**Детский сад**

Физминутка **«Повтори со мной»**

|  |  |
| --- | --- |
| Утром я проснусь,  сладко потянусь.  Умыться не забуду  и одеваться буду  Прихожу я в детский сад  Я зарядку делать рад.  Кашу я на завтрак съем  И скажу «спасибо» всем  Так цветы я поливаю,  Так рисую,  Так играю.  Днем немного отдохну,  Мама придет, я ее обниму. | Поднимают руки вверх, потягиваются.  Поглаживают ладонями лицо  Имитируют процесс одевания.  Шагают на месте высоко поднимая колени.  Поднимают руки вверх, разводят в стороны, опускают вниз.  Держат воображаемую ложку и подносят ее ко рту. Кивают головой.  Сжимают правую кисть в кулак, покачивают вправо-влево.  Имитируют движения.  Имитируют бросание мяча  Складывают ладони вместе, прижимают их к щеке, наклоняют голову.  Обнимают себя. |

Пальчиковая игра «**Дружба**»

|  |  |
| --- | --- |
| Дружат в нашей группе  Девочки и мальчики.  Мы с тобой подружим  Маленькие пальчики.  Раз, два, три, четыре, пять.  Начинай считать опять:  Раз, два, три, четыре, пять.  Мы закончили считать. | Пальцы обеих рук соединяются  ритмично в замок.  Ритмичное касание пальцев обеих рук.  Поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца  Руки вниз встряхнуть кистями |

**Игрушки**

Пальчиковая игра «**Мои игрушки**»

|  |  |
| --- | --- |
| Есть игрушки у меня:  Паровоз и два коня,  Серебристый самолёт,  Три ракеты, вездеход,  Самосвал, подъемный кран | Постукивать кулачками по коленям  Поочередно загибать пальцы |

Пальчиковая игра «**Игрушки**»

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

Пальчиковая игра «**Я игрушки называю**»

|  |  |
| --- | --- |
| Я игрушки называю  Каждый пальчик загибаю:  Кукла, мячик, самолетик,  Мишка, зайчик, бегемотик,  Паровозик и машинки  Для Наташи и Максимки. | Ребенок сжимает и разжимает пальчики.  На каждое слово загибает пальчик. |

Игра «Один-много»

Воспитатель предлагает детям встать в круг, задает детям вопрос и кидает мяч:

У нас в группе не одна машина, а много….(машин)

У нас в группе не одна пирамидка, а много….(пирамидок)

У нас в группе не один кубик, а много….(кубиков)

У нас в группе не одна кукла, а много….(кукол)

У нас в группе не один зайчик, а много….(зайчиков)

У нас в группе не один мячик, а много….(мячей)

**Человек. Части тела.**

Физминутка «**Это я**»

|  |  |
| --- | --- |
| Это глазки. Вот. Вот.  Это ушки. Вот. Вот.  Это нос. Это рот.    Там спинка. Тут живот.    Это ручки. Хлоп, хлоп.  Это ножки. Топ, топ.  Ой, устали. Вытрем лоб. | Показывают сначала левый, потом правый глаз.  Берутся сначала за левое ухо, потом — за правое.  Левой рукой показывают рот, правой — нос.  Левую ладошку кладут на спину, правую — на живот.  Вытягивают вперед обе руки, два раза хлопают.  Кладут ладони на бедра, два раза топают. Правой ладонью по лбу. |

Пальчиковая игра «**Зарядка**»

|  |  |
| --- | --- |
| Дружно ручки поднимаем  Ручки вниз мы опускаем  Кулачки мы крепко сжали  Кулачками постучали  Ножками затопали топ-топ-топ  Ручками захлопали хлоп-хлоп-хлоп | Движения соответствующие тексту |

**Овощи**

Физминутка «**Урожай**»

|  |  |
| --- | --- |
| В огород пойдем,  Урожай соберём,  Мы морковки натаскаем,  Мы картошки накопаем,  Срежем мы кочан капусты  Круглый, крепкий, очень вкусный,  Щавеля нарвем немножко,  И вернемся по дорожке. | Шагаем по кругу  Наклон вперед  Притопнуть одной ногой  Руки перед грудью «ножницы»  Руками описываем большой круг  Имитируем движение «рвем»  Шагаем по кругу |

