***Альпинисты***

|  |  |
| --- | --- |
| В гору лезут альпинисты. | «Обрисовываем» мизинчик до «вершины» пальчика |
| Вниз летят парашютисты. | Продолжаем обрисовывать мизинец от «вершины» до «основания» |
| Вверх стремятся скалолазы. | Поднимаемся до «вершины» безымянного |
| В море рвутся водолазы. | «Ныряем» в «море» до «впадины» |
| Змей воздушный мчится ввысь,Роет нормы крот всю жизнь. | Продолжаем движением вверх-вниз в такт стихами |
| Слон боится очень мыши,Падают сосульки с крыши. | «Обрисовываем» указательный до ложбинки между ним и большим |
| Ребятишки в гору самиТащат за веревку сани. | Медленно, с трудом «поднимаемся в гору»  |
| С горки катятся на санкахДети в шубках и ушанках. | На двух последних строчках «съезжаем с горы» |

***Алые цветы***

|  |  |
| --- | --- |
| Наши алые цветки Раскрывают лепестки. | Дети соединяют обе руки ладонями друг к другу в форме тюльпана, медленно раскрывают пальцы |
| Ветерок чуть дышит,Лепестки колышет. | Покачивают кистями рук |
| Наши алые цветки Закрывают лепестки, | Медленно закрывают пальцы |
| Тихо засыпают,Головой качают. | Покачивают сложенными кистями |

***Апельсин***

|  |  |
| --- | --- |
| Мы делили апельсин, Много нас, а он один.Это долька для кота.Эта долька для ежа.Эта долька для бобра.Это долька для чижа.Ну, а волку-кожура | Поочередно разгибают пальцы,Сжатые в кулачок, начиная с мизинца. |

***Бутерброд***

|  |  |
| --- | --- |
| Колбасу порежем | Попеременно стучим ребрами ладоней по столу |
| И сырок натрём | Трём кулачок о кулачок |
| Всё на хлеб положим | Ладошки на столе то внутренней, то внешней стороной |
| Угостить вас сможем | Сгибаем и разгибаем пальчики, как бы приглашая прийти. |
| Бутерброд для Маши,Бутерброд для Саши,Для Иришки и Маришки, | Левой обхватываем каждый пальчик по очереди на правой руке |
| Для Андрея и Сергея,Вот для Дани и для Тани,Есть для Гали и для Вали | Правой обхватываем каждый пальчик по очереди на левой руке |
| Ешьте, не стесняйтесь, | Сгибаем и разгибаем пальчики |
| Чаще улыбайтесь! | Рисуем в воздухе двумя руками симметричную улыбку |

***Белка***

|  |  |
| --- | --- |
| Сидит белка на тележке,Продаёт она орешки: | Пальчики сжаты в кулачки, ударяем кулак о кулак |
| Лисичке-сестричке, | Разгибаем большой пальчик |
| Воробью, синичке, | Разгибаем указательный и средний пальчик |
| Мишке толстопятому | Разгибаем безымянный пальчик |
| И заиньке усатому. | Разгибаем мизинчик |

***Большой братец***

|  |  |
| --- | --- |
| Покажи уменье другу, Покружись-ка ты по кругу! | Четыре пальца правой руки (кроме большого) сжать в кулак. Большой палец поднять вверх и выполнять круговые движения. |

***Весёлые пальчики***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять | Загибать пальчики |
| Вышли пальчики гулять. | Разгибать по очереди  |
| Этот пальчик самый сильный,Самый толстый и большой. | Показываем большой палец |
| Этот пальчик для тогоЧтоб показывать его. | Показываем указательный палец |
| Этот пальчик самый длинныйИ стоит он в середине. | Показываем средний палец |
| Этот пальчик безымянныйИзбалованный он самый | Показываем безымянный палец |
| А мизинчик хоть и малОчень ловок и удал. | Показываем мизинец  |
| Раз, два, три, четыре, пять | Загибать пальчики |
| Вышли пальчики гулять. | Разгибать по очереди |

***Веер***

|  |  |
| --- | --- |
| Солнце светит очень ярко, И ребятам стало жарко. Достаем красивый веер — Пусть прохладою повеет.  | Соединить прямые пальцы рук. Расслабить руки от локтя, превратив их в большой веер, который обмахивает лицо ветерком. |

