших. Круговые движения кистями, «солнце». «Домик».</i>
--	--

«Гроза».

Капли первые упали, Пауков перепугали.	<i>(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по столу) (внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и, перебирая ими, показать, как разбегаются пауки)</i>
Дождик застучал сильней, Птички скрылись средь ветвей.	<i>(постучать по столу всеми пальцами обеих рук) (скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами, сжатыми вместе).</i>
Дождь полил как из ведра, Разбежалась детвора.	<i>(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук) (указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу, изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони).</i>
В небе молния сверкает, Гром все небо разрывает. А потом из тучи солнце Вновь посмотрит нам в оконце!	<i>(нарисуйте пальцем в воздухе молнию) (барабанить кулаками, а затем похлопать в ладоши) (поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)</i>

«Дождик» (русская народная потешка).

Дождик, дождик, посильней, Будет травка зеленей, Вырастут цветочки На кругленьком лужочке!	<i>Машем открытыми ладошками вверх – вниз. Ставим на стол открытые ладошки растопыренными пальчиками вверх. Свёрнутые в кулачок пальцы обеих рук раскрываются, изображая распускающиеся цветы.</i>
---	--

«Дождик, дождик, веселей».

Дождик, дождик, веселей,

Капай, капай не жалея!

Только нас не замочи!

Зря в окошко не стучи –

Брызни в поле пуще:

Станет травка гуще!

Поднимаем руки вверх, прижимаем 2-5 пальцы большим и быстро разжимаем («сбрызгиваем»)

Грозим пальчиком

Складываем ладошки над головой

Прижимаем 2-5 пальцы большим и быстро разжимаем («сбрызгиваем»)

Держим ладошки вертикально перед собой, двигаем ими в разные стороны.

«Летние забавы».

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем летом мы играть:

Будем плавать и качаться,

Будем прыгать и кататься,

Будем бегать, загорать

И грибочки собирать

Сжимают – разжимают кулачки

Загибают пальчики обеих рук по одному, начиная с больших.

Пальчики «бегут» по столу, ладошки кладут на стол.

Правая рука сжата в кулак, левая накрывает его – «грибок».

«Я рисую лето».

Я рисую лето:

Красной краской –

Солнце,

На газонах розы,

На лугах покосы,

Синей краской – небо

И ручей певучей.

(рисуют пальчиком по столу)

(рисуют в воздухе «солнце»)

(сжимают и разжимают пальцы)

(рисуют в воздухе «облака»)

(на столе рисуют пальцем «ручей»)

ШКОЛА. ШКОЛЬНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ.

«Карандаш».

Всё нарисует карандаш,

Когда ему работу дашь.

Но сам без дела не сиди:

Карандашом руководи.

(держат в руке «карандаш»)

(стучат пальцами по столу)

(сжимают и разжимают пальцы)

(пишут «карандашом» по столу)

Семь вещей у нас в портфеле:

Промокашка и тетрадь,

Ручка есть, чтобы писать

И резинка, чтобы пятна

Убирала аккуратно

И пенал, и карандаш,

И букварь – приятель наш.

(сжимают и разжимают пальцы)

(ззагибают поочередно пальцы)

«Школа».

В школу осенью пойду.
Там друзей себе найду,
Научусь писать, читать,
Быстро, правильно считать.
Я таким ученым буду!
Но свой садик не забуду.

Дети «шагают» пальчиками по столу.

Загибают по одному пальчику на обеих руках.

Грозят указательным пальчиком правой руки.

Пенал, учебники, тетрадки
С собою в школу я возьму.
А мяч, ведерко и лопатки
Ребятам в садик отнесу.

*Последовательно загибать пальцы правой руки,
начиная с большого*

*Последовательно загибать пальцы левой руки, начиная
с большого*

Показать «домик»

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008.
2. 33 лексические темы. Пальчиковые игры, упражнения на координацию слова с движением, загадки для детей (6-7 лет)./Авт.-сост. Никитина А.В. – СПб.: КАРО, 2009.
3. Алябьева Е.А. Итоговые дни по лексическим темам: Планирование и конспекты: Кн. 1 - М.: ТЦ Сфера, 2006. — 224 с. — (Программа развития).
4. Алябьева Е.А. Итоговые дни по лексическим темам: Планирование и конспекты. Кн. 2. - М.: ТЦ Сфера, 2006. - 208 с. - (Программа развития).
5. Алябьева Е.А. Итоговые дни по лексическим темам: Планирование и конспекты. Кн. 3. 2-е изд.- М.: ТЦ Сфера, 2009. - 208 с. - (Детский сад с любовью).
6. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей, гувернёров – Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012. – 176 с.
7. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5 – 6 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей, гувернёров – Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012. – 216 с.
8. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей, гувернёров – Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012. – 224 с.
9. Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. – м: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. – 216 с.
10. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). – М.: ВАКО, 2005. – 176 с. – (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
11. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: ВАКО, 2004. – 296 с. – (Педагогика. Психология. Управление).
12. Нищева Н.В. Картотеки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики.— СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008. — 64 с.
13. Нищева Н.В. Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС. 2001,- 352 с.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Денесенко И. Пальчиковая гимнастика «Дни недели». [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://www.maaam.ru/detskijsad/palchikovaja-gimnastika-dni-nedeli.html> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
2. Картотека пальчиковых игр. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://tybukbereska.caduk.ru/p72aa1.html> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
3. Корякова Т.В. Пальчиковая гимнастика. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/palchikovaya-gimnastika> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
4. Настюхина Е.Г. Картотека пальчиковых игр по лексическим темам для детей старшего дошкольного возраста. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/logopediya/palchikovye-igry-po-leksicheskim-temam>
5. Пальчиковая гимнастика. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://www.logolife.ru/logopedy/palchikovaya-gimnastika-logopedy> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
6. Пальчиковая гимнастика для детей в стихах. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://dadandmom.ru/razvitie/palchikovaya-gimnastika-dlya-detej-v-stixax.html> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
7. Полякова В.И. Картотека пальчиковых игр по лексической теме «Времена года». [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/razvitie-rechi/kartoteka-palchikovyh-igr-po-leksicheskoy-teme-vremena-goda-leksicheskaya> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
8. Савина Л.П. пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников: Пособие для родителей и педагогов.- М.: ООО «Издательство АСТ», 2003.
9. Сборник стишков и потешек для пальчиковых игр. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://maminsite.ru/early.files/early8.html> (дата обращения: 05.07.2013 г.)
10. Съёмщикова Т.А. Тематические игры с пальчиками. [Электронный ресурс] //Режим доступа: logoped18.ru/logopedist/tematicheskie-igry-s-palchikami.php (дата обращения: 05.07.2013 г.)
11. Черенкова В.П. Пальчиковая гимнастика (Физминутки) [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/logopediya/palchikovaya-gimnastika-fizmintuki> (дата обращения: 05.07.2013 г.)