Физминутка **«Собираем урожай**»

|  |  |
| --- | --- |
| Мы приходим в огород  Сколько овощей растет!  Раз, два, три, четыре, пять!  Что мы будем собирать?  Помидоры, лук, капусту  И на грядках станет пусто! | Дети шагают.  Разводят руки в стороны, удивляются.  Приседают.  Руки опущены вниз, плечи поднять вверх.  Наклоняется «срываем с грядки»  Разводят руки в стороны. |

Пальчиковая игра **«Огород»**

|  |  |
| --- | --- |
| 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! | Пальцы сжаты в кулачки.  На каждое слово расжимаем пальчик одной руки другой рукой.  Хватательные движения кистями рук  Вытянуть руки и ладони вперед  Ребром ладони стучать по коленям  Ладони вниз, поглаживающие движения по коленям  Ладонью правой руки «машем-прощаемся» |

Пальчиковая игра «**Засолка капусты**»

|  |  |
| --- | --- |
| Мы капусту рубим,  Мы морковку трем,  Мы капусту солим,  Мы капусту жмем.  От засолки не от скуки  Ох устали наши руки | Прямые кисти вверх-вниз  Трем правым кулачком по левой ладони  Щепотка  Сжимаем и разжимаем обе кисти в кулак  Стряхиваем кисти рук вниз |

**Фрукты**

Физминутка «Собираем у**рожай**»

|  |  |
| --- | --- |
| В саду фрукты мы срывали,  В ящики их собирали:  Груши, яблоки и сливы.  Будем мы трудолюбивы. | Имитируют сбор фруктов с дерева (руки вверху)  Руки вниз.  Руки поочередно вытягивать вперед.  Хлопают в ладоши. |

Пальчиковая игра «**Апельсин**»

|  |  |
| --- | --- |
| Я очищу апельсин,  На тарелки он один,  Ну а после разломлю,  Всем ребятам разделю. | Соеденить закругленные ладони  Изробразить «тарелка»  Имитация движений делим на дольки  движения кистей вперед, к груди |

**Одежда**

**Обувь**

**Домашние животные и их детеныши**

Физминутка «**Зайка**»

|  |  |
| --- | --- |
| Зайка шел-шел-шел  Капустку нашел  Сел, поел  И опять пошел.  Зайка шел,шел,шел,  Морковку нашел.  Сел поел и опять пошел. | Шагают на месте  Останавливаются, руки вперед перед собой,  Приседают, показывают, как зайчик ест.  Продолжается ходьба  Движения повторяются. |

Физминутка **«Звериная зарядка»**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз - присядка,  Два - прыжок.  Это заячья зарядка.  А лисята как проснуться  Любят долго потянуться  Обязательно зевнуть  Ну и хвостиком вильнуть  А волчата спинку выгнуть  И легонечко подпрыгнуть | кулачками потереть глаза  потянуться  зевнуть, прикрывая рот ладошкой  движение бедрами в стороны  прогнуться в спине вперед  легкий прыжок вверх |

**Домашние птицы**

**Зима. Зимние забавы**

Пальчиковая игра **«Мы во двор пошли гулять»**

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

Физминутка **«Снежинки»**

|  |  |
| --- | --- |
| На полянку, на лужок,  Тихо падает снежок, кружатся снежинки, белые пушинки.  Полетели, понеслись  И под елку улеглись.  Тихо спят снежинки,  Белые пушинки.  Но подул тут ветерок.  Закружился наш снежок.  Кружатся снежинки,  Белые пушинки. |  |

Физкультминутка **«Снежок»**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре.  Мы с тобой снежок слепили.  Круглый, крепкий, очень гладкий.  Но совсем-совсем не сладкий.  Раз-подбросим,  Два - поймаем,  Три-уроним  И сломаем | имитируют движения  рисуют в воздухе круг  грозят указательным пальцем поднимают руки вверх  опускают руки  Наклоняются, дотрагиваются до пола подпрыгивают |

**Новый год**

Пальчиковая игра **«Наряжаем елку»**

|  |  |
| --- | --- |
| Мы повесили игрушки  От подставки до макушки:  Шарики цветные,  Рыбки золотые,  Золотые петушки,  Разноцветные флажки.  Громко хлопнула хлопушка-  Бах!  Зазвенели все игрушки-  Ах-ах! | *Хлопают в ладоши.*  *Опускают руки вниз, подымают их вверх.*  *Соединяют пальцы рук, показывая шарик.*  *Прижимают ладошки друг к другу и покачивают ими.*  *Приставляют прижатые друг к другу ладони к голове «гребешок петушка»*  *Поднимают руки ,помахивают ладошками*  *Разводят руки в стороны-*  *Хлопают в ладоши.*  *Встряхивают кистями рук*  *Прижимают ладони к щекам и покачивают головой.* |