***Вкусное угощение***

|  |  |
| --- | --- |
| Тесто замесили мы, | Дети сжимают и разжимают пальцы |
| Сахар не были мы, | Постукивают пальцами |
| Пироги пшеничные | Соединяют ладошки |
| В печку посадили мы. | Руки вытягивают вперёд |
| Печка весело горит, | Покачивают головой |
| Наша мама говорит: | Одну руку прикладывают груди |
| «Крошки, что останутся, | Ладошки вверх |
| Воробью достанутся». | Руки протягивают вперед |

***Встреча***

|  |  |
| --- | --- |
| Повстречались два котёнка: «Мяу-мяу!» | Соединяем большие пальцы рука |
| Два щенка: «Ав-ав!» | Соединяем указательные пальцы рук |
| Два жеребёнка: «Иго-го!» | Соединяем средние пальцы рук |
| Два тигрёнка: «Р-р-р!» | Соединяем безымянные пальцы рук |
| Два быка: «Мууу!»Смотри, какие рога! | Соединяем мизинцы |

***Вышли пальчики гулять***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять! | Пальцы сжаты в кулачки, разгибаем каждый пальчик, начиная с большого |
| Вышли пальчики гулять. | Сжимаем и разжимаем кулачки |
| Раз, два, три, четыре, пять! | Загибаем каждый пальчик, начиная с большого |
| В домик спрятались опять. | Ударяем кулак о кулак |

***Воздушные щелчки***

|  |  |
| --- | --- |
| Во дворе у брата Бегали котята. Испугавшись щелчка, Разбежались кто куда.  | Кончик указательного пальца правой руки сильно вдавить в подушечку большого пальца. Остальные пальцы поднять вверх. Указательный палец резким движением вперед делает сильный щелчок в воздух (3 раза). По аналогии выполнять щелчки средним, безымянным пальцами и мизинцем. |

***Вертолёт***

|  |  |
| --- | --- |
| Быстро лопасти крути! Вертолет, лети, лети! | Пальцы обеих рук (кроме указательных и больших) — в положении плетеной корзинки. Указательные пальцы выдвинуть вперед и соединить их подушечками (это — «хвост вертолета»). Большими пальцами выполнять совместные, быстрые круговые движения, как лопасти вертолета. |

|  |  |
| --- | --- |
| Гусь стоит и все гогочет,Ущипнуть тебя он хочет. | Предплечье вертикально. Ладонь под прямым углом. Указательный палец опирается на большой. Все пальцы прижаты друг к другу. |

***Гусь***

**

***Дружба***

|  |  |
| --- | --- |
| Дружат в нашей группеДевочки и мальчики. | Соединить пальцы в «замок» |
| С вами мы подружимсяМаленькие пальчики | Касание кончиков пальцев обеих рук |
| Раз, два, три, четыре, пять!Начинай считать опять. | Парное касание пальцев от мизинцев |
| Раз, два, три, четыре, пять!Мы закончили считать. | Руки вниз, встряхнуть кистями |

***Дружные пальчики***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять!Будем пальчики считать | Дети загибают пальцы на правой руке, начиная с мизинца. |
| Крепкие, дружные,Все такие нужные | Сжимают-разжимают пальцы |
| На другой руке опять:Раз, два, три, четыре, пять!Пальчики быстрые, но они очень чистые. | Загибают пальцы на левой руке, поворачивают ладони вверх. |

***Дождик***

|  |  |
| --- | --- |
| Дождик-дождик, Полно лить, Малых детушек Мочить! | Подушечки правой (левой) руки прижать к столу. Попеременно постукивать ими по поверхности стола (как игра на пианино). |

***Домик***

|  |  |
| --- | --- |
|  Дом стоит с трубой и крышей,На балкон гулять я вышел. | Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон). |

***Ёлка***

|  |  |
| --- | --- |
| На ёлку повесим игрушки, | Переплетаем шнурок между пальцами рук от указательного до мизинца |
| Гирлянду, флажки, мишуру, | Переплетаем шнурок в обратную сторону от мизинца до указательного |
| И прямо на самой макушке | Наматываем шнурок на большой палец |
| Прикрепим большую звезду. | Растопыриваем пальцы – «звезда» |
| Пусть ёлочка наша сияет | Сжимаем и разжимаем кулак в ритм стихотворения |
| И радость приносит семье | Сняв шнурок, показываем двумя руками движение «фонарики» |
| Пусть счастье она нам подарит | Хлопаем в ладоши |
| И папе, и маме, и мне! | Показывает один, два и затем три пальца |

