

ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА

Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка:

- способствует овладению навыками мелкой моторики;
- помогает развивать речь;
- повышает работоспособность головного мозга;
- развивает психические процессы: внимание, память, мышление, воображение;
- развивает тактильную чувствительность;
- снимает тревожность.



КАРТОТЕКА ПАЛЬЧИКОВЫХ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Игра «Прятки».

*В прятки пальчики играли
И головки убирали,
Вот так, вот так,
И головки убирали.*

Ритмично сгибать и разгибать все пальцы одновременно. Усложнение: поочередное сгибание каждого пальчика на обеих руках.

Игра «Юла».

*Быстро кружится, поет
И гудит, как самолет:
У-у-у...*

Сжать правую руку в кулак, вытянуть указательный палец. Опустить указательный палец кончиком вниз и быстро-быстро им вращать.

Игра «Мячик».

*Мой веселый круглый мяч,
Щеки круглые не прячь!
Я тебя поймаю,
В ручках покатаю!*

На первую строчку - одной рукой бить по воображаемому мячу, на вторую – поменять руки, на третью - двумя руками, соединив одноименные пальцы, показать мяч, на четвертую - покатавать воображаемый мяч между ладоней.

Игра «Дружба».

*Дружат в нашей группе
Девочки и мальчики.
Мы с собой подружим
Маленькие пальчики.
Один, два, три, четыре, пять.
Пять, четыре, три, два, один.*

Первые две строчки – обхватить правой ладонью левую и покачивать в ритме стихотворения. Следующие две строчки – обхватить левой рукой правую и покачивать в ритме стихотворения. На предпоследней строчке соединить пальчики обеих рук, начиная с большого, на последней – соединять, начиная с мизинца.

«Вышли пальчики гулять».

*Раз, два, три, четыре, пять –
Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять –
В домик спрятались опять.*

На первые строчки - поочередно разгибать пальчики из кулачков, начиная с большого пальца. На следующие строчки – поочередно сгибать пальчики в кулачки, начиная с мизинца.

«Прогулка».

*Пошли пальчики гулять,
А вторые догонять.
Третьи пальчики бегом,
А четвертые пешком.
Пятый пальчик поскакал
И в конце пути упал.*

Пальцы обеих рук сжать в кулачки. На первую строчку большие пальчики как бы прыжками двигаются по столу, на вторую строчку по столу двигаются указательные, на третью – движение по столу средних пальцев в быстром темпе, на четвертую – медленно движение безымянных пальцев по поверхности стола, на пятую – мизинцы, на шестую – хлопнуть обоими кулачками по поверхности стола.

«Барабанички».

*Твои пальчики – барабанички,
Там-там-там!
Тук-тук-тук!
Раздается звонкий стук.*

Подушечки правой и левой руки прижать к столу. Поочередно постукивать ими по поверхности стола, как в игре на пианино.

«Бинокль».

*Капитан корабля
Охраняет берега.
Он видит издали врага.*

Сложить пальцы так, чтобы получились «окуляры» бинокля. Поднести «бинокль» к глазам. Большие пальцы находятся снизу, кончики остальных пальцев прижаты к ним.

«Играем на пианино».

*Ножки вместе, ровно спину,
Мы садимся к пианино.
Мы играем для гостей,
Чтобы было веселей.*

Поочередно дотрагиваться до поверхности стола пальцами обеих рук, изображая игру на пианино – сначала большими пальцами, затем указательными, средними, безымянными и наконец мизинцами.

«Стул».

*Без молотка и без гвоздей,
Стул смастерим мы для гостей!*

Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставить кулачок.
Менять положение рук.

«Стол».

*У стола четыре ножки,
Сверху крышка, как ладошка.*

Левая рука в кулачок. Сверху на кулачок опустить ладошку. Менять положение рук.

Игра «Цветы».

*Расцвели у нас цветы
Небывалой красоты.
К солнцу тянутся цветочки,
Пять волшебных лепесточков.*

Синхронно двигать кисти обеих рук из положения висящих кулачков до поднятых вверх кистей с раздвинутыми в стороны пальцами.

Игра «Котик».

*Гладим котика рукой.
Выгнул спинку он дугой.
Потянулся он, зевнул,
Замурлыкал и заснул.*

Одной и другой рукой сделать расслабляющие упражнения для пальцев.

