**Приложение № 4**

**У ЛАРИСКИ - ДВЕ РЕДИСКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| У Лариски —  Две редиски.  У Алешки —  Две картошки.  У Сережки-сорванца —  Два зеленых огурца.  А у Вовки —  Две морковки.  Да еще у Петьки  Две хвостатых редьки. | (По очереди разгибают пальчики из  кулачка, начиная с большого, на  одной или обеих руках.) |

**Компот**

|  |  |
| --- | --- |
| Будем мы варить компот,  Фруктов нужно много.  Вот: | (Левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают».) |
| Будем яблоки крошить,  Грушу будем мы рубить.  Отожмем лимонный сок,  Слив положим и песок | (Загибают пальчики по одному, начиная с большого.) |
| Варим, варим мы компот.  Угостим честной народ | (Опять «варят» и «мешают».) |

**КАП, КАП, КАП**

|  |  |
| --- | --- |
| Кап, кап, кап — звенит капель.  Приближается апрель | (Ритмично, на каждый слог стучат по столу подушечками пальцев, начиная с большого.) |

**УТОЧКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Шла уточка бережочком,  Шла серая по крутому | («Идут» двумя пальчиками по столу,  переваливаясь.) |
| И малого, и большого, | (Загибают безымянный палец; боль-  шой палец.) |
| И среднего, и меньшого, | (Загибают средний палец; мизинец.) |
| И самого любимого | (Загибают указательный палец.) |

**ПЧЕЛА**

|  |  |
| --- | --- |
| Прилетела к нам вчера  Полосатая пчела. | (Машут ладошками.) |
| А за нею шмель-шмелек  И веселый мотылек, | (На каждое название насекомого  загибают один пальчик.) |
| Два жука и стрекоза,  Как фонарики глаза. | (Делают кружочки из пальчиков  и подносят к глазам.) |
| Пожужжали, полетали, | (Машут ладошками.) |
| От усталости упали | (Роняют ладони на стол.) |

**ЛАСТОЧКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Ласточка, ласточка,  Милая касаточка,  Ты где была,  Ты с чем пришла? —  За морем бывала,  Весну добывала.  Несу, несу  Весну- красну. | (На каждую строку большой палец «здоровается» дважды с одним пальчи­ком, начиная с указательного,— сна­чала на правой, потом на левой руке.) |

**ЖИЛ ДА БЫЛ ОДИН НАЛИМ**

|  |  |
| --- | --- |
| Жил да был один налим, | (Плавные движения сложенными ла­дошками, имитирующие движения плавников.) |
| Два ерша дружили с ним. | (Ладони раздвинуты; движения ладо­нями порознь.) |
| Прилетали к ним три утки  По четыре раза в сутки | (Руки сложены накрест, взмахи ладо­нями.) |
| И учили их считать: | (Сжимать и разжимать кулачки.) |
| Раз, два, три, четыре, пять. | (Загибать пальчики, начиная с боль­шого.) |

**БУРЕНУШКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Дай молочка, Буренушка,  Хоть капельку — на донышке. | (Дети показывают, как доят корову.) |
| Ждут меня котятки,  Малые ребятки. | (Делают «мордочки» из пальчиков.) |
| Дай им сливок ложечку,  Творогу немножечко,  Масла, простоквашки,  Молочка для кашки. | (Загибают по одному пальчику на обеих руках.) |
| Всем дает здоровье.  Молоко коровье. | (Снова «доят). |

**ДУДОЧКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Ой, ду-ду, ду-ду, Ду-ДУ,  Потерял пастух дуду. | (Пальцы обеих рук сложены в колечко и поднесены ко рту; дети выполняют круговые движения — «играют на ду­дочке».) |
| А я дудочку нашла,  Пастушку я отдала. | (Ритмичные удары в ладоши и кулач-  ками друг о друга попеременно.) |
| — Ну-ка, милый пастушок,  Ты спеши-ка на лужок. | («Идут» указательным и средним пальцами по столу.) |
| Там Буренка лежит,  На теляток глядит.  А домой не идет,  Молочка не несет. | (Ритмичные удары в ладоши и кулач-  ками друг о друга попеременно.) |
| Надо кашу варить,  Сашу кашей кормить | (Указательным пальцем правой руки «варят кашу» на левой ладошке.) |

**ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три,  четыре, пять | («Шагают» по столу средним и указа  тельным пальчиками.) |
| Будем листья собирать. | (Загибают пальчики, начиная с большого.) |
| Листья березы,  Листья рябины,  Листики тополя,  Листья осины,  Листики дуба мы соберем, | (Сжимают и разжимают кулачки.) |
| Маме осенний букет отнесем. | (Загибают пальчики, начиная с боль­шого.) |

**Машина каша**

|  |  |
| --- | --- |
| Маша каши наварила,  Маша кашей всех кормила.  Положила Маша кашу | (Указательным пальцем правой руки  дети мешают в левой ладошке.) |
| Кошке – в чашку,  Жучке – в плошку,  А коту – в большую ложку.  В миску курицам, цыплятам  И в корытце поросятам. | (Загибают по одному пальчику на левой руке.) |
| Всю посуду заняла, | (Разжимают кулачок.) |
| Все до крошки раздала. | (Сдувают «крошку» с ладошки.) |

**Каша**

|  |  |
| --- | --- |
| Каша в поле росла, | (Дети подняли руки, шевелят пальчиками.) |
| К нам в тарелку пришла. | («Идут» пальчиками по столу.) |
| Всех друзей угостим,  По тарелке дадим | (В правой ладошке «мешают» указательным пальцем левой руки.) |
| Птичке-невеличке,  Зайцу и лисичке,  Кошке и матрешке,. | (Загибают по одному пальчику на обеих руках.) |
| Всем дадим по ложке! | (Разжимают кулачки.) |

**ПОМОЩНИКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, | (Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.) |
| Мы посуду перемыли: | (Одна ладонь скользит по другой по кругу.) |
| Чайник, чашку, ковшик, ложку  И большую поварешку. | (Загибают пальчики по одному, начи-  ная с большого.) |
| Мы посуду перемыли, | (Одна ладонь скользит по другой.) |
| Только чашку мы разбили,  Ковшик тоже развалился,  Нос у чайника отбился.  Ложку мы чуть-чуть сломали, | (Загибают пальчики по одному, начи-  ная с большого.) |
| Так мы маме помогали. | (Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.) |

**ИГРУШКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| На большом диване в ряд Куклы Катины сидят: | (Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками.) |
| Два медведя, Буратино,  И веселый Чиполлино,  И котенок, и слоненок. | (Загибают поочередно все пальчики.) |
| Раз, два, три, четыре, пять. | (Разгибают поочередно пальчики.) |
| Помогаем нашей Кате  Мы игрушки сосчитать. | (Попеременно хлопают в ладоши стучат кулачками.) |

**ПИРОГ**

|  |  |
| --- | --- |
| Падал снег на порог. | (Дети два раза медленно опускают ладони на стол.) |
| Кот слепил себе пирог.  А пока лепил и пек, | (Прижимая ладонь к ладони, показывают, как лепят пирог.) |
| Ручейком пирог утек. | («Бегут» пальчиками обеих рук по столу.) |
| Пирожки себе пеки  Не из снега — из муки. | (Опять показывают, как пекут пирог.) |

**АЛЕНКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Аленка-маленка  Шустра, быстра: | (Хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга — 2 раза.) |
| Воды наносила,  Сарафан дошила,  Носок довязала,  Ягод насбирала,  Песню допела, | (Загибают пальчики по одному, начи­ная с большого.) |
| Везде поспела.  В охотку ей дело. | (Хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга — 2 раза.) |

**ГНОМИКИ-ПРАЧКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Жили-были в домике  Маленькие гномики: | (Дети сжимают и разжимают кулачки.) |
| Токи, Пики, Лики, Чики, Мики. | (Загибают пальчики, начинаяс больших.) |
| Раз, два, три, четыре, пять, | (Разгибают пальчики, начиная с мизинцев.) |
| Стали гномики стирать: | (Трут кулачки друг о друга.) |
| Токи – рубашки,  Пики – платочки,  Лики – штанишки,  Чики – насочки.  Микки умнича был, всем водичку носил. | (Загибают пальчики, начиная с большого.) |

**КОРМУШКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Сколько птиц к кормушке нашей Прилетело? Мы расскажем | (Ритмично сжимают и разжимают кулачки.) |
| Две синицы, воробей,  Шесть щеглов и голубей, | (На каждое название птицы загибают по одному пальчику.) |
| Дятел в пестрых перышках.  Всем хватило зернышек | (Опять сжимают и разжимают кулачки |

**ХОЗЯЙКА ОДНАЖДЫ С БАЗАРА ПРИШЛА**

|  |  |
| --- | --- |
| Хозяйка однажды с базара пришла, Хозяйка с базара домой принесла | («Шагают» пальчиками по столу.) |
| Картошку, капусту,  Морковку, горох,  Петрушку и свеклу. | (Загибают по одному паль­чику на строчку на обеих руках.) |
| Ох! | (Хлопок.) |
| Вот овощи спор завели на столе — Кто лучше, вкусней и нужней на земле, | (Попеременные удары кулачками и ладонями.) |
| Картошка? капуста?  Морковка? Горох?  Петрушка иль свекла? | (Загибают пальчики на обеих руках.) |
| Ох! | (Хлопок.) |
| Хозяйка тем временем ножик взяла  И ножиком этим крошить начала | (Стучат ребром каждой ладо­ни по столу.) |
| Картошку, капусту,  Морковку, горох,  Петрушку и свеклу. | (Загибают пальчики.) |
| Ох! | (Хлопок.) |
| Накрытые крышкой, в душном горшке  Кипели, кипели в крутом кипятке | (Ладони складывают крест накрест на столе.) |
| Картошка, Капуста,  Морковка, Горох,  Петрушка и свекла, | (Загибают пальчики.) |
| Ох! | (Хлопок.) |
| И суп овощной оказался неплох! | (Показывают, как едят суп.) |

**СИДИТ БЕЛКА НА ТЕЛЕЖКЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Сидит белка на тележке,  Продает она орешки. | (Хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно.) |
| Лисичке-сестричке,  Воробью, синичке,  Мишке толстопятому,  Заиньке усатому. | (Загибают по одному пальчику, начиная с большого.) |
| Кому в платок,  Кому в зобок,  Кому в лапочку. | (Ритмичные хлопки ладонями и удары кулачками.) |

**НАПЕРСТОК**

|  |  |
| --- | --- |
| Вышивает, шьет иголка,  Пальцу больно,  Пальцу колко. | (Левая ладошка раскрыта, в правой  руке — воображаемая иголка; иголка  «шьет» и задевает кончик указательного пальца на левой руке.) |
| А наперсток  В тот же миг  К девочке на пальчик  Прыг! | (Дети делают правой рукой такое дви жение, как будто надевают на указа  тельный палец левой руки наперсток.) |
| Говорит иголке. | («Шьют».) |
| — Шей,  А колоться ты не смей! | (Грозят указательным пальчиком левой руки.) |

**ПОВАР**

|  |  |
| --- | --- |
| Повар готовил обед,  А тут отключили свет. | (Ребром ладони дети стучат по столу.) |
| Повар леща берет  И опускает в компот. | (Загибают большой палец на левой руке.) |
| Бросает в котел поленья,  В печку кладет варенье. | (Загибают указательный палец.) |
| Мешает суп кочерыжкой, | (Загибают средний палец.) |
| Угли бьет поварешкой. | (Загибают безымянный палец.) |
| Сахар сыплет в бульон. | (Загибают мизинец.) |
| И очень доволен он! | (Разводят руками.) |

**ЕЛОЧКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Перед нами елочка: | (Пальцы рук переплетены, из большихпальцев — верхушка «елочки».) |
| Шишечки, иголочки. | Кулачки, указательные пальчики выс-  тавлены.) |
| Шарики, фонарики, | («Шарики» из пальцев вверх, вниз.) |
| Зайчики и свечки, | Ушки» из указательного и среднего  пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты.) |
| Звезды, человечки. | (Ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный пальцы стоят на столе.) |

«**НА ЕЛКЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Мы на елке веселились, | (Ритмичные хлопки в ладоши.) |
| И плясали, и резвились. | (Ритмичные удары кулачками.) |
| После добрый Дед Мороз  Нам подарки преподнес. | (Дети «шагают» средним и указатель­ным пальцами обеих рук по столу.) |
| Дал большущие пакеты, | («Рисуют» руками большой круг.) |
| В них же — вкусные предметы: | (Делают ритмичные хлопки.) |
| Конфеты в бумажках синих, Орешки рядом с ними, Груша,  Яблоко, один Золотистый мандарин. | (Загибают на обеих руках пальчики, начиная с большого.) |

**ПОДАРКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Дед Мороз принес подарки:  Буквари, альбомы, марки, | (Дети «шагают» пальчиками по столу.) |
| Кукол, мишек и машины,  Попугая и пингвина,  Шоколадок полмешка  И пушистого щенка! | (На каждое произнесенное название подарка загибают по одному пальчику сначала на правой, потом на левой руке.) |
| Гав! Гав! | (Делают из пальчиков правой руки мордочку щенка, согнуты средний и указательный пальчики — «ушки».) |

**ЕСТЬ ИГРУШКИ У МЕНЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| Есть игрушки у меня: | (Хлопают в ладоши и ударяют кулач-  ками друг о друга попеременно.), |
| Паровоз и два коня,  Серебристый самолет,  Три ракеты, вездеход,  Самосвал, подъемный кран —  Настоящий великан. | (Загибают пальчики на обеих руках.) |
| Сколько вместе?  Как узнать?  Помогите сосчитать! | (Хлопают попеременно в ладоши  и ударяют кулачками друг о друга.) |

**МНОГО МЕБЕЛИ В КВАРТИРЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, | (Загибают пальчики, начиная с боль-  шого, на обеих руках.) |
| Много мебели в квартире. | (Сжимают и разжимают кулачки.) |
| В шкаф повесим мы рубашку,  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 с котом  Посидели за столом, | (Загибают пальчики, начиная с большого). |
| Чай с вареньем дружно пили.  Много мебели в квартире. | (Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками). |

**НАША ГРУППА**

|  |  |
| --- | --- |
| В нашей группе все друзья. | (Дети ритмично стучат кулачками по столу.) |
| Самый младший — это я.  Это Маша,  Это Саша,  Это Юра,  Это Даша. | (Разжимают кулачки, начиная с ми­зинчика.) |

**ЧТО ПРИНЕС НАМ ПОЧТАЛЬОН?**

|  |  |
| --- | --- |
| Что принес нам почтальон? | (Сжимают и разжимают кулачки.) |
| С толстой сумкой ходит он. | («Шагают» пальчиками по столу.) |
| Перевод, журнал, газету,  В бандероли — две кассеты  И письмо от тети Вали,  Чтоб ее приезда ждали. | (На каждое наименование загибают по одному пальчику, начиная с большого.) |

**НАША КВАРТИРА**

|  |  |
| --- | --- |
| 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. К концу стихотворения должны быть загнуты все десять пальцев.) |

**ЕСТЬ У КАЖДОГО СВОЙ ДОМ**

|  |  |
| --- | --- |
| У лисы в лесу глухом  Есть нора — надежный дом. | (Дети загибают пальцы на обеих руках: по одному пальцу на каждое двустишие.) |
| Не страшны зимой метели  Белочке в дупле на ели  Под кустами еж 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 | (Удары ладонями и кулачками поочередно.) |

**БОТИНКИ**

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

**НОВЫЕ КРОССОВКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Как у нашей кошки  На ногах сапожки.  Как у нашей свинки  На ногах ботинки.  А у пса на лапках  Голубые тапки.  А козленок маленький  Обувает валенки.  А сыночек Вовка —  Новые кроссовки. | (Загибают на обеих руках пальчики по одному, начи­ная с больших.) |
| Вот так,  Вот так,  Новые кроссовки. | («Шагают» по столу указа­тельным и средним пальца­ми обеих рук.) |