***Ёлка***

|  |  |
| --- | --- |
| Елка быстро получается,Если пальчики сцепляются.Локотки ты подними,Пальчики ты разведи. | Ладони от себя, пальчики пропускаются между собой (ладони под углом друг к другу). Пальчики выставляются вперед. Локотки к корпусу не прижимаются. |



***Жук***

|  |  |
| --- | --- |
| По дорожке жук ползет, | Правой рукой показываем движение жука, перебирая пальцами по столу |
| Деткам он еду несёт: | Ставим кулачок левой руки на «жука» |
| Две травинки, крошку, | Разгибаем на левой руке указательный палец, затем средний |
| Листик, корень, мошку. | Разгибаем далее безымянный, большой, мизинец. |

***Зайцы и морковка***

|  |  |
| --- | --- |
| Зайцы в поле ловкоДёргают морковку.Кто её достанет,Тот и кушать станет! | Указательный палец руки взрослого кладется на ладошку малыша с зайцами. |
| Ать! Ать! Ать! Ать!Нелегко морковку рвать! | Пальчики-зайчики (кроме большого) по очереди пытаются коснуться «морковки». Когда все зайчики морковку достали, палец отодвигается дальше к запястью. |

***Зайчики по лесу шли***

|  |  |
| --- | --- |
| Зайчики по лесу шли, | Большой палец пригибается к ладошке, а четыре пальчика-зайчика ритмично поворачиваются вместе с кистью то вправо, то влево. |
| Зайца нового нашли. | Большой палец распрямляется так, чтоб нарисованный на нем зайчик смотрел на остальных четырёх |
| Ни один не поленился,Зайцу в пояс поклонился: | Четыре пальца вместе кланяются большому |
| «Здравствуй!»«Здравствуй!»«Здравствуй!»«Здравствуй!» | Указательный палец кланяется.Средний палец кланяется.Безымянный палец кланяется.Мизинец кланяется. |

***Зарядка***

|  |  |
| --- | --- |
| Пятый палец крепко спал.Четвертый палец лишь дремал.Третий палец засыпал.Второй палец все зевал.Первый палец бодро встал, На зарядку всех поднял. | Поочередно пригибать пальцы к ладошке, начиная с мизинца, затем большим пальцем касаться всех остальных “будить на зарядку”. После этого сделать зарядку – 5 раз разжать и сжать кулачок.  |

***Заяц и барабан***

|  |  |
| --- | --- |
| Зайка взял свой барабанИ ударил – ТРАМ-ТРАМ-ТРАМ | Дети сжимают пальцы в кулак, а затем указательный и средний- вверх и снова прижимают (ушки зайца) |
| Тра-та-та, тра-та-та,Собирайся детвора! | Безымянным пальцем и мизинцем по очереди стучат по большому пальцу. |

***Зимние забавы***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять! | Дети загибают пальцы по одному |
| Мы во двор пошли гулять. | «Идут по ладони указательным и средним пальцем |
| Бабу снежную лепили, | «Лепят» комочек двумя ладонями |
| Птичек крошками кормили, | Крошащие движения всеми пальцами |
| С горки мы потом катались, | Ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки |
| А ещё в снегу валялись. | Поворачивают ладони вверх-вниз |
| Все в снегу домой пошли. | Отряхивают ладони |
| Съели суп и спать легли. | Движения воображаемой ложкой, руки под щёку. |

***Здравствуй!***

|  |  |
| --- | --- |
| Здравствуй, солнце золотое! Здравствуй, небо голубое! Здравствуй, вольный ветерок, Здравствуй, маленький дубок! Мы живем в одном краю — Всех я вас приветствую! | Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками. |

***Зайчик в норке***

|  |  |
| --- | --- |
| У елки на пригоркеСпрятался зайчишка в норке. | Левая ладонь почти горизонтальная, правая тоже. Указательный и мизинец правой руки упираются в указательный и мизинец левой. Средний и безымянный пальцы правой руки подняты и разведены в стороны (ушки). Большой палец прижат. |



***Зайка***

|  |  |
| --- | --- |
| Ушки длинные у зайки,Из кустов они торчат.Он и прыгает и скачет,Веселит своих зайчат. | Пальчики в кулачок. Выставить вверх указательный пальцы. Ими шевелить в стороны |