Игра «Киска».

*Как проснется наша киска,
Суп не станет есть из миски,
А зарядку потихоньку
Будет делать кошка Пронька.
То прогнет, то выгнет спинку.
Ножку вытянет вперед.
За ушком себя почешет,
Помурлычет и зевнет.*

Игра «Ладони».

*Я ладошку покажу,
А потом другую
Сперва быстро побегу,
А потом пойду я.*

На первую строчку – вытянуть одну руку ладонью вперед; на вторую – другую; на третью строчку – «бежать» пальцами по столу; на четвертую – «шагать» пальцами.

Массаж ладоней и пальцев камушками.

*Я рукою камушки катаю,
По подносу их перемещаю.
Будут пальчики мои быстрые и смелые,
Будут ручки у меня ловкие, умелые.*

Игра «Осень».

*Вышла осень погулять,
Стала листья собирать.*

На первую строчку «идти» указательным и средним пальцами одной руки, на вторую строчку – одной рукой «подбирать» листья и «класть» в другую.

Игра «Деревья».

*Высокие красивые деревья в лесу растут,
А корни под землю для них водичку пьют.*

На первую строчку расположить кисти рук перед собой, ладонями к себе. Пальцы разведены в стороны и напряжены. На вторую строчку ладони опустить вниз и прижать друг к другу тыльной стороной. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Удерживать в таком положении кисти рук, потом встряхнуть.

Игра «Елка».

*Елка быстро получается,
Если пальчики сцепляются.
Локотки ты подними,
Пальчики ты разведи.*

Ладони от себя, пальчики пропустить между собой и выставить вперед. Локотки к корпусу не прижимать.

Массаж ладоней и пальцев орехами.

*Орехом я круги катаю,
Взад-вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку,
Будто я сметаю крошку.
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка.*

Игра «Лимон».

*Желтый-желтый наш лимон,
Кислым соком брызжет он.
В чай его положим
Вместе с желтой кожей.*

На первую строчку одноименные пальцы соединить подушечками – показать лимон, на вторую – пальцы резко развести в стороны, на третью строчку соединять большой, указательный, средний пальцы одной руки и «опускать лимон в чай», на четвертую – пальцы в том же положении, делать вращательные движения – «помешивать чай».

Игра «Фрукты».

*Я не бью баклуши –
Собираю груши!
Яблоки сорву –
Друга позову.
Чищу я банан –
Другу тоже дам!*

На первые две строчки – левая рука полукругом перед грудью – «корзина», правая – «рвет груши с дерева и кладет в корзину». На вторые две – смена рук, на предпоследнюю – левая рука «держит банан», правая – «чистит», на последнюю – протянуть вперед руку с «бананом».

Игра «Капуста».

*Я – зеленая капуста,
Без меня в кастрюле пусто.
Листья снимете с меня,
И останусь только я!*

На первую строчку руками перед собой образовать круг, на вторую – наклонить голову – «заглянуть в кастрюлю», на последние две строчки – развести руки в стороны.

Игра «Солим капусту».

*Мы капусту рубим!
Мы капусту рубим!
Мы капусту режем!
Мы капусту режем!
Мы капусту солим!
Мы капусту солим!
Мы капусту жмем!
Мы капусту жмем!
Мы морковку трем!
Мы морковку трем!*

На первые две строчки прямыми, напряженными ладонями имитировать движения топора вверх – вниз, на вторые две – энергичные движения прямыми ладонями вперед – назад, на третьи две – пальцы собраны «щепотью», «солить капусту», на четвертые две строчки энергично сжимать пальцы в кулаки то одновременно на двух руках, то поочередно, на пятые – пальцы одной руки сжать в кулак и совершать ритмичные движения вверх – вниз по ладони другой руки. Затем поменять руки.

Игра «Зайка».

*Ушки длинные у зайки,
Из кустов они торчат.
Он и прыгает и скачет,
Веселит своих зайчат.*

Пальчики сжать в кулачок. Выставить вверх указательный и средний пальцы. Ими шевелить в стороны и вперед.

Массаж пальчиков «Вырос у нас чесночок».

*Вырос у нас чесночок,
Перец, томат, кабачок,
Тыква, капуста, картошка,
Лук и немножко горошка.
Овощи мы собирали,
Ими друзей угощали,
Квасили, ели, солили,
С дачи домой увозили.
Прощай же на год,
Наш друг – огород!*

Игра «Урожай».

