

## Пальчиковые игры и упражнения.

Уважаемые родители! Я рекомендую вам поиграть в очень интересные пальчиковые игры и упражнения

Исследования учёных доказали, что уровень развития детской речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук

Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит - развивать речь ребёнка.

Также известно, что на основе проведённых опытов и обследования большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребёнок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которые не только оказывают благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливают ребёнка к рисованию и письму. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, это в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.

### ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

для детей среднего дошкольного возраста

#### МОИ ВЕЩИ

Вот это - мой зонтик,  
Я в дождь хожу с ним  
Поднимаем правую руку над головой, сгибаем её (зонтик).  
Пусть дождь барабанит -  
Останусь сухим.

"Барабаним" пальцами левой руки по правой (зонтику).

А вот моя книжка,  
Прижимаем ладони друг к другу, локти согнуты.  
Могу почитать,  
Раскрываем ладони "книжечкой".  
Могу вам картиночки

В ней показать.  
Руки вытягиваем, ладони открыты.

Вот это - мой мяч, очень ловкий, смешной  
Сжимаем кулачок, вращаем кистью руки.  
Его я бросаю над головой.  
"Мячик прыгает" над головой, ударяясь о ладонь другой руки (или о ладонь партнёра по игре).  
А вот мой котёнок, я глажу его,

Мурлычет он так для меня одного.  
Поочередно гладим одну руку другой.

## КОТ И МЫШИ

Динь-динь-бом,  
Динь-динь-бом - «позвенеть» у правого уха  
Ходит кошка с бубенцом.  
Мыши сразу услышали. - руку к левому уху  
Динь-бом, динь-бом.  
Быстро в норку убежали - бежать пальцами по столу  
Динь-бом, динь-бом.  
Затворили крепко дверь - спрятать руки под стол  
Динь-бом, динь-бом.  
Не поймаешь их теперь. -погрозить пальчиком  
Динь-бом, динь-бом.

## ПАУЧОК

(Руки скрещены. Пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.)  
Паучок ходил по ветке,  
А за ним ходили детки.  
(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение - дождик.)  
Дождик с неба вдруг полил,  
(Хлопок ладонями по столу или коленям.)  
Паучков на землю смыл.  
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками - солнышко светит.)  
Солнце стало пригревать,  
(Делаем движения такие же, как и в самом начале.)  
Паучок ползёт опять,  
("Паучки" ползают по голове.)  
А за ним ползут все детки,  
Чтобы погулять на ветке.

## РЫБКИ

(Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.)  
Пять маленьких рыбок играли в реке,  
(Руки прижаты друг к другу. Переворачиваем их с боку на бок.)  
Лежало большое бревно на песке,  
(Ладони сомкнуты и чуть округлены. Выполняем ими "ныряющее" движение.)  
И рыбка сказала: "Нырять здесь легко!"  
(Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).)  
Вторая сказала: "Ведь здесь глубоко."  
(Ладони поворачиваются на тыльную сторону одной из рук – рыбка спит.)  
А третья сказала: "Мне хочется спать!"  
(Быстро качаем ладонями – дрожь.)  
Четвёртая стала чуть-чуть замерзать.  
(Запястья соединены. Ладони раскрываются и соединяются – рот.)  
А пятая крикнула: "Здесь крокодил!"

## ШЛА КУКУШКА

(Идём по столу на выпрямленных указательном и среднем пальцах, при этом остальные пальцы поджаты.)

Шла кукушка мимо рынка,

(Ладони соединяются "ковшом" – корзинка.)

У неё была корзинка,

(Ударяем сомкнутыми ладонями по столу/коленям, разъединяем руки.)

А корзинка на пол - бух!

(Разводим руки в стороны, шевеля пальцами – летящие мухи. Количество разогнутых пальцев соответствует тексту.)

Полетело десять (девять, восемь) мух!