***Зайка и зеркало***

|  |  |
| --- | --- |
| Зайка в зеркальце глядитИ ушами шевелит. | Левая ладонь кверху, делаем "козу". Сверху на нее накладываем правую руку, которая тоже изображает "козу" (тыльной стороной вверх). Выставляем вверх и вниз средние и безымянные пальцы обеих рук и двигаем ими в противоположные стороны. |



***Йог***

|  |  |
| --- | --- |
| В кольцо свернулся как-то йог | Соединяем пальцы в кольцо и, положив руки на стол, выполняем перекатывающие движения. |
| Сложившись так, он навзничь лёг. | Распрямляем ладонь |
| И я бы точно так же смог, | Соединяем пальцы в кольцо и, положив руки на стол, выполняем перекатывающие движения. |
| Коль был бы то не я, а йог. | Распрямляем ладонь |

***Кормушка***

|  |  |
| --- | --- |
| Сколько птиц к кормушке нашей прилетело? | Ритмично сжимают и разжимают кулачки |
| Мы расскажем: две синицы, воробей, шесть щеглов и голубей, Дятел в пёстрых пёрышках.  | Разжимать по одному пальчику на каждой руке |
| Всем хватило зёрнышек! | Сжимают и разжимают кулачки |

***Качели***

|  |  |
| --- | --- |
| Задрожали ветви елей. Мы в восторге от качелей. Мы летаем вверх и вниз,Вместе с нами веселись. | Упражнение выполнять вначале правой, затем левой рукой, а далее — двумя руками.От запястья кисти рук с прямыми сомкнутыми пальцами поднимать вверх, а затем, слегка согнув пальцы, мягко опускать вниз |

***Коготочки***

|  |  |
| --- | --- |
| У кошкиной дочкиНа лапках коготочки. Ты их прятать не спеши, Пусть посмотрят малыши! | Поджать подушечки пальцев правой руки к верхней части ладошки. Большой палец прижать к указательному. Произносить громко «мяу!» несколько раз. Можно продолжать игру со второй рукой. В заключение провести занятие двумя руками. |

***Комарик***

|  |  |
| --- | --- |
| Не кусай, комарик злой! Я уже бегу домой. | Сжать кулачок. Указательный палец выдвинуть вперед (это — «хоботок», которым «комарик» пытается «укусить» ребенка). Мизинец и большой пальцы, расслабив, опустить вниз (это — «лапки»). |

***Кисточка***

|  |  |
| --- | --- |
| Мягкой кисточкой покрашу Стульчик, стол и кошку Машу.  | Соединить все подушечки пальцев руки и движениями пальцев и запястья раскачивать кисть справа налево и наоборот. Вправо — пальцы раздвигать. Влево — мягко соединять подушечки пальцев. |

***Корзинка***

|  |  |
| --- | --- |
| В лес корзинку я беруИ грибы в нее кладу. | Ладони на себя, пальчики переплетаются и локотки разводятся в стороны. Ладони как бы разъезжаются, и между пальцами образуются зазоры. Большие пальчики образуют ручку. |



***Колокольчик***

|  |  |
| --- | --- |
| Колокольчик все звенит,Язычком он шевелит. | Тыльные стороны рук обращены вверх, пальцы обеих рук скрещены, Средний палец правой руки опущен вниз, и ребенок им свободно вращает. |



***Кошка***

|  |  |
| --- | --- |
| А у кошки ушкиУшки на макушке,Чтобы лучше слышатьМышь в ее норушке. | Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец подняты вверх. |



***Коза***

|  |  |
| --- | --- |
| У козы торчат рога,Может забодать она. | Внутренняя сторона ладони опущена вниз. Указательный и мизинец выставлены вперед. Средний и безымянный прижаты к ладони и обхвачены большим. |



***Лошадка***

|  |  |
| --- | --- |
| У лошадки вьется грива,Бьет копытами игриво. | Правая ладонь на ребре от себя. Большой палец кверху. Сверху на нее накладывается левая ладонь под углом, образуя пальчиками гриву. Большой палец кверху. Два больших пальца образуют уши. |