*Собираем мы в лукошко
И морковку, и картошку.
Огурцы, фасоль, горох –
Урожай у нас не плох.*

Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого. Со слов: «Урожай у нас не плох», охватывать весь кулачок.

«Грибы».

*Красный-красный мухомор –
Белых крапинок узор.
Ты красивый, но не рвем!
И в корзинку не берем!*

На первую строчку соединить кончики пальцев – изобразить шляпку гриба, на вторую – одна рука-«шляпка гриба», указательным пальцем другой показать «крапинки», на третью строчку – погрозить пальчиком, на четвертую – прямая ладонь от себя - отодвигающий жест.

«Этот пальчик в лес пошел...»

*Этот пальчик в лес пошел,
Этот пальчик гриб нашел,
Этот пальчик чистить стал,
Этот пальчик жарить стал,
Этот пальчик все съел,
Оттого и потолстел.*

Загибать поочередно пальчики, начиная с мизинца.

«Ежик».

*Маленький колючий еж.
До чего же он хорош!*

Поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой. Шевелить прямыми пальчиками.

«Заяц и ежик».

*Заяц и ежик навстречу друг другу
Шли по дорожке по полю, по лугу.
Встретились – и испугались они.
Быстро бежали – поди догони!*

На первые две строчки указательные и средние пальцы обеих рук «идут» навстречу друг другу, на третью – стукнуть кулачками, на четвертую – пальцы снова «идут», но теперь в разные стороны.

Массаж ладоней и пальчиков «Ежи» (с массажной щеткой).

*Гладила мама-ежиха ежат:
«Что за пригожие детки лежат!»*

«Лиса».

*Лиса по лесочку петляла,
Хвостом следы заметала.*

Соединить все подушечки пальцев руки и движениями пальцев и запястья раскачивать кисть вверх – вниз, затем вправо – влево.

«На лужок».

*На лужок пришли зайчата,
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот.
На зеленый на лужок
Приходи и ты, дружок!*

Сгибать пальцы в кулачок в ритме потешки. При перечислении животных сгибать пальцы на обеих руках поочередно.

«Коза».

*Бородатая коза
Крутит серые глаза.
Рогами качает –
Сейчас забодает.*

Пальцы рук поджать, только указательный и мизинец держать выпрямленными. Это – «коза». Со словами: «Забодаю, забодаю!» - «коза» начинает двигаться вперед.

«Кошка».

*У кошки ушки на макушке,
Чтоб лучше слышать
Мышь в ее норушке.*

Средний и безымянный пальцы упереть в большой. Указательный и мизинец поднять вверх.

«Зима».

Снег ложится на дома,

*Улицы и крыши.
Тихо к нам идет зима,
Мы ее не слышим...*

На первую строчку руки развести в стороны, ладонями вниз, на вторую – руки «домиком», на третью – «идти» указательным и средним пальцами одной руки, на четвертую – рука за ухом.

«Шарики».

*На глазах у детворы
Елка наряжается.
Разноцветные шары
На ветвях качаются.*

Руки согнуть в локтях и, подняв их вверх, соединить пальцы. Вращать кистями рук.

«Снежок».

*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.*

На первую строчку – загибать пальчики, начиная с большого; на вторую – лепить, меняя положение ладоней; на третью – показать круг, сжать ладони вместе, погладить одной рукой другую; на четвертую – погрозить пальчиком; на пятую строчку – подбросить воображаемый снежок; на шестую – присесть, поймать воображаемый снежок; на предпоследнюю – встать, уронить воображаемый снежок, на последнюю – сломать.

«Лапки».

*Стоит на задних лапках кот,
И в гости мышек он зовет.
Показывает лапки,
А лапки – цап-царапки!*

Поджать подушечки пальцев правой руки к верхней части ладошки. Большой палец прижать к указательному. Шипеть несколько раз. Продолжать игру второй рукой. Затем провести игру двумя руками.

«Кошка».

*Кулачок – ладошка.
Я иду, как кошка.*

Руки лежат на столе. Попеременно менять положения рук на счет «раз – два». «Раз»: левая рука – кулачок, правая рука – ладошка. «Два»: левая рука – ладошка, правая рука – кулачок. Повторить несколько раз.