## АПЕЛЬСИН

Мы делили апельсин (левая рука в кулачке, правая её обхватывает)

Много нас – а он – один

Эта долька – для ежа (правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке)

Эта долька – для чижа

Эта долька – для котят

Эта долька - для утят

Эта долька - для бобра

А для волка – кожура! (встряхиваем обе кисти)

## ГОСТИ

К Кате гости прибежали, (бежим пальчиками по столу или по полу)

Все друг другу руки жали.

Здравствуй Жора, (соединяем большой и указательные пальчики)

Здравствуй Жанна, (большой и средний)

Рад Серёжа, (большой и безымянный)

Рад Снежана (большой и мизинец)

Не хотите ль пирожок? ( ладошки складываем вместе)

Может коржик (показываем 2 открытые ладошки)

Иль рожок (2 кулачка ставим друг на дружку)

Вот драже вам на дорожку (пальчиком тычем в открытую ладошку)

Вы берите понемножку (несколько раз сгибаем ладошки в кулачки)

Все стряхнули быстро крошки

И захлопали в ладошки!

## ГОРШОК

Жили – были в домике (сжимать и разжимать кулачки)

Маленькие гномики:

Токи, Бики, Лики, Чики, Микки. (загибать пальчики, начиная с мизинца)

Раз, два, три, четыре, пять (разгибать пальчики)

Стали гномики стирать (тереть кулачки друг о друга)

Таки – рубашки, (загибать пальчики, начиная с большого)

Тики – платочки,

Лики – штанишки,

Чики – носочки,  
Микки умница был,  
Всем водичку носил.

## ДОМ

Стук -стук- постук, раздается где то стук.  
Молоточки стучат, строят домик для зайчат -  
Вот с такою крышей, (ладошки над головой)  
Вот с такими стенами, (ладошки около щёчек)  
Вот с такими окнами, (ладошки перед лицом)  
Вот с такою дверью, (одна ладошка перед лицом)  
И вот с таким замком! (сцепили ручки)

## ЁЖИК

(у малыша в руках резиновый колючий ёжик)

Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки? (малыш катает ёжика ладошками)  
Надо бельчонку сшить распашонку (малыш катает ёжика по животику)  
Шалуну зайчишке починить штанишки (катаем по ножкам)  
Фыркнул ёжик - отойдите и не плачьте, не просите (катаем по полу)  
Если дам иголки - съедят меня волки!!! (ёжик убегает в домик, на место в коробку или на полку)

## КОТЁНОК

Шёл один я по дорожке, (показываем один пальчик)

Шли со мной мои две ножки, (показывает два пальчика)

Вдруг на встречу три мышонка, (показываем три пальчика)

Ой, мы видели котенка!(хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову)

У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика)

На лапках - острые царапки, (царапаем ногтями поверхность того что под рукой)

Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков)

Нужно быстро убегать! (двумя пальчиками, указательным и средним, убегает по поверхности)

## КУРОЧКА

Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать

(хлопаем ручками по коленкам)  
А за ней ребятки - жёлтые цыплятки (идём пальчиками)  
Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко! (грозим пальчиком)  
Лапками гребите (загребаем ручками),  
Зёрнышки ищите (клюём пальчиками зёрнышки)  
Съели толстого жука, дождевого червяка  
(показываем ручками, какой толстый жук)  
Выпили водицы полное корытце  
(показываем как черпаем воду и пьём)

## ГРОЗА

Капли первые упали,  
(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по столу)

Пауков перепугали.

(внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и,  
перебирая ими, показать, как разбегаются пауки)

Дождик застучал сильней,  
(постучать по столу всеми пальцами обеих рук)  
Птички скрылись средь ветвей.

(скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами, сжатыми вместе).  
Дождь полил как из ведра,  
(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук)  
Разбежалась детвора.

(указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу,  
изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони).