***Ладошки***

|  |  |
| --- | --- |
| Где ваши ладошки?Тук-тук-тук! (хором) | Показывают руки, сложенные в кулачки |
| А в ладошках пальчики живут | Раскрывают кулачки и показывают пальчики в движении |
| Пальчики трудились, не ленились.Лепили, рисовали, строили, мяч катали. | Имитируют соответствующее движение |
| Хорошо поиграли! | «Фонарики» руками |
| А потом, а потом уснули… | Медленно опускают руки вниз |

***Листья солнцем наливались***

|  |  |
| --- | --- |
| Листья солнцем наливались, | Выполняют плавные взмахи руками |
| Листья солнцем пропитались. | Плавные круговые движения |
| Налились, отяжелили | Обеими руками снизу вверх |
| И по ветру полетели. | Покачивание подтянутыми руками |
| Зашуршали по кустам, | Потирание ладошками |
| Видно их и тут и там. | Показывают плавно в сторону то одной, то другой рукой |
| Ветер золото кружит | Дети кружатся |
| Золотым дождём | Поднимают руки вверх и произносят звук «Ш…» |

***Лодка и пароход***

|  |  |
| --- | --- |
| Лодочка плывет по речке,Оставляя на воде колечки. | Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням (как ковшик). |
| Пароход плывет по речке,И пыхтит он, словно печка. | Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а большие пальцы подняты вверх |



***Мы морковку посадили***

|  |  |
| --- | --- |
| Мы морковку посадили,Лето всё за ней следили.Зайчик, зайчик, в этот годНе ходи к нам в огород  | Играют двое. Один рисует на пальчиках любой руки зайчиков, а второй становится огородником. Огородник протягивает руку ладонью вверх, проговаривая четверостишие. Игрок-зайчик одним пальчиком быстро касается ладони огородника, а тот старается поймать зайчика, сжимая руку в кулак.  |
| Ничего проказить, в город к нам лазить! | Если зайчик пойман, огородник держит его и грозит стишком. Как только все зайцы поманы, игроки меняются местами. |

***Майский жук***

|  |  |
| --- | --- |
| Я веселый майский жук.Знаю все сады вокруг,Над лужайками кружу,А зовут меня Жу-жу... | Сжать кулачок. Указательный палец и мизинец развести в стороны («усы»). Шевелить «усами». |

***Моя семья***

|  |  |
| --- | --- |
| Вот дедушка,Вот бабушка, Вот папочка, Вот мамочка, Вот деточка моя, А вот и вся семья. | Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого, а со слов «А вот и вся семья» второй рукой охватывать весь кулачок. |

***Мышка***

|  |  |
| --- | --- |
| Серенький комок сидитИ бумажкой все шуршит. | Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному пальцам |



***На ёлке***

|  |  |
| --- | --- |
| Мы на ёлке веселились, | Хлопки в ладоши |
| И плясали, и резвились, | Ритмичные удары кулачками |
| После, добрый Дед Мороз | Сжимают и расжимают курачки |
| Нам подарки преподнес. Дал большущие пакеты, | Рисуют руками круг |
| В них же вкусные предметы: | Хлопки |
| Конфеты в бумашках синих,Орешки рядом с ними, Груша, яблоко, одинЗолотистый мандарин! | Загибают на обеих руках пальчики, начиная с большого. |

***На моей руке***

|  |  |
| --- | --- |
| На моей руке пять пальцев,Пять хватальцев, пять держальцев.  | Сжимаем и разжимаем кулачки |
| Чтоб играть, и чтоб пилить,Чтобы брать и чтоб дарить! | Попеременно ударяем кулак о кулак и ладонь о ладонь |
| Их нетрудно сосчитать:Раз, два, три, четыре, пять! | Разжимаем пальчики на обеих руках, начиная с большого |

***Ножницы***

|  |  |
| --- | --- |
| Взял я ножницы из шкафа, | Указательными и средними пальцами обеих рук изображаем ножницы |
| Вырезал флажок, жирафа, | Делаем режущие движения |
| Пирамидку, | Складываем ладони домиком |
| Шишку… | Сцепляем пальцы в «замок» |
| Всю изрезал книжку! | Показывает раскрытые ладошки |
| Мама очень удивилась, | Разводим руки, показываем удивление |
| Очень мама рассердилась: | Грозим пальцем левой руки |
| «Кто испортил книжку? Накажу мальчишку!» | Грозим пальцем правой руки |