«Петушок».

*Петушок стоит весь яркий,
Гребешок он чистит лапкой.*

Ладонь вверх, указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в стороны и подняты вверх.

«Курочка».

*Курочка прыг на крыльцо:
Я снесла тебе яйцо.*

«Зерна курочка клюет...»

*Зерна курочка клюет,
И цыплятки тут как тут.
В воду уточка нырнет,
А цыплятки не нырнут.*

На первую строчку - обе ладони вместе, отклоняются от себя, на вторую – обе руки поочередно «клюют» всеми пальцами, собранными вместе, на третью строчку – руки, соединенные указательными пальцами, «ныряют» от себя, на четвертую – погрозить указательным пальцем.

«Дятел».

*Дятел дерево долбит:
Тук-тук-тук.
Целый день в лесу стоит:
Стук-стук-стук.*

На первые две строчки – левая ладонь прямая – это «дерево», правая – все пальцы собраны в кулачок – это «дятел», правая стучит в левую. На вторые две строчки – смена рук, левая стучит в правую.

Массаж «Гусенок».

*Вот проснулся, встал гусенок,
Пальцы щиплет он спросонок.
- Дай, хозяйка, корма мне
Раньше, чем моей родне!*

«Рыбки».

*Рыбки весело резвятся
В чистой тепленькой воде.
То сожмутся, разожмутся,
То зарюются в песке.*

Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.

«Лодочка».

*Лодочка плывет по речке,
Оставляя на воде колечки.*

Обе ладони поставить на ребро, большие пальцы прижать к ладоням (как ковшик).

«Пароход».

*Пароход плывет по речке,
И пыхтит он, словно печка.*

Обе ладони поставить на ребро, мизинцы прижать (как ковшик), а большие пальцы поднять вверх.

«Одежда».

*Я надену сапоги, курточку и шапку.
И на руку каждую
Натяну перчатку.*

На первую строчку показать на ноги, туловище, голову, на вторую – поднять руку выпрямленными пальцами вверх, другой – провести по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток, на третью – поменять руки.

«Стираем одежду».

*Пена мылится в корыте,
Я стираю – посмотрите!
Мы сегодня так старались:
Всю одежду постирали,
Все теперь мы отождем,
Жмем, жмем, жмем, жмем.
Ох, устали – отдохнем!*

На первые две строки потереть кулаками друг о друга, на следующие строчки, кроме последней – прижать кулаки друг к другу и с усилием вращать ими, словно отжимая одежду, на последнюю строчку – встряхнуть расслабленными кистями.

«Посуда».

*Из тарелок, как один,
Суп мы ложками едим.
Вилкой кушаем котлеты,
Ножик режет нам котлеты.*

На первую строчку - ладони вместе перед собой – «тарелка», на вторую – вращательные движения рукой с воображаемой ложкой, на третью строчку – указательный и средний пальцы выпрямить, большой палец придерживает безымянный и мизинец, на четвертую – «резать» прямой ладонью взад-вперед.

«Чашка».

*На столе она стоит,
Чай горячий в ней налит.*

Сложить округленные ладони вместе.

«Чайник».

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу,

*Больше греться не хочу.
Крышка громко зазвенела:
«Пейте чай, вода вскипела».*

Сжать правую руку в кулак, оттопырив большой палец – это «носик чайника». Наливая чай, произносить «с-с-с», имитируя звук льющейся из чайника воды.

«Ватрушки».

*Мы для милого Ванюшки
Испекли бы три ватрушки.
Только нет у нас пока
Ни муки и ни песка,
Ни яиц, ни соли,
Ни дрожжей, ни молока.*

Кулачки правой и левой руки сжимать и разжимать одновременно. Со слов: «Только нет у нас пока...» - поочередно сгибать пальцы, начиная с большого.

«Колокольчик».

*Колокольчик все звенит.
Язычком он шевелит.*

Тыльные стороны рук обращены вверх, пальцы обеих рук скрестить. Средний палец правой руки опустить вниз и свободно вращать им.

Массаж ладоней и пальцев шишками.

*Шишкой я круги катаю,
Взад-вперед ее гоняю.
Я сожму ее немножко,
Как сжимает лапу кошка.*

«Птичка пьет водичку».