В небе молния сверкает,  
(нарисуйте пальцем в воздухе молнию)  
Гром все небо разрывает.  
(барабанить кулаками, а затем похлопать в ладоши)  
А потом из тучи солнце  
(поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)  
Вновь посмотрит нам в оконце!

## КИСКА

- Киска ниточки мотала (вращать руками, как бы наматывая нить на клубок)  
- И клубочки продавала. (вытянуть обе ладони вперед)  
- Сколько стоит?  
- Три рубля. Покупайте у меня!  
(показать три пальца, сжать кулачки, снова вытянуть обе ладони).

## ДОЖДИК

Тихий, тихий, тихий дождик  
Дождик, дождик кап-кап-кап. (“капаем” пальчиком по ладошке)  
А потом сильнее дождик  
Дождик, дождик кап-кап-кап. (“капаем” быстрее)  
Сильный, сильный, сильный ливень, (стучим ручками по полу)  
Гром, гром, гром, гром, (хлопаем в ладоши)  
В небе молния кругом. (ручки над головой поднимаем)

## СНЕЖОК

Раз, два, три, четыре, пять, (Загибают пальчики).  
Мы с тобой снежок слепили. (Дети “лепят”).  
Круглый, крепкий, очень гладкий (Показывают круг, сжимают ладони, гладят одной ладонью другую).  
И совсем-совсем не сладкий. (Грозят пальчиком).  
Раз — подбросим, (“Подбрасывают”).  
Два — поймает, (“Ловят”).  
Три — уроним (“Роняют”).  
И... ломаем. (Топают).

## САМОМАССАЖ РУК.

Разотру ладошки сильно,  
Каждый пальчик покручу,  
Поздороваясь с ним сильно  
И вытягивать начну.  
(растирание ладоней, захватить каждый пальчик у основания и выкручивающими движениями дойти до ногтей своей фаланги)  
Затем руки я помою,  
Пальчик в пальчик я вложу,  
На замочек их закрою  
И тепло поберегу. (моют руки, пальцы в замок)  
Выпущу я пальчики,  
Пусть бегут как зайчики (расцепить пальцы, перебирать ими)

## СЕРЕНЬКИЙ КОЗЁЛ

Как- то серенький козёл  
В огород поестъ зашёл. (Указательные пальцы выпрямлены, пальцы приставлены ко лбу. Идём вперёд).

Посмотрел по сторонам –

Есть еда и здесь и там. (Поворачиваемся то в одну, то в другую сторону).

Под копытами - трава, (Опускаем подбородок).

А над головой - листва. (Подбородок вверх).

Наклонись - капусту кушай, (Наклоняемся вниз).

А вверху - большие груши. (Встаём на носочки, тянемся вверх).

Сзади огурцы растут, (Поворачиваемся назад).

Впереди кусты цветут, (Возвращаемся обратно).

Слева - молодой лучок,

Справа - вкусный кабачок. (Полуобороты вправо-влево).

Здесь - сто ягодок, там - двести, (Наклоны вправо-влево).

Козлик крутится на месте. (Крутимся.)

И, пока он выбирал,

Пёс его в сарай прогнал. (Наклонив голову, убегаем от "пса").

## ЗМЕЙКА

Одна рука - "змея". Пальцы сомкнуты в щепоть. Руки взрослого или другого ребёнка - "дорожка".

Посмотрите-ка, друзья,

У меня живёт змея!

Медленно вращаем кистью руки.

По дивану, по коврам

Может ползать тут и там.

Выполняем рукой медленные волнообразные движения. "Змея" ползёт по дорожке, первый палец отведён вниз (рот). Сначала ползет медленно, а потом постепенно ускоряя темп (в соответствии с произносимым текстом).

Хоть и нет у змейки ножек,

Очень быстро по дорожке,

Широко открыв свой рот

За лягушками ползёт.

Пальцы вновь сомкнуты в щепоть. Крутим кистью руки (как бы оглядываясь).  
Нет у этой змейки глаз

И поймала в этот раз

Не лягушек, не стрекоз,

Волнообразные движения рукой.