**ЛЮБЛЮ ПО ГОРОДУ ГУЛЯТЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| Люблю по городу гулять,  Люблю смотреть, люблю считать. | (Дети «шагают» пальчиками обеих рук по столу.) |
| Невский — раз, Зимний — два,  Три — красавица Нева  А четыре — мост Дворцовый,  Пять — гуляю по Садовой,  Шесть — к Исаакию схожу  И на купол погляжу.  Семь — конечно, Летний сад.  Как красив его наряд!  Восемь — крепость у Невы,  Были там, наверно, вы.  Девять — повстречался мне  Медный всадник на коне.  Десять — из-за поворота  Вижу Нарвские ворота. | (На каждое название загиба ют по одному пальцу.) |

**Пальчиковая гимнастика**

|  |  |
| --- | --- |
| Посчитаем в первый раз,  Сколько обуви у нас. | (Попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу.) |
| Туфли, тапочки, сапожки  Для Наташки и Сережки,  Да еще ботинки  Для нашей Валентинки,  А вот эти валенки  Для малышки Галеньки. | (На каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого.) |

**ВЫШЕЛ ДОЖДИК ПОГУЛЯТЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять, | (Удары по столу пальчиками обеих рук. Левая начинает с мизинца, пра­вая — с большого пальца.) |
| Вышел дождик погулять. | (Беспорядочные удары по столу паль-  чиками обеих рук.) |
| Шел неспешно, по привычке,  А куда ему спешить? | («Шагают» средним и указательным пальчиками обеих рук по столу.) |
| Вдруг читает на табличке:  «По газону не ходить!» | (Ритмично ударяют то ладонями, то кулачками по столу.) |
| Дождь вздохнул тихонько: | (Часто и ритмично бьют в ладоши.) |
| — Ох! | (Один хлопок.) |
| И ушел  Газон засох. | (Ритмичные хлопки по столу.) |

**ПТИЧКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Эта птичка — соловей,  Эта птичка — воробей  Эта птичка — совушка,  сонная головушка  Эта птичка — свиристель,  Эта птичка — коростель. | (Дети загибают по одному пальчику на обеих руках.) |
| Эта птичка — злой орлан | (Машут сложенными накрест ладо­нями.) |
| Птички, птички, по домам | (Машут обеими руками, как крыль­ями.) |

**СНЕЖОК**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, | (Загибают пальчики, начиная с большого.) |
| Мы с тобой снежок слепили. | («Лепят», меняя положение ладоней.) |
| Круглый, крепкий, очень гладкий | (Показывают круг, сжимают ладони вместе, гладят одной ладонью другую.) |
| И совсем-совсем не сладкий. | (Грозят пальчиком.) |
| Раз — подбросим. | Смотрят вверх, подбрасывают вообра­жаемый снежок.) |
| Два — поймаем. | (Приседают, ловят воображаемый снежок.) |
| Три — уроним | (Встают, роняют воображаемый снежок.) |
| И... сломаем. | (Топают.) |

**МЫ ВО ДВОР ПОШЛИ ГУЛЯТЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять, | (Загибают пальчики по одному.) |
| Мы во двор пришли гулять. | («Идут» по столу указательным и сред­ним пальчиками.) |
| Бабу снежную лепили, | («Лепят» комочек двумя ладонями.) |
| Птичек крошками кормили, | («Крошат хлебушек» всеми пальчиками.) |
| С горки мы потом катались, | (Ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки.) |
| А еще в снегу валялись. | (Кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной.) |
| Все в снегу домой пришли. | (Отряхивают ладошки.) |
| Съели суп, и спать легли. | (Движения воображаемой ложкой; ру­ки под щеку.) |

**КАК У НАС СЕМЬЯ БОЛЬШАЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| Как у нас семья большая  Да веселая. | (Ритмичные хлопки в ладоши и удары кулачками попеременно.) |
| Два у лавки стоят, | (Загнуть большие пальцы на обеих  руках.) |
| Два учиться хотят, | (Загнуть указательные пальцы на  обеих руках.) |
| Два Степана у сметаны  Объедаются. | (Загнуть средние пальцы.) |
| Две Дашки у кашки  Питаются. | (Загнуть безымянные пальцы.) |
| Две Ульки в люльке  Качаются. | (Загнуть мизинцы.) |

**РЫБКА**

|  |  |
| --- | --- |
| Рыбка плавает в водице,  Рыбке весело играть | (Сложенными вместе ладонями дети изображают, как плывет рыбка.) |
| Рыбка, рыбка, озорница, | (Грозят пальчиком.) |
| Мы хотим тебя поймать. | (Медленно сближают ладони.) |
| Рыбка спинку изогнула, | (Снова изображают, как плывет рыбка.) |
| Крошку хлебную взяла. | Делают хватательное движение обеими руками.) |
| Рыбка хвостиком махнула,  Рыбка быстро уплыла. | (Снова «плывут».) |

**Кошка и горшок с молоком**

|  |  |
| --- | --- |
| В кухне нашей под столом  стоит крынка с молоком | (складываем из пальцев левой руки кружок) |
| К крынке кошка подошла | ("идем" указательным  и средним пальцами правой руки) |
| Сверху сливки попила | (указательным пальцем делаем "лакающие" движения в кружке, изображающем горшок) |
| Глубже сунулась в горшок:  - Молочка напьюсь я впрок! | (засовываем палец глубже в кружок-горшок) |
| Что случилось? Ой-ой-ой!  Кошка крутит головой | (крутим головой) |
| Налакалась молочка -  не уйти ей из горшка! | (пытаемся вытянуть палец из кружка) |
| С головы горшок не слез. С ним и убежала в лес! | (топоча пальцами обеих рук по столу, показываем, как кошка убежала) |

**Погода**

|  |  |
| --- | --- |
| Холодно. Осень. Пальцы мои Дружно ругают холодны дни. | Поднести сложенные руки ко рту и согревать их своим дыханием. |
| Пальчик-малыш жалуется:  «Ой-ой-ой!  Холод-то какой!» | Пальцы сжаты в кулачок. Сгибать и разгибать мизинец (на обеих руках). |
| Указательный палец шепчет  тихонько:  «Эх-эх-эх!  А вдруг пойдет снег!» | Пальцы сжаты в кулачок. Сгибать и разгибать указательный палец. |
| Средний палец ворчит:  «Ох-ох-ох!  От ветра я оглох!» | Сгибать и разгибать средний палец. |
| Безымянный палец кричит:  «Ай-ай-ай!  Солнце вылезай!» | Сгибать и разгибать безымянный палец. |
| Здоровяк большой палец  восклицает:  «Ах-ах-ах!  Жаль, я не в сапогах!  Ух-ух-ух!  Дайте мне кожух!» | Сгибать и разгибать большой палец. |

Эти упражнения можно выполнять сначала правой, а потом левой рукой.

**Помиримся**

Раз мизинчик после ссоры

помириться можно скоро.

Два,побольше-безымянный-

он мизинчику родня,

Для колечка он у мамы

и для счета у меня.

Три соседний - палец средний.

Четыре - указательный, а иногда -

лизательный-

Лизать с него варенье ну просто объедение.

Пять - большой. Он чем хорош?

Если спросят: "как живешь?"

Он нам нужен для того,

чтоб ответить людям: "ВО!"

А у нашего Алешки друг на друга все похожи.

Удивляюсь, что за брат-все мизинчики подряд.