*Наклонилась, захватила,
Подняла и проглотила.*

Пальцы сложить «щепотью» - это «клюв». Не отрывая локоть от стола, «клювом» коснуться стола. Далее – имитировать движения птицы: захватить «воду», поднять «голову», пощелкать «клювом».

«Птичка летит».

*Птички летели,
Крыльями махали.
Сели – посидели,
Дальше полетели.*

Руки расположить перед собой (ладонями к себе). Большие пальцы переплести – это «голова» птицы. Остальные пальцы – «крылья». Помахать ими на первые две строчки, на третью – прижать ладони к груди, на четвертую – махать «крыльями».

Пальчиковый бассейн с фасолью.

*В ведре не соль, совсем не соль,
А веселая фасоль.
На дне – игрушки для детей,
Мы их достанем без затей.*

«Зайка и барабан».

*Зайка взял свой барабан
И ударил трам-трам-трам.*

Пальчики сжать в кулачок. Указательный и средний поднять вверх. Безымянным и мизинцем стучать по большому пальцу.

«Зайцы».

*Скачет зайка косою
Под высокой сосной.
Под другою сосной
Скачет зайка другою.*

Указательный и средний пальцы правой руки выпрямить, остальные согнуть и соединить. На вторую строчку – ладонь левой руки поднять вертикально вверх, пальцы развести в стороны. На третью строчку ладонь правой руки поднять вертикально вверх. На последнюю строчку указательный и средний пальцы левой руки выпрямить, остальные согнуть и соединить.

«Снежный ком».

*Взяли дети белый ком,
Лепить будем снежный дом.
Мы польем его водой,
Домик будет ледяной.
Ком за комом мы кладем,
Вот и вылепили дом.*

На первые две строчки – имитировать движения, изображающие лепку стежков; на третью, четвертую – «плескать» ладонями воду; на пятую, шестую – ставить кулачок на кулачок, затем нарисовать в воздухе ладонями домик.

«Санки».

Обе ладони положить на стол вплотную друг к другу, и совершать синхронные движения вперед-назад.

«Лыжи».

Ладонями поочередно скользить вперед-назад по столу.

«Коньки».

Выполнять те же движения, что в упражнении «Лыжи», но не ладонями, а ребрами ладоней.

«Фонарики».

Мы фонарики зажжем,

*А потом гулять пойдём!
Вот фонарики сияют,
Нам дорогу освещают!*

Поочередно сжимать и разжимать пальцы на счет «раз – два». На «раз»: пальцы правой руки выпрямлены, пальцы левой руки сжаты. На «два»: пальцы левой руки выпрямлены, пальцы правой руки сжаты. Сначала упражнение выполнять медленно, затем ускорить темп. Можно выполнять упражнение сначала на счет, потом – сопровождая движения ритмично проговариваемыми строчками.

«Лыжник».

*Утром на лыжах кататься пошли,
Быстро до леса на лыжах дошли.
Время к обеду – весь лес обошли.
Дружно на лыжах домой мы пришли.*

Указательный и средний пальцы вытянуть и опустить вниз, средний и безымянный пальцы прижать к ладони большим пальцем. Поставить указательный и средний пальцы на 2 плоские счетные палочки. Это «лыжник на лыжах». Не отрывая указательный и средний пальцы от «лыж», «ехать» скользящими движениями по столу.

Пальчиковый бассейн с горохом.

*Мы насыпали горох
И пальцы запустили,
Устроив там переполох,
Чтоб пальцы не грустили.*

«Медведь».

*Бурый мишенька зимой
Крепко спал в берлоге.
Весною он проснулся,
Зевнул и потянулся:
«Здравствуй, рыжая лисичка,
Здравствуй, белочка-сестричка!
Здравствуй, серенький волчонок!
Здравствуй, беленький зайчонок!»*

Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. То же самое проделать левой рукой.

«Прогулка».

*Пошли пальчики гулять,
А вторые догонять.
Третьи пальчики бегом,
А четвертые нешком.
Пятый пальчик поскакал
И в конце пути упал.*

Пальцы обеих рук сжать в кулачки. На первую строчку большие пальчики как бы прыжками двигаются по столу, на вторую строчку по столу двигаются указательные, на третью – движение по столу средних пальцев в быстром темпе, на четвертую – медленно движение безымянных пальцев по поверхности стола, на пятую – мизинцы, на шестую – хлопнуть обоими кулачками по поверхности стола.