А ребёночка за нос.

"Змея" хватает за нос партнёра по игре.

## ГВОЗДИ

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.

Бом, бом, бом, бом

По гвоздям бьём молотком.

Гвозди не вбиваются,

Только загибаются.

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.

Значит, клещи надо взять,

Будем гвозди вырывать.

Я тянул, тянул, тянул,

Все я гвозди разогнул.

## В КОМНАТЕ

Наша-то Катюша умная была:

В комнате работу всем зверям дала.

Чашечки собачка моет язычком,

Левая рука - чашечка, скребём пальцами правой руки по её ладони движение "от себя" тыльной стороной пальцев.



Мышка подбирает крошки под столом.

Хватательно-щипательные движения правой руки с ладони левой.

Кошка коготками лавочку скребёт,

Скрести согнутыми пальцами (коготками) ладонь левой руки.

Курочка рябая пол крылом метёт.

Скользящее движение ребром ладони одной руки по другой.

Катя варит кашу для зверят своих

Указательным пальцем правой руки вращательные движения в ладони левой руки.

Кашки наварила, с ложки кормит их

"Зачерпываем кашку из кастрюльки" левой рукой (ложкой), протягиваем левую руку вперёд (кормим зверят)

## КРОЛИК

Маленький кролик с большими ушами, (Кисти прижать к голове, как ушки).

Розовым носом, (Указательными пальцами дотронуться до носа).

Смешными усами (Указательные пальцы прижаты к губам).

Норку глубокую роет себе

Сильными лапками в мягкой земле. (Роем норку (колени)).

Чистит он шёрстку себе ("Чистим шёрстку").

Или спит. (Руки складываем, кладём под щёку).

Кролик ушами всегда шевелит. (Шевелим "ушами").

Слышит шаги и лисиц, и волков,

Прячется в норку свою от врагов (Сжаться в комочек или спрятаться в мамины коленки.)

## РАДУГА

Гляньте: радуга над нами, (Нарисовать рукой над головой полукруг (маховое движение)).

Над деревьями, (Руки поднять вверх, пальцы разомкнуты).

Домами, (Руки сложены над головой крышей).

И над морем, над волной, (Нарисовать волну рукой).

И немножко надо мной. (Дотронуться до головы).

## ДВА КОЗЛЁНКА

(На обеих ручках прижимаем большими пальцами средние и безымянные)

Как-то раз к кому-то в гости  
Шёл козлёнок через мостик,  
(Держим кисти горизонтально, сближаем руки).  
А навстречу шёл другой,  
Возвращался он домой.  
(На первый слог каждой строчки соединяем руки с размаха).  
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!  
(На слово "бух" - хлопаем в ладоши).  
И с моста в водичку - плюх!  
(Роняем руки на колени).

#### ПЯТЬ УТЯТ

Пять утят плывут вперёд,  
На берегу их мама ждёт,

(Одна из рук - "мама утка" - стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы сложены щепоткой. Вторая рука - утята. Выполняем волнообразные

движения по направлению к "утке". Количество разогнутых пальцев

соответствует количеству утят)

Но только четверо утят

Вернулись к мамочке назад.

(постепенно пальцы загибаются)

Четверо утят плывут...

Трое утят плывут...

Двое утят плывут...

Вот один плывёт вперёд,

На берегу его мама ждёт,

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

И сразу пятеро утят

Вернулись к мамочке назад.

## ЧАСЫ

(Садимся на коврик или подушку (на колени). Перебираем пальчиками ("бежим") от коленочек до макушки )

Мышь полезла в первый раз  
Посмотреть, который час.  
Вдруг часы сказали: "Бом!", (Один хлопок над головой).  
Мышь скатилась кувырком. (Руки "скатываются" на пол).  
Мышь полезла второй раз  
Посмотреть, который час.  
Вдруг часы сказали: "Бом, бом!" (Два хлопка).  
Мышь скатилась кувырком.  
Мышь полезла в третий раз  
Посмотреть, который час.  
Вдруг часы сказали: "Бом, бом, бом!" (Три хлопка).  
Мышь скатилась кувырком.