**Дикие животные**

Физминутки **«Медвежата»**

|  |  |
| --- | --- |
| Медвежата в чаще жили  Головой своей крутили  Вот-так, вот-так  Медвежата мед искали  Дружно кустик подымали  Вот-так, вот-так  В перевалочку ходили  И из речки воду пили.  Вот-так, вот-так  А потом они плясали, выше лапы поднимали. | Переступают с ноги на ногу  Вертят головой.  Имитируют раскачивание кустика.  Идут вперевалочку, наклоняются вперед, имитируют движения «пьют воду»  Танцуют, высоко поднимая колени. |

**Профессии**

Пальчиковая игра **«Шофер»**

|  |  |
| --- | --- |
| Целый день шофер трудился,  Он устал и запылился  Он возил кирпич и глину,  Камни, доски и песок,  Перевез он все на стройку  И оправился на мойку. | Хлопки, кулачки  Загибать пальцы по одному  Круговыми движениями всеми пальцами по столу,  «мыть» ладошки. |

**Транспорт**

**Семья**

Пальчиковая игра **«Семья»**

|  |  |
| --- | --- |
| Этот пальчик –дедушка,  Этот пальчик –бабушка,  Этот пальчик – папочка,  Этот пальчик – мамочка,  Этот пальчик – я!  Вот и вся моя семья! | *Сжимают пальцы одной руки в кулачок и по очереди разжимают их, начиная с большого.*  *Поднимают руку с выпрямленными пальцами и поворачивают ее вправо-влево.* |

Физминутка **«Семейная зарядка»**

|  |  |
| --- | --- |
| Осенью, весною,  Летом и зимой.  Мы во двор выходим  Дружною семьёй.  Встанем в круг и по порядку  Каждый делает зарядку.  Мама руки поднимает  Папа бодро приседает  Повороты вправо-влево  Делает мой братик Сева  А я сам бегу трусцой  И качаю головой | *Идут по кругу*  *Встаем в круг*  *руки вверх и вниз*  *приседания*  *руки на поясе, повороты всем корпусом*  *бег на месте*  *наклоны головой в стороны* |

**Мамин праздник**

Пальчиковая игра **«Помощники»**

|  |  |
| --- | --- |
| Наши руки были в мыле.  Мы посуду сами мыли,  Мы посуду мыли сами,  Помогали нашей маме. | *Выполняют вращательные движения руками.*  *Потирают кулачок о кулачок*  *Разжимают кулачок и показывают ладошки.* |

Пальчиковая игра **«Помогаю маме!»**

|  |  |
| --- | --- |
| Маму я свою люблю,  Я дрова ей наколю.  Я всегда ей помогу:  Пол я чисто подмету.  Я стираю, полоскаю,  С ручек воду я стрясаю. | *Имитационные движения по тесксту* |

**Дом и его части**

Пальчиковая игра **«Строим дом»**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять.  Будем строить и играть.  Дом большой, высокий строим.  Окра ставим, крышу кроем.  Вот какой красивый дом!  Будет жить в нем старый гном. | Дети стоят лицом в круг, руки на поясе, выполняют повороты влево-вправо.  Ритмично выполняют приседания.  Встают на носочки и тянуться руками вверх.  Выполняют прыжки на месте.  Вытягивают руки вперед  Приседают. |
| **«Дом»**  На опушке дом стоит  На дверях замок висит  За дверями стоит стол  Вокруг дома частокол  Тук-тук-тук-тук-дверь открой  Заходите я не злой. | Сложить ладошки домиком над головой.  Сомкнуть ладони в замок  Накрыть правой ладонью кулачок левой руки  Руки перед собой - пальцы растопырены  Постучать кулачком по ладони.  Руки в стороны, ладони вверх. |

**Мебель**

Пальчиковая игра **«Много мебели в квартире»**

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре,  Много мебели в квартире.  В шкаф повесим мы рубашки,  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,  Чай с вареньем дружно пили.  Много мебели в квартире | Сжимать и разжимать кулачки  Загибают пальчики, начиная с большого  на обеих руках.  Сжимают и разжимают кулачки  Зажимают пальчики, начиная с большого  Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачком о кулачок |