«Волна».

*Светит полная луна –
За волной бежит волна,
Ветер веет на просторе,
И всю ночь волнует море.*

Соединить пальцы двух рук в замок, совершать волнообразные движения сцепленными руками.

«Дождик».

*Дождик-дождик,
Не дожди!
Не дожди! Ты подожди!
Выйди, выйди, солнышко –
Золотое доннышко.*

Подушечки правой и левой руки прижать к столу. Попеременно постукивать ими по поверхности стола, как в игре на пианино.

«Речка и рыбка».

*Рыбка-малютка по речке плывет,
Рыбка-малютка хвостиком бьет.*

Выпрямленные ладони прижать друг к другу, пальцы направить в сторону от себя. Поворачивать сомкнутые ладони вправо и влево, имитируя движения рыбки хвостом.

Массаж «Кусается сильно котенок-глупыш...»

*Кусается сильно котенок-глупыш,
Он думает: это не палец, а мышь.
- Но я же играю с тобою, малыш!
- А будешь кусаться – скажу тебе «кыш!»*

«Кошка».

*Маленькая кошка
Села у окошка.
Хвостиком играет,
Мышку поджидает.*

Большой палец и мизинец поднять вверх. Остальные пальцы прижать к ладони.

«Коготки».

Если когти точит кошка,

Будет дождик за окошком.

Ладонь поставить вертикально вверх. Пальцы выпрямить и развести в стороны. Сильно сгибать и разгибать кончики пальцев.

Массаж «Котята Тим и Том» (используется массажный мячик).

Смотри-ка: два котенка!

Их Тим и Том зовут.

Они сейчас по крыше

Тихонечко идут.

Идут до края крыши,

Идут, идут, идут.

«Весна».

Вот уж две недели

Капают капли.

Снег на солнце тает

И ручьем стекает.

На первые две строчки опустить по очереди руки вниз, пальцы вместе, на третью строчку – руки ладонями вниз разведены в стороны, на четвертую – обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.

«Мамин день».

Мамочка хорошая,

Мамочка любимая!

Очень я ее люблю,

Поцелуй ей дарю!

На первую строчку – воздушный поцелуй над ладонью, на вторую – поцелуй над другой ладонью, на третью строчку – сдуть с ладони поцелуй, на четвертую – сдуть поцелуй с другой ладони.

«Листочки».

Ты весной видел чудо?

Как из маленькой из почки

Появляются листочки.

Сложить ручки в кулачок, затем разжать их.

Игра «Лесная зарядка».

Руки подняли и покачали –

Это деревья в лесу.

Руки нагнули,

Кисти встряхнули –

Ветер сбивает росу.

В стороны руки,

Плавно помашем –

Это к нам птицы летят.

Как они сядут –

Тоже покажем –

Крылья сложили назад.

На первые две строчки плавно покачивать поднятыми вверх руками, на следующие три строчки – встряхивать руки перед собой, на предпоследние три – горизонтальные одновременные движения руками вправо-влево (2 раза), на последние три строчки – присесть, руки отвести назад.

«Солнышко».

Солнышко в глазки

Светит ребятам.

Мы поиграем

С солнышком в прятки!

Образовать два кружка из больших и указательных пальцев обеих рук, соединив их.

«Лодочка».

Маленькая лодочка в ручейке плывет,

На прогулку лодочка малышей везет.

Обе ладони поставить на ребро и соединить «ковшиком», большие пальцы прижать к ладоням.

«Возвращение птиц».

Только мухи оживут –

Птицы их клюют, клюют.

На первую строчку – махать пальцами обеих рук, на вторую строчку – «клевать» щепотками рук.

«Птенчики».

Приносила пташка

Птенчикам букашек.

Птенчики ждали –

Рты открывали,

Громко кричали.

Все пальцы правой руки обхватить левой ладонью. Получается «гнездо». Шевеление пальцами правой руки создает впечатление живых птенцов в гнезде.

«Цветок».

Солнце поднимается –

Цветочек распускается!

Солнышко садится –

Цветочек спать ложится.

Ладони поднять вверх, пальцы образуют «бутон», основания кистей прижаты друг к другу. Цветок распускается: развести одновременно пальцы рук в стороны, а потом свести пальцы вместе.