***Ну-ка, братцы, за работу!***

|  |  |
| --- | --- |
| Ну-ка, братцы, за работу!Покажи свою охоту.Большому – дрова рубить.Печи все – тебе топить.А тебе – воду носить.А тебе – обед варить.А малышке – песни петь.Песни петь да плясать,Родных братьев забавлять. | Дети разгибают пальцы на одной руке, поочередно постукивая по ним указательным пальцем другой руки |

***Очки***

|  |  |
| --- | --- |
| — Что стряслось у тети Вали?— У нее очки пропали! Нет очков у тети Вали — Очевидно, их украли! | Образовать два кружка из больших и указательных пальцев обеих рук, соединив их. |

***Осенние листья***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять! | Дети загибают пальцы, начиная с большого |
| Будем листья собирать. | Сжимают и разжимают пальцы |
| Листья берёзы,Листья рябины,Листья тополя,Листья осины,Листья дуба мы соберём. | Загибают пальцы, начиная с большого |
| Маме осенний букет отнесём. | «Шагают» средним и указательным пальцами |

***Отдохнём***

|  |  |
| --- | --- |
| Большой палец – танцевал.Указательный – скакал,Средний палец – приседал,Безымянный все кружился, А мизинчик – веселился. | Пальцы сжаты в кулак. Поочередно разгибать их, начиная с большого. Затем повторить кистями-5 раз. |

***Павлин***

|  |  |
| --- | --- |
| У павлина хвост роскошный | Соединяем ладошки, раздвигая пальцы и поворачивая их по кругу. |
| Прячет он его нарочно, | Тесно соединяем пальцы, затем сцепляем «в замок». |
| Чтобы птицы все другие | Делаем движения кистями рук, изображая полет птицы. |
| И свои хвосты любили | Соединяем ладошки, раздвигая пальцы и поворачивая их по кругу. |

***Пальчик-мальчик***

|  |  |
| --- | --- |
| Пальчик - мальчик, где ты был?С этим братцем в лес ходил. С этим братцем щи варил.С этим братцем кашу ел.С этим братцем песни пел. | Поочередно загибать пальцы |

***Пальчиковый массаж***

|  |  |
| --- | --- |
| Дружно пальцы встали в ряд  | Показывают ладони с выпрямленными пальцами. |
| Десять крепеньких ребят  | Сжимают пальцы в кулаки. |
| Эти два – всему указка,Все покажут без подсказки. | Показывают два указательных пальца, остальные пальцы придерживают большими |
| Пальцы – два середнячка,Два здоровых бодрячка. | Касаются средними пальцами друг друга |
| Ну, а эти – безымянны,Молчуны, всегда упрямы. | Показывают безымянные пальцы, придерживая остальные пальцы большими |
| Два мизинца-коротышки Непоседы и плутишки. | Показывают мизинцы |
| Пальцы главные средь них Два больших и удалых  | Показывают два больших пальцы, остальные сжимают в кулаке |

***Пирожки***

|  |  |
| --- | --- |
| Пирожки мы испечём с разною начинкой: | Пекут пирожки |
| И с капустой, | Загибают большие пальчики на обеих руках |
| И с морковкой, | Загибают указательные |
| С луком, | Загибают средние |
| И с картошкой, | Безымянные |
| Из остатков теста | Мизинцы |
| Крендели мы слепим. | Сгибают мизинцы и соединяют их |

***По грибы***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять!Мы грибы идем искать.Этот пальчик в лес пошел.Этот пальчик гриб нашел.Этот пальчик чистить стал.Этот пальчик всё съел,От того и потолстел | Поочередно сгибают пальцы, начиная с мизинца |

***Просыпались зайки***

|  |  |
| --- | --- |
| Утром на лужайкеПосыпались зайки | Рука с зайцами кладется на стол тыльной стороной вниз |
| Здравствуй, солнце красное! | Поднимается большой палец |
| Здравствуй, небо ясное! | Поднимается указательный палец. Большой остаётся поднятым. |
| Здравствуй, ёлка! | Поднимается средний палец. Большой и указательный остаются поднятыми. |
| Здравствуй, день! | Поднимается безымянный палец. Большой, указательный и средний остаются поднятыми. |
| Здравствуй, здравствуй, новый день! |  |

***Пять пальчиков***

|  |  |
| --- | --- |
| Пальчики уснули,В кулачок свернулись. | Пальцы сжаты в кулачок |
| Один, два, три, четыре, пять! | Пальцы выпрямляются по одному |
| Захотели поиграть! | Энергичное сжимание и разжимание пальцев |