## ЧЕРВЯЧКИ

Раз, два, три, четыре, пять,  
Червячки пошли гулять.  
(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).  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Червячки пошли гулять.  
Вдруг ворона подбегает,  
Головой она кивает,  
(Складываем пальцы щепоткой, качаем ими вверх и вниз).  
Каркает: "Вот и обед!"  
(Раскрываем ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх).  
Глядь - а червячков уж нет!  
(Сжимаем кулачки, прижимая их к груди)

## У ЖИРАФОВ

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.  
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.  
(Хлопаем по всему телу ладонями).  
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носгах, на животах, на коленях и носках.  
(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).  
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.  
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.  
(Щипаем себя, как бы собирая складки).  
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носгах, на животах, на коленях и носках.  
(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).

## ПАУЧОК

Паучок ходил по ветке,  
А за ним ходили детки.  
(Руки скрещены; пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.)  
Дождик с неба вдруг полил,  
(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик).)  
Паучков на землю смыл.  
(Хлопок ладонями по столу или коленям.)  
Солнце стало пригревать,  
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит)  
Паучок ползёт опять,  
А за ним ползут все детки,  
Чтобы погулять на ветке.  
(Действия аналогичны первоначальному, "паучки" ползают на голове.)

## ПЧЁЛКИ

Домик маленький на ёлке,  
Дом для пчёл, а где же пчёлки?  
Надо в дом постучать,  
(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").  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Я стучу, стучу по ёлке,  
(Сжимаем кулачки. Стучим кулаками друг о друга, чередуя руки).  
Где же, где же эти пчёлки?  
Стали вдруг вылетать:  
(Разводим руками, растопыриваем пальцы и шевелим ими (пчёлки летают).  
Раз два, три, четыре, пять!

## ПЕРЧАТКИ

Весёлая мышка  
Перчатку нашла,  
(Раскрываем ладонь, пальцы растопырены (перчатка). Поворачиваем руки то ладонью, то тыльной стороной вверх).  
Гнездо в ней устроив,  
(Складываем ладоши "ковшом").  
Мышат позвала.  
(Сгибаем - разгибаем пальцы ("зовущий" жест).  
Им корочку хлеба  
Дала покусать,  
(Кончиком большого пальца поочередно стучим по кончикам остальных пальчиков).  
Погладила (отшлёпала) всех  
(Большим пальцем гладим ("шлёпаем") остальные (скользящим движением от мизинца к указательному).  
и отправила спать.  
(Ладони прижимаем друг к другу, кладём под щеку (спим).

## ПОРОСЯТА

(Пальцы рук растопырены; поочередно "идём" по столику или коленочкам каждым из пальчиков).

Этот толстый поросёнок целый день хвостом вилял, (Мизинцы).

Этот толстый поросёнок спинку об забор чесал. (Безымянные).

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю ("Фонарики").

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю (Сжимаем и разжимаем кулачки).

Этот толстый поросёнок носом землю ковырял, (Средние).

Этот толстый поросёнок что-то сам нарисовал. (Указательные).

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю (Сжимаем и разжимаем кулачки).

Этот толстый поросёнок - лежебока и нахал, (Большие).

Захотел спать в серединке и всех братьев растолкал.

(Руку сжимаем в кулак, большой палец зажимаем внутрь).

## РАЗМИНКА

(Выполняем подражательные движения в соответствии с текстом).

Головами покиваем,

Носиками помотаем,

А зубами постучим

И немножко помолчим.

(Прижимаем указательные пальцы к губам).

Плечиками мы покрутим

И про ручки не забудем.

Пальчиками потрясём

И немножко отдохнём.