**Игра с ежиком**

|  |  |
| --- | --- |
| Ежик выбился из сил –  Яблоки, грибы носил. | (гладим ежика, жалеем) |
| Мы потрем ему бока –  Надо их размять слегка. | (трем, похлопываем по бокам) |
| А потом погладим ножки,  Чтобы отдохнул немножко, | (гладим ножки) |
| А потом почешем брюшко,  Пощекочем возле ушка. | (по тексту) |
| Еж в лесочек убежал,  Нам «спасибо» пропищал. | (давим на игрушку, чтоб запищал) |

**О левой и правой руке**

|  |  |
| --- | --- |
| Смотрите-ка, вот две руки:  Правая и левая! | (вытягиваем руки вперед, показывая) |
| Они в ладоши могут бить –  И правая, и левая! | (хлопаем в ладоши) |
| Они мне могут нос зажать –  И правая, и левая! | (по очереди зажимаем нос правой и левой рукой) |
| Ладошкой могут рот прикрыть –И правая, и левая! | (прикрываем рот той и другой) |
| Дорогу могут показать –  И правая, и левая! | (показываем направление то правой, толевой рукой) |
| В носу умеют ковырять –  И правая, и левая! | (хм. ковыряем в носу по очереди каждой рукой) |
| А если кто-то завопит,  И правая, и левая  Помогут уши мне заткнуть! | (затыкаем уши) |
| С руками я всегда дружу-  И с правою, и с левою! | (дружеское рукопожатие) |
| И могут ласковыми быть  И правая, и левая!  Обнимут вас, ко мне прижмут –  И правая, и левая! | (обхватываем себя руками -"обнимаем") |

**АКУЛА**

|  |  |
| --- | --- |
| Приплывали две севрюги, | (Двумя ладонями дети изображают, как плывут севрюги.) |
| У них спины словно дуги. | (Выгибают ладони тыльной стороной вверх.) |
| Налетали с двух сторон, | (Изображают, как севрюги плывут  навстречу друг другу.) |
| Ты, акула, выйди вон. | (Делают толчок ладонями от груди.) |

**Шла кукушка**

|  |  |
| --- | --- |
| Шла кукушка мимо рынка, | (идем по столу на выпрямленных указательном и среднем пальцах, остальные пальцы поджаты) |
| У неё была корзинка, | (ладони соединяются «ковшом» - корзинка) |
| А корзинка на пол – бух! | (ударяем сомкнутыми ладонями по коленям, разъединяем руки) |
| Полетело десять (девять, восемь) мух! | (разводим руки в стороны, шевеля пальцами, количество разогнутых пальцев соответствует тексту) |

**Птички и ветер**

|  |  |
| --- | --- |
| Маленькие птички,  Птички-невелички,  По лесу летают,  Песни распевают. | (машем руками, как крылышками) |
| Буйный ветер налетел | (руки вверх, раскачиваемся из стороны в сторону) |
| Птичек унести хотел.  Птички спрятались в дупло  Там не тронет их никто | (приседаем на корточки, закрываем голову руками) |

**Как на горке**

|  |  |
| --- | --- |
| Как на горке снег, снег | (шевелить пальчиками обеих рук) |
| И под горкой | (мягкое постукивание кулачками  по столу |
| И на елке | **(**соединяем одноименные пальцы, изображая елочку) |
| И под елкой | (обхватываем себя руками) |
| А под елкой спит медведь | (пальчики к губам) |
| Тише, тише, не шуметь. | (поочередно соединяем одноименные пальцы обеих рук, повторяя несколько раз) |

**Мой домик**

|  |  |
| --- | --- |
| Пусть мой домик кос и крив, Посмотри, как он красив!  Видишь - из окошка  Выглянула кошка! | Сложить ладони, образовав «крышу». Посмотреть на «домик» со всех сторон. |
| Ветер воет: «У-у-у!  В клочья домик разорву!» | Сильно подуть на «домик». |
| Но он крепкий, домик мой,  Хоть косой он и кривой! | Сблизить ладони, покачать соединенными ладонями влево – вправо. |
| Пусть неделю ветер воет –  Домик мой меня укроет! | Поднять «крышу» над головой. |

**Пять маленьких братцев**

|  |  |
| --- | --- |
| Пять пальцев на руке своей | Поочередно разгибать сжатые |
| Назвать по имени сумей. | в кулак пальцы в |
| Первый палец - боковой - | соответствии с текстом. |
| Называется большой. |  |
| Палец второй - указчик |  |
| старательный, |  |
| Не зря называют его |  |
| указательным. |  |
| Третий твой палец как раз |  |
| посредине, |  |
| Поэтому средний дано ему |  |
| имя. |  |
| Палец четвертый зовут |  |
| безымянный, |  |
| Неповоротливый он и |  |
| упрямый. |  |
| Совсем как в семье, братец |  |
| младший - любимец. |  |
| По счету он пятый. |  |
| Зовется мизинец. |  |

**Дружные пальчики**

|  |  |
| --- | --- |
| Этот пальчик маленький, Мизинчик удаленький. | Сжатые в кулаки пальчики разгибать по одному, в соответствии с текстом. |
| Безымянный кольцо носит, Никогда его не бросит. |  |
| Ну, а этот - средний, длинный. Он как раз посередине. |  |
| Этот - указательный,  Пальчик замечательный. |  |
| Большой палец, хоть не  длинный,  Среди братьев самый  сильный. |  |
| Пальчики не ссорятся. Вместе дело спорится. | Сжать пальцы в кулак и разжать их. |

**Замок**

|  |  |
| --- | --- |
| На дверях висит замок.  Кто его открыть не смог?  Мы замочком постучали,  Мы замочек повертели,  Мы замочек покрутили  И открыли! | (на первую строчку-пальцы в"замочек", затем стучать о стол"замочком", затем круговыедвижения "замочком", и показали ладошки) |

**Цветок**

|  |  |
| --- | --- |
| Вырос высокий цветок  на поляне | (руки вверх, ладони прижаты друг к другу, развести пальцы, слегка округлить их) |
| Утром весенним раскрыл  лепестки. | (развести пальчики) |
| Всем лепесткам красоту  и питанье | (ритмичное движение пальцами вместе – врозь) |
| Дружно дают под землей  корешки. | (ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести) |

**Дом на горе**

|  |  |
| --- | --- |
| На горе мы видим дом | (сложите домик из ладоней: все пальцы соприкасаются кончиками) |
| Много зелени кругом | (волнообразные движения руками) |
| Вот деревья, вот кусты | (по тексту) |
| Вот душистые цветы. |  |
| Окружает все забор, |  |
| За забором – чистый двор. | (поглаживание ладонями по воздуху) |
| Мы ворота открываем, | (по тексту) |
| К дому быстро подбегаем, | (пальцы «побежали» по столу) |
| В дверь стучимся: тук, тук, тук. | (кулаками по столу0 |
| Кто–то к нам идет на стук? | (по тексту) |
| В гости к другу мы пришли  и гостинцы принесли. | (вытянуть руки вперед) |

**Дадим пальцам имена**

Раз, два, три, четыре, пять, Выполнять движения по тексту

Будем пальцы мы считать,

Пять на правой, пять на левой,

Знают это Таня Севой.

Вместе будет их десяток,

Дружных, крепеньких ребяток.

Дел у каждого - сполна!

Мы дадим им имена.

Вот- большой, или Большак.

Помогать он всем мастак!

Живет отдельно от других.

Работать может за троих!

За ним стоит Указка.

Его конёк - подсказка.

Он нам без промедленья

Укажет путь к варенью.

Вот - Середняк, или средний,

Он третий, не последний.

Спокойный, очень сильный,

Как богатырь былинный.

Четвертый - Сиротинка,

Без имени детинка,

С наперстком оловянным

Зовется безымянным.

А пятый - Коротышка,

Проказливый мальчишка,

Шалун и привереда,

Мизинчик-непоседа!

**Яблонька**

|  |  |
| --- | --- |
| У дороги яблонька стоит, | (руки сплести над головой, пальцы разжаты) |
| На ветке яблоко висит. | (сложить запястья вместе) |
| Сильно ветку я потряс, | (руки над головой, движения вперед – назад) |
| Вот и яблочко у нас. | (ладони перед грудью, имитируя, что держим яблоко) |
| В сладко яблоко вопьюсь**,**  Ах, какой приятный вкус**.** | (соединить запястья, ладони развести) |

**ПАУЧОК**

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

"Паучки" ползают по голове.