***Пальчики здороваются***

|  |  |
| --- | --- |
| Я здороваюсь везде — Дома и на улице. Даже «здравствуй!» говорю Я соседской курице.  | Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Проделать то же самое левой рукой. |

***Помощники***

|  |  |
| --- | --- |
| Мы посуду для ФедорыВымоем без уговоров:Моем вилку, чашку, ложку,Сковородку, поварёшку,Моем блюдце и стакан,И закроем крепко кран.Всю посуду мыПеремыли мы. | Дети сжимают, разжимают кулачки.Трут одной ладошкой другую.Загибают пальчики по одному, начиная с большого.Опять трут ладошки.Загибают пальчики |

***Рисунок***

|  |  |
| --- | --- |
| В руки взяв карандаши | Сжимаем руки в кулачки |
| Нарисуют малыши | Кладем на стол тыльной стороной ладони |
| Синим – много быстрых рек, | Отгибаем несколько раз большой палец правой руки |
| Белым – долгожданный снег,Красным – божию коровку,А оранжевым – морковку(или нос снеговика),Черным цветом – паука, | Отгибаем указательный правой руки, затем поочередно на каждый цвет по одному пальчику |
| Жёлтым – солнца в жаркий день,А зелёным – куст и ель.Серым нарисуют мышек,Цвет коричневый для шишек.Алым – розы лепесток… | Переходим на левую руку и далее поочередно палец за пальцем. |
| Зарисован весь листок! | Расслабляющие легкие движения по столу |
| Ну и всё: карандаши | Переворачиваем ладошки внутренней стороной вверх |
| Все собрали малыши. | Быстро по одному пальчику собираем в кулак |

***Ручки, спляшите разок!***

|  |  |
| --- | --- |
| Ручки, спляшите разок! | Дети крутят «фонарики» |
| Будет вам завтра пирог. | Соединяют ладошки |
| Ах, вы мои мастерички, | Ладошки поворачивают вверх |
| Быстрые ручки-сестрички | Сжимают пальчики |
| Яблочный будет пирог, | Соединяют ладошки |
| Только спляшите разок. | Крутят «фонарики» |

***С добрым утром!***

|  |  |
| --- | --- |
| Солнце утром встало,Всех детишек приласкало! | Руки ладошками вверх |
| С добрым утром, глазки!С добрым утром, ушки!С добрым утром, ротик!С добрым утром, носик!С добрым утром ручки! | Гладят поочередно глазки, ушки, ротик, носик, ручки. |
| Вы проснулись? | Хлопают |
| С добрым утром, ножки! | Гладят ножки |
| Вы проснулись? | Топают |
| С добрым утром, солнце! | Протягивают руки навстречу солнцу |

***Снежок***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре! | Дети загибают пальцы, начиная с большого |
| Мы с тобой снежок лепили. | «Лепят», меняя положение ладоней |
| Раз – подбросим, | «Подбрасывают» |
| Два – поймаем, | Присекают, «ловят» |
| Три – уроним | «Роняют» - ладошки вниз |
| И… Сломаем!  | Топают |

***Скворечник***

|  |  |
| --- | --- |
| Скворец в скворечнике живетИ песню звонкую поет. | Ладошки вертикально поставлены друг к другу, мизинцы прижаты (как лодочка), а большие пальцы загнуты вовнутрь. |



***Стул***

|  |  |
| --- | --- |
| Ножки, спинка и сиденье –Вот вам стул на удивленье. | Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе).Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук попеременно на счет раз. |

***Стол***

|  |  |
| --- | --- |
| У стола четыре ножки,Сверху крышка, как ладошка. | Левая рука в кулачок. Сверху на кулачок опускается ладошка.Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук: правая в кулачке, левая ладонь сверху кулачка. Можно делать попеременно на счет раз. |

***Собачка***

|  |  |
| --- | --- |
| У собачки острый носик,Есть и шейка, есть и хвостик. | Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх. Указательный, средний и безымянный - вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается. |



***Теремок***

|  |  |
| --- | --- |
| На поляне теремок. | Сложить ладони "домиком". |
| Дверь закрыта на замок,  | Сомкнуть пальцы в "замок". |
| Из трубы идёт дымок,  | Сомкнуть пальцы в "колечки". |
| Вокруг терема забор,  | Руки держать перед собой, пальцы растопырить. |
| Чтобы не забрался вор.  | Щелчки пальцами |
| Тук-тук-тук, Тук-тук-тук,  | Кулачком постучать по ладони. |
| Открывайте, я ваш друг!  | Широко развести руки в стороны, затем ладони сомкнуть одну поперек другой |