(Наклонившись вниз, качаем расслабленными руками).

Мы ногами поболтаем

И чуть-чуть поприседаем,

Ножку ножкой подобьём

И сначала всё начнём.

(Подпрыгиваем на месте в ритме текста. Далее темп ускоряется.)

Головами покиваем,

Плечиками мы покрутим,...

## УЛИТКА

Улитка в домике одна сидит, рожки высунув, молчит.

(Одна из рук - "цветочек". Она стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы полусогнуты, растопырены. Ладонка - чашечка цветка. Вторая рука - улитка. Большой, средний и безымянный пальцы соприкасаются кончиками. Указательный и мизинец вытянуты вперёд (рога улитки).

Вот улиточка ползёт

("Улитка" раскачивается из стороны в сторону).

Потихонечку вперёд.

(Ползёт вперёд по столу).

На цветочек заползёт,

("Улитка" заползает на "цветочек").

Лепесточки погрызёт.

("Улитка" поочередно обхватывает пальцы ("лепесточки") второй руки ("цветочка").

Рожки в голову втянула,

(Рука ("улитка") сворачивается в кулак ("втягивает рожки").

В домик спряталась, заснула.  
(Вторая рука ("цветочек") закрывается, пряча "улитку" в "бутоне").

## ВЕСНА

(Пальцы складываем шепоткой. Качаем ими).  
Стучат всё громче дятлы,  
Синички стали петь.  
(Ладони сомкнуты "ковшом", поднимаем руки вверх, раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены).  
Встаёт пораньше солнце,  
Чтоб землю нашу греть.  
(Движения повторяются).  
Встаёт пораньше солнце,  
Чтоб землю нашу греть.  
Бегут ручьи под горку,  
Растаял весь снежок,  
(Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повернуты вниз).  
А из под старой травки  
(Ладони сомкнуты "ковшом").  
Уже глядит цветок...  
(Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка).  
А из под старой травки  
Уже глядит цветок  
(Движения повторяются).  
Раскрылся колокольчик  
(Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак).  
В тени там, где сосна,  
(Пальцы постепенно разжимаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика).  
Динь-динь, звенит тихонько,  
(Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая "динь-динь").  
Динь-динь, пришла весна.  
Динь-динь, звенит тихонько,  
Динь-динь, пришла весна.

## ЗАЙЦЫ

Руки лежат на столе или коленях, пальцы расслаблены. В соответствии с текстом приподнимаем поочередно пару одноимённых пальцев, начиная с больших.  
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, (Хлопаем в ладоши).

Нажав ружья курок, (Бежим пальчиками по столу или коленям).

И десять серых зайцев

Пустились наутёк.

## ГНОМИКИ-ПРАЧКИ

Жили-были в домике

(дети сжимают и разжимают кулачки)

Маленькие гномики:

Токи, Пики, Лики,

Чикки, Микки.

(правой рукой загибают на левой руке пальчики, начиная с большого пальчика)

Раз, два, три, четыре, пять,

(правой рукой разгибают на левой руке пальчики, начиная с большого)

Стали гномики стирать

(трут кулачками друг о друга)

Токи - рубашки,

Пики - платочки,

Лики - штанишки,

Чикки - носочки,

(опять загибают пальчики на левой руке, начиная с большого)

Микки умница был,

Всем водичку носил.

## ПОМОЩНИКИ

Раз, два, три, четыре (дети сжимают и разжимают кулачки)

Мы посуду перемыли. (трут одной ладошкой о другую)

Чайник, чашку, ковшик, ложку

И большую поварёшку. (загибают пальчики, начиная с большого пальчика)

Мы посуду перемыли, (опять трут одной ладошкой о другую)

Только чашку мы разбили, (загибают пальчики, начиная с мизинца)

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбился,

Ложку мы чуть-чуть сломали.