**Две сороконожки**

|  |  |
| --- | --- |
| Две  Сороконожки  Бежали по дорожке, | пальцы взрослого «бегут» навстречу друг другу по руке ребенка (или по ногам, или вдоль позвоночника) |
| Так друг-дружечку обняли,  Что с трудом мы их разняли. | и затем соединяются  посередине. |

**Божьи коровки**

|  |  |
| --- | --- |
| Божьей коровки папа идет. | пальцами правой руки «шагать» по столу. |
| Следом за папой мама идет. | пальцами левой руки «шагать» по столу. |
| За мамой следом детишки  идут.  Вслед за ними самые  малышки бредут. | «Шагать» обеими руками вместе. |
| Красные юбочки носят они, | пожать самому себе ладонями, пальцы прижать друг к другу. |
| Юбочки с точками черненькими. | постучать указательными пальцами по столу. |
| Папа семью в детский садик  ведет,  После занятий домой заберет. | всеми пальцами обеих рук «шагать» по столу. |

**Дом**

|  |  |
| --- | --- |
| -Молоточком я стучу, | постукивать кулачками друг о друга. |
| -Дом построить я хочу. | соединить кончики пальцев обеих рук. |
| -Строю я высокий дом, | поднять выпрямленные ладони вверх |
| -Буду жить я в доме том. | похлопать в ладоши. |

**Мышка**

|  |  |
| --- | --- |
| Маленькая мышка по городу бежит. | шевелить пальцами обеих рук |
| Глядит во все окошки | сделать бинокль |
| И пальчиком грозит | погрозить пальцем |
| А кто не лег в кроватку? | руки сложить под одну щеку |
| А кто не хочет спать? | руки под другую щеку |
| Того непослушного я буду щекотать. | пощекотать себя |

**Паучок**

|  |  |
| --- | --- |
| Паучок все вверх ползет | пройтись пальцами одной руки по другой |
| Паутину он плетет. | поводить по животику, как бы шевеля лапками |
| Паутина хоть тонка  Крепко держит мотылька. | взяться за плечики |
| Паутина рвется | поднять руки вверх |
| Мотылек смеется | сделать «фонарики» |

**Улитка**

Руки на уровне груди: одна сжата в кулачок,

другая ее накрывает – это раковина улитки.

|  |  |
| --- | --- |
| -Улитка-улитка,  Отвори калитку,  Выходи из дома,  Будем знакомы. | быстро протолкнуть кулачок «наружу» - теперь он не спрятан, зато запястье за кулачком плотно охвачено ладонью другой руки. |
| **-**Улитка-улитка,  Высуни рога,  Дам пирога! | разжать два пальца кулачка (мизинец и безымянный) |
| -Улитка-улитка,  Пошли гулять. |  |
| -Ползи, ползи, ползи….. | «Улитка» ползет по предплечью, потом по плечу.»Ракушка постепенно исчезает. |
| -Ой! Щекотно!  Пойду к другой улитке! |  |

**Мама**

Ладони сложены вместе, пальцы слегка расставлены и смотрят вверх.

|  |  |
| --- | --- |
| -Мама, мама! | Мизинчики отрываются друг от друга и снова соединяются два раза. |
| -Что, что, что? | Большие пальцы отрываются и соединяются три раза. |
| -Гости едут. | Тоже делают безымянные пальцы |
| -Ну и что. | Затем указательные |
| -Здравствуй, здравствуй.  Чмок, чмок, чмок. | Средние пальцы сначала «обнимаются» а потом «целуются». |

**Веселый цирк**

|  |  |
| --- | --- |
| Веселый цирк у нас в гостях,  Жонглер бросает шарики, | Подбрасывают воображаемые шарики. |
| И клоун зрителей смешит, | Дразнятся — большой палец у носа |
| Смешит больших и маленьких  Вот на канате акробат | Показывают рукой выше и ниже |
| Раскинул руки в стороны.  Силач старается поднять  Стальные гири новые.  Наездники на лошадях | Руки в стороны, балансируют ими.  Поднимают воображаемые гири. |
| По кругу мчатся весело | Бегут с высоко поднятыми коленями, одна рука вверху |
| А мы мороженое едим  И хлопаем под песенку. | Лижут воображаемое мороженое  Хлопают в ладоши. |

,

**Дождевые червячки**

|  |  |
| --- | --- |
| Дождевые червячки  Вылезли наружу. | Расставляют пальцы одной руки  и между ними просовывают расставленные пальцы другой руки. |
| После теплого дождя | Щелкают пальцами сверху вниз. |
| Им погреться нужно. | Обхватывают туловище руками. |
| Лежебоки-червячки | Подкладывают ладони под щеку. |
| Нежатся на солнце — | Поднимают руки вверх, раскрывают пальцы, разводят руки в стороны. |
| То сжимаются они,  Делаются толще,  То становятся они | Пальцы сжимают в кулак.  Соединяют два сжатых кулака. |
| Длинными, как палка.  Наступать на червячков  Всем ребятам жалко. | Вытягивают указательные пальцы. Поднимают ногу  Медленно опускают ногу |

**Веселый оркестр**

|  |  |
| --- | --- |
| Дружно наш оркестр играет,  Все о музыке он знает. | Дирижируют. |
| Нежно скрипочка поет,  За собой она зовет. | Имитируют игру на скрипке |
| Трубы громко затрубили, | Изображают трубу с помощью  рук и кулачков |
| И тарелки в такт забили. | Хлопают ладонями с раскрытыми  пальцами. |
| Следом дудочка дудит,  И струна гитар звенит.  Барабан вступил, как гром, | Имитируют игру на дудочке.  Имитируют игру на гитаре.  Имитируют игру палочками на барабане. |
| Всех перекрывает он. | Делают покрывающее движение обеими руками. |

**Лето знойное в разгаре**

|  |  |
| --- | --- |
| Лето знойное в разгаре,  Все на пляже загорают | Проводят рукой по лбу, изображая жару. |
| Руки солнцу подставляют,  Носик кверху задирают | Руки перед собой, ладони раскрыть Поднимают голову, крутят ею |
| И бегут к реке скорей, | Бегут по столу пальчиками. |
| Охладиться, чтоб быстрей | Изображают зябкость, холод по телу |
| Плавают туда-сюда, | Делают руками плавательные движения |
| Не утонут никогда | Руки складывают шалашиком, опускают  вниз, отрицательно качают головой |
| Брызги в стороны летят | Делают резкое движение рукой вперед |
| И на всех попасть хотят | Всплескивают руками. |

**Надоедливые мухи**

|  |  |
| --- | --- |
| Чай душистый пьем, пыхтим:  Уф-уф-уф, уф-уф-уф | Ритмично подносят ладонь корту |
| Отгоняем веткой мух.  Мух-мух-мух, мух-мух-мух | Ритмично помахивают рукой. |
| . А они в варенье сели,  Ели-ели, ели-ели. | Ритмично постукивают пальцами по ладони. |
| Так нам мухи надоели!  Мы варенье быстро съели. | Ритмично изображают движение ложкой, «облизывание пальцев». |

**Паучок-ткач**

|  |  |
| --- | --- |
| Сетку паучок плетет, | Пальцами изображают решетку |
| Словно ткач проворный. | Изображают движение на ткацком станке |
| Нитку липкую по кругу  Намотал задорно. | В воздухе пальцем очерчивают круг |
| А потом ее пустил,  Чтоб круги связались. | Делают диагональное движение рукой. |
| И в красивой паутине | Раздвигают пальцы обеих рук, соединяют большие пальцы |
| Мухи все остались. | Скрещивают пальцы, сжимают |
| Вывел нитку, натянул | Указательным пальцем проводят в воздухе горизонтальную линию |
| И засел в засаде. | Приседают, руку козырьком приставляют ко лбу. |
| Только мухи не летят. | Соединяют больше пальцы, остальными пальцами изображают полет мухи, качают отрицательно головой. |
| Паучку досадно! | Машут рукой |