«Нарисую я цветок».

Нарисую я кружок,

*Длинный, тонкий стебелек.
Раз – мазок, два – мазок,
Получается цветок!*

На первую строчку «нарисовать» указательным пальцем в воздухе или на столе круг, на вторую – «нарисовать» под наклоном к стеблю два овала – листочки.

«Сидит белка на тележке...»

*Сидит белка на тележке,
Продает она орешки:
Лисичке-сетсричке,
Воробью, синичке,
Мишке косолапому,
Зайньке усатому.*

На первые две строчки ритмично сгибать пальцы обеих рук в ритме потешки, на следующие строчки поочередно сгибать пальчики, начиная с большого.

«Зайчик».

*Комочек пуха,
Длинное ухо,
Прыгает ловко,
Любит морковку.*

«Белочка».

*В дупле живет
Да орешки грызет.*

Средний и безымянный пальцы соединить с большим так, чтобы получилось колечко – это «мордочка» белки. Указательный палец и мизинец поднять вверх – это «ушки». Быстро соединять и разъединять пальцы, показывая, как белка грызет орешки.

«Шел медведь...»

*Шел медведь к своей берлоге
Да споткнулся на пороге.
«Видно, очень мало сил
Я за зиму накопил», -
Так подумал и пошел
Он на поиск диких пчел.
Все медведи – сладкоежки,
Любят есть медок без спешки.*

На первые две строчки «медведь» - указательный и средний пальцы правой руки «идут» по столу, на вторые две – «медведь» отдыхает, на предпоследние две строчки – снова «шагают» указательный и средний пальцы правой руки, на последние две – шагают указательный и средний пальцы левой руки.

«Жук».

*Жук сидит на веточке.
Вы не бойтесь, деточки.
Попробуйте-ка сами
Пошевелить усами!*

Сжать кулак. Большой палец и мизинец развести в стороны («усы»).
Пошевелить «усами».

«Улитка».

*Выставив крутые рожки,
Ползет улитка по дорожке.*

Пальцы сжать в кулачок. Выдвинуть указательный палец и мизинец.
Продвигаясь медленно вперед, «улитка» шевелит «усиками».

«Бабочка».

*Бабочка-капустница
Над цветком летала,
Весело порхала –
Пыльцу собирала.*

Скрестить запястья рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу.
Пальцы прямые. Легким, но резким движением рук в запястьях имитировать полет бабочки.

«Цветы».

*На лугу цветут цветы
Небывалой красоты.
К солнцу тянутся цветочки,
Пять волшебных лепесточков.*

Синхронно двигать кистями обеих рук из положения висящих кулачков до поднятых вверх кистей с раздвинутыми в стороны пальцами.

«Цветок».

*Вырос высокий цветок на поляне,
Утром весенним раскрыл лепестки.
Всем лепесткам красоту и питание
Дружно дают под землей корешки.*

Руки в вертикальном положении, ладони прижать друг к другу, развести пальцы и слегка округлить их. На вторую строчку развести пальчики. На третью – ритмичное движение пальцами вместе - врозь. На четвертую – ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.

«Солнышко».

*Солнышко, покажись,
Красное, снаряжись!
Чтобы год от года
Давала нам погода
Теплое летечко,*

*Грибы в берестечко,
Ягоды в лукошко,
Зеленого горошка,
Яблочков немножко.*

На первую строчку – нарисовать в воздухе ладонями круг, на вторую – еще один, на третью и четвертую – хлопать в ладоши, на следующие – загибать пальчики поочередно.

«Части тела».

*У меня есть голова,
Грудь, живот, а там – спина,
Ножки – чтобы поскакать,
Ручки – чтобы поиграть.*

При чтении стихотворения указывать на соответствующие части тела.

«Город».

*В городах людей немало;
Много окон
И дверей,
Много улиц и каналов,
Мало водится зверей!*

На первую строчку водить рукой, как в считалке, на вторую – указательными пальцами «рисовать» окно, на третью – «открыть дверь», на четвертую строчку – ладони параллельно друг другу движутся вперед, на последнюю – развести руки в стороны.

«Дом».

*Мы построим новый дом!
Дружно в дома заживем.
В нашем домике – окошко.
Загляни туда, Антошка!*

Создать угол «крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом. Большие пальцы соединить по прямой линии.