***Улиточка***

|  |  |
| --- | --- |
| У улитки-крошки Подрастают рожки. Научу ее ходить, Если будут ножки.  | Пальцы сжать в кулачок. Выдвинуть указательный палец и мизинец. Продвигаясь медленно вперед, «улит ка» шевелит «усиками». |

***Утята***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз-два — шли утята. Три-четыре — за водой. А за ними плелся пятый, Позади бежал шестой. А седьмой от них отстал. А восьмой уже устал. А девятый всех догнал. А десятый испугался — Громко-громко запищал:— Пи-пи-пи — не пищи!— Мы тут рядом, поищи! | Поочередно сгибать все пальцы правой (затем левой) руки, начиная с большого, а со звуков «Пи-пи-пи...» — ритмично сгибать и разгибать пальцы обеих рук. |

***Флажок***

|  |  |
| --- | --- |
| Горит на солнышке Флажок, Как будто я Огонь зажег. | Четыре прямых пальца правой руки (кроме большого) плотно прижать друг к другу. Отвести правую руку в сторону. Развернуть ее так, чтобы большой палец, оттянутый до отказа, оказался внизу. |

***Цепочка***

|  |  |
| --- | --- |
| Пальчики перебираемИ цепочку получаем. | Большой и указательный пальцы левой руки в кольце. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики. |



***Цветок***

|  |  |
| --- | --- |
| Прилетели на цветок | Выполняя «трепетание» пальцами, соединяем их в «кольцо». |
| Шмель, пчела и мотылёк. | Поочередно выпрямляем мизинец, безымянный и средний палец. |
| Тесно на цветке, обидно. | Собираем пальцы в кулак. |
| И пальцы совсем не видно | Показываем пустую ладонь. |

***Человечек***

|  |  |
| --- | --- |
| «Топ-топ-топ!» — топают ножки. Мальчик ходит по дорожке. | Указательный и средний пальцы правой (затем левой) руки «ходят» по столу. |

***Шалун***

|  |  |
| --- | --- |
| Наша Маша варила кашу.Кашу сварила, малышей кормила:Этому дала,Этому дала,Этому дала,Этому дала,А этому не дала.Он много шалил.Свою тарелку разбил. | На первые две строчки чертить пальцем круги по ладошке. На следующие четыре строчки загибать пальцы с приговариванием соответствующих слов. Со словами седьмой строчки пальцами другой руки брать мизинчик и слегка покачивать. |

***Шарик***

|  |  |
| --- | --- |
| Надуваем быстро шарик.Он становится большой.Вдруг шар лопнул, воздух вышел –Стал он тонкий и худой. | Все пальчики обеих рук в "щепотке" и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух "выходит", и пальчики принимают исходное положение. |

******

***Щедрость***

|  |  |
| --- | --- |
| Старший пальчик-мальчик Миша | Показываем большой палец, остальные пальцы сжаты |
| Подарить решил братишке | Показываем мизинец |
| Новый синий карандаш: | Зажимаем большим пальцем карандаш |
| «На, бери, потом отдашь!» | Передаем без помощи второй руки карандаш мизинцу |
| Младший пальчик очень рад: | Быстрые круговые движения кулачком |
| « У меня отличный брат! | Показываем жест «отлично», не выпуская карандаш |
| Карандаш верну обратно, | Передаем карандаш большому пальцу |
| Хорошо, что брат нежадный». | Разжимаем руки, предлагая всем карандаш |

***Этот пальчик***

|  |  |
| --- | --- |
| Этот пальчик – дедушка,Этот пальчик – бабушка,Этот пальчик – папочка,Этот пальчик – мамочка,Этот пальчик – Я,Вот и вся моя семья! | Дети поочередно разгибают пальчики, сначала на одной руке, а затем на другой, начиная с большого. |
| Этот пальчик хочет спать,Этот пальчик – прыг в кровать!Этот пальчик прикорнул,Этот пальчик уж уснул,Тише, пальчик, не шуми!Братиков не буди…Встали пальчики! Ура! В детский сад идти пора! | Дети поочередно сгибают пальцы |