**Такой разный дождь**

|  |  |
| --- | --- |
| Рассердилась туча злая,  И закапал мелкий дождь. | Постукивают кулаком о кулак. Ритмично быстро постукивают указательным пальцем одной руки о ладонь другой. |
| Капля падает за каплей,  Сколько набежало слез! | Ритмично щелкают пальцами.  Собирают воображаемые слезы в ладонь |
| Дождь сильнее стал,  И ветер сделал вдруг его косым. | Двигают ребром ладони сверху  вниз по диагонали. |
| Вправо капли, влево капли,  Словно всех косой косил.  Ливень туча посылает, | То же самое в разные стороны.  Имитируют косьбу.  Делают резкое движение рукой  вперед. |
| И стеной вода течет. | Вытягивают руки перед собой, ладонями к себе, делают резкое движение сверху вниз. |
| Где бы спрятаться от ливня? | Пожимают плечами, смотрят по сторонам. |
| Зонтик нас раскрытый ждет | Над головой руками изображают купол. |

**Осень листья золотит**

|  |  |
| --- | --- |
| Осень листья золотит,  Ветер ими шелестит:  Шур-шур-шур, шур-шур-шур. | Ритмично потирают ладонью о ладонь. |
| И с деревьев их разносит.  Поиграет, снова бросит:  У-у-у, у-у-у- | Ритмично скрещивают подня­тые вверх руки. |
| Вверх поднимет, закружит  И на месте завертит:  У-у-у, у-у-у- | Делают круговые движения ука­зательными пальцами. |
| То к земле прижмет, погладит, Вдруг на веточку посадит: Так-так-так, так-так-так. | Ритмично похлопывают ладоня­ми со сменой положения рук |
| Соберет большую кучу,  Убежит и сядет в тучу. | Ритмично сжимают и разжи­мают руки. |

**У Зимы в лесу изба**

|  |  |
| --- | --- |
| У Зимы в лесу изба, | Руки перед собой, пальцы обеих рук сомкнуты шалашиком, ост­рием вверх. |
| Во все стороны резьба. | Указательными пальцами обеих рук в воздухе делают вращательные движения. |
| Два столба хрустальных врыты,  Сторожить поставлены. | Ставят кулачок на кулачок попеременно. |
| Ледяные окна скрыты | Руки перед собой, ладони раскрыты, прижаты друг к другу ребром, пальцы сомкнуты. |
| Ледяными ставнями. | Руки поворачивают к себе ладонями, затем тыльной стороной. |
| На шесте, на ледяном | Указательный палец правой руки  прикрывают ладонью левой. |
| Ходит ворон ходуном. | Указательным пальцем правой руки пересчитывают пальцы левой |

**Вьюга**

|  |  |
| --- | --- |
| Воет вьюга: У-у-у,  Завертеть я вас могу. | Делают круговые движения ру­ками над головой ритмично |
| Замести в большой сугроб  Хоп-хоп-хоп, хоп-хоп-хоп. | Руки внизу, ритмично двигают ими с боков к центру, «подгре­бая» снег. |
| Вас от дома уведу,  В чисто поле приведу. | Ритмично хлопают ладонями по телу |
| А потом улягусь спать  В свою снежную кровать. | Ритмично покачивают скрещен­ными руками перед собой. |

**Мои руки**

|  |  |
| --- | --- |
| Мои руки — это волны, | Руками изображают волну, движение вперед. |
| Ветер гонит их вперед. | Делают резкое движение руками вперед. |
| Мои руки — крылья чаек, | Поднимают и опускают руки через стороны, плавно, кисти расслаблены |
| Небо их к себе зовет. | Поднимают руки перед собой, вверх. |
| Мои руки — рыбки в море, | Соединяют пальцы рук треугольником перед собой. |
| Плавают туда-сюда | Делают плавные движения руками то в одну, то в другую сторону |
| Мои руки — это крабы,  Разбежались кто куда. | Руки перед собой, пальцы сгибают и опускают вниз; пошевеливают ими. |
| Спустимся на дно морское  Там кораллы, словно ветки, | Приседают.  Раскрытые ладони поднимают вверх. |
| Водоросли, как деревья, | Трогают пальцами ухо, поднимают руки вверх. |
| Раскачалися без ветра.  Вот проплыл конек игривый, | Плавно покачивают руками.  Ходят на месте, высоко подни­мая согнутые ноги, опуская и поднимая голову. |
| Как змея, ползет мурена, | Делают волнообразные движения рукой. |
| И акула проплывает  На ходу заснула, верно | Делают из рук большой рот  Кладут руки под щеку. |

**Летят качели**

|  |  |
| --- | --- |
| Кач-кач-кач — летят качели | Ритмично покачивают руками внизу из стороны в сторону |
| Так захватывает дух.  Все сильнее бьется сердце:  Тук-тук-тук-тук, тук-тук-тук. | Поднимают руки резко вверх. Ритмично постукивают кулач­ками друг о друга |
| Вверх и вниз и снова к солнцу. | Ритмично поднимают руки вверх,  вниз, снова вверх. |
| Словно птица ты летишь. | Ритмично взмахивают руками  или кистями рук. |
| Выше, выше, выше, выше! —  Вновь товарищам кричишь. | Приседают, ритмично встают, поднимая руки. |

**Звенит капель**

|  |  |
| --- | --- |
| Кап-кап-кап», — капель звенит,  Словно с нами говорит. | Ритмично хлопают в ладоши  Ритмично хлопают ладонями по ногам. |
| Плачут от тепла сосульки,  И на крышах талый снег.  А у всех людей весною | Собирают «слезы» в ладошку.  Ритмично гладят себя по голове. |
| Это вызывает смех | Поворачиваются вокруг себя |

**Едем, едем на машине**

|  |  |
| --- | --- |
| Едем, едем на машине,  Нажимаем на педаль.  Газ включаем, выключаем, | Имитируют движения рулем  Ногу сгибают, вытягивают  Воображаемый рычаг поворачивают рукой к себе, от себя. |
| Смотрим пристально мы вдаль.  Дворники счищают капли | Приставляют ладонь ко лбу.  Руки сгибают в локтях перед собой, ладони раскрывают. |
| Вправо, влево. Чистота!  Волосы ерошит ветер.  Мы — шоферы хоть куда! | Наклоняют руки влево, вправо.  Над головой шевелят пальцами.  Поднимают вверх большой палец руки. |

**Золотая рыбка**

|  |  |
| --- | --- |
| Золотая рыбка чешуей сверкает:  Ах-ах-ах, ах-ах-ах  Хвост, как из вуали, | Ритмично похлопывают руками по телу сверху вниз. |
| Нежно распускает  Так-так-так, так-так-так | Ритмично покачивают руками за спиной |
| Машет плавниками,  еле шевелит*.*  Не спит, не спит, не спит.  В водорослях спрятаться | Руки вытягивают по бокам, ими тируют движения плавниками |
| Поскорей спешит  Спешит, спешит, спешит | Руки поднимают вверх, покачивают ими. |

**Цветик-колокольчик**

|  |  |
| --- | --- |
| Травка стелется к земле— | Дети сгибают руки в локтях и делают перед собой плавные движения кистями |
| Ветер с ней играет.  Стебельки чуть-чуть колышет,  Устали не знает.  А в траве растет цветок — | Пошевеливают пальцами. Легко покачивают туловищем. Делают отрицательный жест. |
| Вот его бутончик. | Соединяют кончики пальцев |
| Раскрывает лепестки  Цветик-колокольчик. | Раскрывают пальцы |
| К солнцу тянет лепестки, | Поднимают руки вверх. |
| Головой качает,  Пчелок он к себе зовет, | Покачивают головой. Пошевеливают руками, как ма­ленькими крылышками. |
| Запахом их манит | Нюхают цветок |