Так мы маме помогали. (сжимают и разжимают кулачки)

## ВАРИМ КОМПОТ

Будем мы варить компот,

Фруктов нужно много. Вот: (левую ладошку держат "ковшиком", а указательным пальцем правой руки "мешают")

Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить.

Отожмём лимонный сок, (загибают пальчики по одному, начиная с большого пальчика)

Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот.

Угостим честной народ. (опять "варят" и "мешают")

После того, как ручки ребёнка разогрелись, можно приступить к выполнению следующих

заданий на развитие мелкой моторики. Это могут быть опять же упражнения для пальчиков.

## 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)

## МИЗИНЧИК

Маленький мизинчик  
Плачет, плачет, плачет.  
Безымянный не поймет:  
Что всё это значит?  
Средний пальчик очень важный,  
Не желает слушать.

Указательный спросил:

- Может, хочешь кушать?

А большой бежит за рисом,

Тащит рису ложку,

Говорит: - Не надо плакать,

На, поешь немножко!

(кости руки сжаты в кулачок, поочередно разгибать пальцы, начиная с мизинца; с последней строчки большим пальцем и мизинцем касаться друг друга)

## ЦВЕТОК

Набухай скорей, бутон,

Распусти цветок - пион!

(подушечки пальцев обеих рук сомкнуть; ладошки немного округлые - получается "бутон"; нижние части ладоней прижаты друг к другу, а пальцы широко раздвинуты по кругу и немного прогнуть - получается большой раскрытый "цветок")

## БАБОЧКА (народная потешка)

Бабочка-коробочка,

Улетай под облачко.

Там твои детки

На берёзовой ветке.

(скрестить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу, пальцы прямые - "бабочка" сидит; ладони прямые и напряжены, пальцы не сгибать; лёгким, но резким движением рук в запястьях имитировать полёт бабочки)



## ПТЕНЧИКИ В ГНЕЗДЕ

Улетела птица- мать  
Малышам жучков искать.  
Ждут малютки-птицы  
Мамины гостинцы.

(все пальцы правой руки обхватить левой ладонью - получается "гнездо"; шевеленье пальцами правой руки создаётся впечатление живых птенцов в гнезде)

## КРЮЧОЧКИ

Крепко держатся дружочки,  
Не разжать нам их крючочки.  
(сцепить мизинцы обеих рук друг с другом, как два крючочка, чтобы их трудно было расцепить; по аналогии делать фигуры другими пальцами)

## КРЕСТИКИ И НОЛИКИ

У меня на столике

Крестики и нолики,

Захотел Илья Пятков

Сделать их из пальчиков

И фигурки у него

Получаются легко.

Захотите - научу

Девочек и мальчиков

Делать их из пальчиков?

(кисти рук с прямыми пальцами положить на стол: "крестики" - зацепить безымянный палец за мизинец (или средний - за указательный); удерживать это положение как можно дольше; "нолики" - соединить подушечками большой палец с указательным, затем - со средним, безымянными пальцами и мизинцем; одновременно удерживать созданные из пальцев рук крестики и нолики.

## ЧЕРВЯЧКИ

Раз, два, три, четыре, пять

Червячки пошли гулять.

Раз, два, три, четыре, пять,

Червячки пошли гулять

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).

Вдруг ворона подбегает

Складываем пальцы щепоткой, качаем ими вверх и вниз.

Головой она кивает,

Каркает: "Вот и обед!"

Глядь - а червячков уж нет!

Раскрываем ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх.  
Сжимаем кулачки, прижимая их к груди

### ЧЕРЕПАШКА

Рука сжата в кулак. Большой палец сверху.

Моя черепашка в коробке живёт,

Рука лежит на другой ладони (или на ладони партнёра по игре).

Купается в ванне,

Волнообразные движение кулаком в воздухе.

По полу ползёт.

"Черепашка" ползёт по другой руке (своей или партнёра по игре).

Её на ладошке я буду носить,

Руки возвращаются в исходное положение.

Она не захочет меня укусить

Отрицательный жест головой.