**Воробьи**

|  |  |
| --- | --- |
| Пять воробьев на заборе сидели, | Дети показывают пять пальцев. |
| Один улетел, а другие запели.  И пели, пока не сморила  усталость, | Загибают один палец. |
| Один улетел — и их трое  осталось.  Сидели втроем и немного  скучали, | Загибают еще один палец. |
| Один улетел, а двое остались. | Загибают еще один палец. |

**Птенцы**

|  |  |
| --- | --- |
| Птенцы в гнездышке сидят,  Птенцы кушать хотят. | Дети собирают пальцы левой руки в мягкий кулак и в него поочередно опускают пальцы правой руки. Затем руки меняются. |
| Ротик открывают,  Маму ожидают. | Энергично смыкают и размыкают большой палец с остальными сомкнутыми пальцами на обеих руках. |
| Мама прилетела, | Взмахивают скрещенными кистями перед грудью, изображая полет птицы. |
| И пошло тут дело!  От червяков, жуков и мошек | Быстро перебирают разомкнутыми пальцами обеих рук, поднятых вверх. |
| Не осталось даже крошек | Ритмично хлопают в ладоши перед грудью, разводят ладоши в стороны. |

**Непослушная дочка**

|  |  |
| --- | --- |
| Куклу нежно я качаю,  А она кричит: «Уа!» | Дети ставят руки перед собой, качают ими |
| Руки, ноги поднимает, | Поднимают руки, ноги |
| Спать не будет до утра. | Кладут ладони под щеку, отри­цательно покачивают головой. |
| Кашку я сварю ей лучше | Делают помешивающее движение рукой. |
| И в тарелку положу. | Раскрывают ладонь одной руки — тарелка, другой показывают движение ложки в руке. |
| Вся испачкалась, грязнуля!  Дай, я кашку остужу.  Дочку я свою умыла: | Обтирают пальцами лицо  Делают обмахивающее движение рукой. |
| Руки, шею и лицо.  Кашу всю водою смыла.  Наигралась с куклой. Все! | Поглаживают руки, шею и лицо.  Стряхивают «воду» с рук.  Разводят руки в стороны. |

**Любимые куклы**

|  |  |
| --- | --- |
| Куклам платья дружно шили, | Дети изображают качание куклы на руках. |
| Кукол очень мы любили.  Долго нитку продевали, | Прижимают ладони к груди.  Изображают продевание нитки в иголку. |
| Узелок потом вязали, | Делают вращательные движения указательными пальцами вокруг друг друга. |
| Отрезали лоскуток, | Разъединяют указательный и средний пальцы, остальные сжаты. |
| Прошивали вдоль стежок. | Зажимают между большим, указательным и средним пальцами «иголку», делают волнообразные движения справа налево |
| Утюгом горячим шов  Распрямили, чтобы лег. | Отдергивают руку.  Проводят кулаком по ладони горизонтально |
| Кукол поскорей позвали,  Нарядили. Не узнали! | Машут рукой к себе.  Делают движения руками вдоль тела сверху вниз. Выставляют большой палец руки вперед |

**Сколько у меня игрушек?**

|  |  |
| --- | --- |
| Там, в углу, лежат игрушки, | Дети попарно соединяют шалашиком пальцы рук. |
| Отдыхает в тишине...  Пять игрушек в день рожденья  Подарили гости мне.  Раз — ушастый серый зайка. | Сжимают пальцы в кулачки. Разжимают пальцы левой руки ладонью к себе.  Большой палец, мизинец и безымянный собирают в щепотку, а указательный и средний подни­мают вверх, как ушки. |
| Два — есть дудка у меня.  Три — сейчас я покажу вам | Изображают пальцами игру на дудочке, чуть согнув их и пошевеливая ими. |
| Черногривого коня. | Вытягивают средние и указательные пальцы обеих рук, остальные подбирают, изображают скачку. |
| Бурый мишка мой — четыре, | Показывают на правой руке четыре пальца, прижав к ладони большой |
| Белка рыженькая — пять. | Прижимают пальцы к ладони на левой руке, начиная с мизинца |
| Только всех моих игрушек  Мне никак не сосчитать | Сжимают и разжимают пальцы на обеих руках |

**Десять цыплят**

|  |  |
| --- | --- |
| У меня десять цыплят — | Дети показывают пальцы обеих рук. |
| Все на бревнышке сидят. | Пальцы сжимают в кулаки, ставят кулак на кулак. |
| Только солнышко встает — | Пальцы скрещивают, поднимают вверх. |
| Мама их на луг ведет. | Указательным и средним пальцами обеих рук (остальные поджаты) изображают продвижение вперед. |
| Травку щиплют и пищат,  «Чиви-чиви» говорят. | Энергично смыкают и размыкают большие пальцы с остальными сомкнутыми пальцами. |
| Ищут в травке червячков,  Ищут маленьких жучков. | Пальцы обеих рук собирают в щепотку, потирают друг о друга подушечками пальцев. |
| Смело, их они глотают  И водичкой запивают. | Руки перед грудью. Постукивают попарно пальцами одной руки о пальцы другой. |
| Очень дружные ребята  Эти желтые цыплята. | Пальцы обеих рук скрещивают, сжимают и разжимают их. |

**Капуста**

|  |  |
| --- | --- |
| Мы капусту рубим, | Дети делают резкие движения прямыми кистями сверху вниз. |
| Мы морковку трем, | Пальцы обеих рук сжимают в кулаки, двигают ими к себе и от себя |
| Мы капусту солим, | Имитируют посыпание солью из щепотки. |
| Мы капусту жмем. | Интенсивно сжимают и разжимают пальцы. |
| В кадку все утрамбовали,  Сверху грузиком прижали. | Потирают кулак о кулак.  Ставят кулак на кулак |

**Хочу быть птичкой**

|  |  |
| --- | --- |
| Я по улице гулял, | Дети делают движения указательным и средним пальцами рук, обозначающие ходьбу |
| Галок и ворон считал:  Раз, два, три, четыре, пять, | Скрещивают перед собой кисти рук, делают ими плавные движения, обозначающие полет. |
| Буду я считать опять. | Загибают поочередно пальцы рук, начиная с большого, а затем с мизинца. |
| Рот открыл, смотрю я в небо,  Вправо, влево. Я там не был.  Птичкой захотел я стать  И руками стал махать. | Поднимают голову вверх. Делают повороты головой. Часто взмахивают руками через стороны вверх, вниз, кисти напряжены. |
| Крылья вверх и крылья вниз,  Только слышен ветра свист. | Плавно взмахивают руками. Вращают указательными пальцами рук, поднятых вверх. |
| Я подпрыгнул; чтоб взлететь,  Но пришлось на землю сесть. | Подпрыгивают.  Приседают. |

**Котенок-шалун**

|  |  |
| --- | --- |
| Котенок мамочку зовет:  — Мяу-мяу, мяу-мяу.  Он не напился молока:  — Мало-мало, мало-мало.  Покормит мама молочком:  — Мур-мур-мур, мур-мур-мур. | Дети соединяют одноименные пальцы обеих рук. Скрещивают пальцы рук, опускают и поднимают палъцы Поглаживают ладонью одной руки тыльную сторону другой |
| Свернется маленьким клубком:  -Ур-ур-ур, ур-ур-ур- | Потирают кулачок о кулачок. |
| Потом с клубочком поиграет:  Цап-цап-цап, цап-цап-цап. | Сжимают и разжимают пальцы рук |
| И нитку быстро размотает:  Ап-ап-ап, ап-ап-ап. | Делают круговые движения указательным пальцами относительно друг друга |

**Мышка и кошка**

|  |  |
| --- | --- |
| — Пи-пи-пи, —  Пищала мышка.  Кошка на охоту вышла! | Ритмично щелкают пальцами рук |
| Мне так страшно, трепещу.  Щу-щу-щу, щу-щу-щу.  Норку я свою ищу. | Постукивают по плечам ладонями скрещенных на груди рук. |
| - Щу-щу-щу, щу-щу-щу. | Притопывают ногами. |
| *-* Кошка притворилась доброй.  - Мур-мур-мур, — она поет. | Поглаживают одной рукой другую |
| - Нет-нет-нет, — пищит мышонок.  К кошке в лапы не пойдет. | Покачивают головой |

**На блины**

|  |  |
| --- | --- |
| Стала Маша  гостей собирать: | Дети хлопают в ладоши — то правая, то  левая рука сверху. |
| - И Иван приди,  И Степан приди,  Да и Андрей приди,  Да и Матвей приди, | Кончиком полусогнутого указательного  пальца правой руки сгибают по очереди  кончики пальцев левой руки и мягко  покачивают. |
| А Митрошечка —  Ну, пожалуйста. | Указательным пальцем правой руки настойчиво покачивают мизинец левой руки (4 раза). |
| Стала Маша  гостей угощать:  — И Ивану блин,  И Степану блин,  Да и Андрею блин,  Да и Матвею блин, | Хлопают в ладоши — то правая, то левая рука сверху.  Большим пальцем правой руки поочередно, начиная с большого, нажимают на подушечки пальцев левой руки. |
| А Митрошечке —  Мятный пряничек! | Большим пальцем правой руки нажимают на мизинец левой руки (4 раза). |
| Стала Маша  гостей провожать:  — Прощевай, Иван!  Прощевай, Степан!  Прощевай, Андрей!  Прощевай, Матвей! | Хлопают в ладоши — то левая, то правая рука сверху.  Указательным пальцем правой руки поочередно, начиная с большого, загибают пальцы левой руки. |
| А ты, Мирошечка,  Моя крошечка,  Да ты побудь со мной  Еще немножечко! | Собирают в щепотку большой, указательный и средний пальцы правой руки, поглаживают мизинец левой руки сверху вниз. |

**Карманов много у меня**

|  |  |
| --- | --- |
| Карманов много у меня  У меня в кармане груша,  А в другом конфета есть. | Дети «достают» из правого кармана воображаемую грушу. Левой рукой «достают» из кармана щепоткой воображаемую конфету, облизывают губы. |
| В заднем брючном —  Злая кнопка | Показывают на задний карман,  делают вид, что «укололись»  указательным пальцем |
| Не могу я даже сесть. | Чуть приседают и быстро  выпрямляются. |
| А в рубашечном кармашке | Показывают пальцем на карман  рубашки. |
| Маленький лежит платок, | Обрисовывают пальцем в воздухе  контур платка. |
| Чтобы нос, лицо и руки  Вытирать им смело мог.  На ладошку я монетку  Из кармана положу. | Трут нос, лицо и руки ладонями.  Одной рукой достают воображаемую монетку и «кладут» ее на раскрытую ладонь другой руки. |
| - Где орел, а может решка? –  У монетки я спрошу. | Подбрасывают воображаемую монетку на внутренней и внешней стороне ладони. |

**Старый дом**

|  |  |
| --- | --- |
| В старом доме ночью темной  Как-то страшно одному.  У\_У, У-У,— дует ветер.  В трубах весело ему. | Дети пальцами обеих рук показывают трубу, затем ритмично отводят ее ото рта и подводят обратно |
| Шур-шур-шур —  мышонок юркий  Пробирается к зерну.  В темноте ему не страшно.  Как под шорох я усну? | Потирают ладонь о ладонь. |
| А за печкой, как нарочно,  Песенку запел сверчок.  Скрипочку свою настроил: —  Чок-чок, чок-чок, чок-чок чок. | Имитируют игру на скрипке. |
| Шорохи устал я слушать  И бояться не хочу! | Ритмично хлопают. |
| - Лучше я закрою глазки,  Сладкий сон к себе пущу. | Выполняют движения, как бы покачивая куклу. |

**Часы**

|  |  |
| --- | --- |
| Ходят часики — тик-так  И вот так, и вот так.  Слышен бой часов кругом: | Дети сгибают руки в локтях перед собой и покачивают их из стороны в сторону. |
| Бом-бом-бом, бом-бом-бом. | Хлопают. |
| Гирю потянули вниз:  — Скрип-скрип-скрип,  Скрип-скрип-скрип. | Похлопывают ладонями пот сверху вниз. |
| Вот так часовой сюрприз!  Гиря вверх опять ползет,  Чтобы вновь начался ход. | Похлопывают ладонями not снизу вверх. |
| Чтобы стрелки в путь пошли,  Молоточки есть внутри.  Тук-тук-тук — они стучат,  — Тук-тук-тук, — все говорят | Постукивают кулачком о кулачок. |
| Завертелось колесо.  Вот другое в ход пошло.  Скрип-скрип-скрип, та-ра-ра,  Закрутилось до утра. | Выполняют вращательные движение руками — «заводят мотор». |

**Список использованной и рекомендованной литературы:**

1. Аверин И. Е. Физминутки и динамические паузы в детском саду. – М.,2005.

2. Аветисов Э. С. Упражнения для глаз. – М., 1998.

3. Алябьева Е. А. Итоговые дни по лексическим темам. – М., 2006 - 2007.

4. Ананьева В. А. Основы безопасности дошкольника. – Томск, 2000.

5. Бойко Е. А. Энциклопедия дыхательной гимнастики. – Ростов-на-Дону, 1996.

6. Бондарева Т. М. Комплексные занятия в подготовительной группе. – Воронеж, 2005.

7. Васичкина Л.Н. Руководство по самомассажу. – Воронеж, 2005.

8. Волина В. Занимательная математика для детей. – СПб.,1994.

9. Гольдин Э. А., Мойсюк Л. М., Закидышева Ю. Э. Здоровье и хорошее

самочувствие своими руками, – М. 2005.

10.Исаева С.А. Гимнастика для глаз. Наглядное пособие. – Айрис-Пресс, 2004.

11. Золотова Е. И., Виноградова Н. Ф. Знакомим дошкольников с миром

животных. – М., 1982.

12. Йохум И. Лечебная гимнастика Цугун для глаз. – Попурри, 2009.

13. Каменев Ю. Я. Дыхательная гимнастика. – М.,2004.

14. Капранова Е.Г. Практическое пособие. Массаж. – Астрель, 2008.

15. Кильпио Н. Н. 80 игр для детского сада. – М., 1973.

16. Мерк Л.О. индивидуальный тренажёр. Гимнастика для глаз. – М., 2007.

17. Минскин Е. М. Игры и развлечения в группе продленного дня. – М., 1980.

18. Маркевич В. В. Игры на свежем воздухе. – Минск, 2004.

19. Нищева Н. В. Система коррекционной работы в логопедической группе

для детей с ОНР. – Санкт-Петербург. 2003.

20. Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей. Растём и не болеем. Аст Сова. 2005.

21. Онучин Н.А. Физическое и психомоторное развитие ребёнка (закаливание, массаж, гимнастика). Харвест. 2005.

22. Останко Л. В. Оздоровительная гимнастика для дошкольников. – М., 2006.

23. Поваляева М. А. Развитие речи при ознакомлении с природой. – Ростов-на-Дону,2002.

24. Полтавцева Н. В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве. – М., 2005.

25. Потапчук А.А., Матвеев С.В. Массаж в детском возрасте. – Сфера, Речь, 2007.

26. Преображенский В. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. – Бара-Пресс, 2004.

27. Синельникова И.А. Гимнастика для глаз. Практическое пособие для логопедов, студентов и родителей. – Детство-Пресс, 2007.

28. Ситникова И. К. Организация творческой группы педагогов в дошкольном учреждении. Справочник старшего воспитателя ДОУ № 5. – М., 2008.

29. Соколова А. Н. Гимнастика для глаз. – Санкт-Петербург, 2007.

30. Сорокина А. И., Батурина Е. Г. Игры с правилами в детском саду. – М.. 1970.

31. Степанова О.В. Современный взгляд на лечение и профилактику близорукости. – Весь, 2005.

32. Утробина К. К. Занимательная физкультура в детском саду. – М. 2004.

33. Швайко Г. Игры и игровые упражнения для развития речи. – М. 1988.

34. Шолохов В.А. Гимнастика здоровья доктора Шолохова (на основе упражнений Куцудзо Ниши). – М., 2009.