Пальчиковая игра **«Мебель»**

|  |  |
| --- | --- |
| На кроватке мы поспали  Вещи в шкаф уже убрали  Мы на стуле посидели  И за столиком поели. | Руки под щеку  Свободно двигаем руками «убираем вещи»  Рука сжата в кулак, ладонь другой руки приставлена сбоку.  Ладонью одной руки накрываем кулак другой. Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой. |

Пальчиковая игра **«Мебель»**

|  |  |
| --- | --- |
| Мебель я начну считать:  Кресло, стол, диван, кровать,  Полка, тумбочка, буфет,  Шкаф, комод и табурет.  Много мебели назвали –  Десять пальчиков зажали! | Пальцы обеих рук поочередно  зажимать в кулачок.  Сжимать и разжимать кулачки. |

**Посуда**

Пальчиковая игра **«Помогаем маме»**

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

Пальчиковая игра **«Помощник»**

|  |  |
| --- | --- |
| Посуду моет наш Антошка,  Моет вилку, чашку, ложку,  Вымыл блюдце и стакан  И закрыл покрепче кран. | Потирать ладошки друг о друга.  Разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца.  Выполнять имитирующие движения. |

**Продукты питания**

**Весна**

**Цветы**

Пальчиковая игра**«Цветок»**

|  |  |
| --- | --- |
| Утром рано он закрыт,  Но к полудню ближе  Раскрывает лепестки,  Красоту их вижу.  К вечеру цветок опять  Закрывает венчик.  И теперь он будет спать  До утра как птенчик. | Кисти рук плотно сомкнуты «лепестки закрыты»  Ладони отходят друг от друга,  Подушечки больших пальцев прижаты к концам указательных, кисти рук напоминают полураскрытый бутон.  Кисти рук у запястья соединены, пальцы плавно расходятся в разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок.  Пальцы сомкнуты – нераскрывшийся цветок.  То же.  Кисти рук кладут под щек у -имитация сна. |

**Насекомые**

Пальчиковая игра **«Бабочка»**

|  |  |
| --- | --- |
| Утром бабочка проснулась.  Улыбнулась, потянулась!  Росой она умылась,  Изящно покружилась,  Нагнулась и присела,  С цветочка улетела. | Встать, потянуться руки в стороны  Руками умыть лицо  Покружиться на месте  Наклон вперед и присесть  Руки с в стороны и помахать ими |

Пальчиковая игра **«Паучок»**

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

**Разное**

|  |  |
| --- | --- |
| «Смешные человечки» (В парах стоя)  Бежали мимо речки  Смешные человечки, Прыгали, скакали  Солнышко встречали.  Забрались на мостик  И забили гвоздик.  Потом бултых в речку.  Где же человечки? | Пальчики-человечки бегут по «дорожкам» - рукам детей стоящих друг на против друга.  Попрыгать пальчиками по плечам друг друга.  Ласково положить руки на щеки друг друга.  Сложить мостик из рук.  Постучать кулачками  Наклониться и свободно помахать руками.  Спрятать руки за спину. |
| **«Цветок»**  Утром рано он закрыт,  Но к полудню ближе  Раскрывает лепестки,  Красоту их вижу.  К вечеру цветок опять  Закрывает венчик.  И теперь он будет спать  До утра как птенчик. | Кисти рук плотно сомкнуты «лепестки закрыты»  Ладони отходят друг от друга,  Подушечки больших пальцев прижаты к концам указательных, кисти рук напоминают полураскрытый бутон.  Кисти рук у запястья соединены, пальцы плавно расходятся в разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок.  Пальцы сомкнуты – нераскрывшийся цветок.  То же.  Кисти рук кладут под щек у -имитация сна. |

**Птицы**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Кормушка»**  Сколько птиц к кормушке нашей  Прилетело? Мы расскажем.  Две синицы, воробей,  Пара ловких голубей,  Дятел в пестрых перышках.  Всем хватило зернышек. | Ритмично сжимают и разжимают кулачки  На каждое название птицы загибают по одному пальчику  Опять сжимают и разжимают кулачки |
| **«Воробей»**  Среди белых голубей  Шустро скачет воробей  Птичка - серая малышка.  По двору шныряет,  Крошки собирает. | Дети стоят заложив руки за спину  Скачут, руки слегка отведены от туловища в стороны.  Повороты влево-вправо  Присели и руками имитируют движение. |

**Физминутки разные**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Гриб»**  Саша шел-шел-шел  Белый гриб нашел,  Раз-грибок  Два -грибок  Три -грибок  Положи их в кузовок. | Шагают на месте, руки на поясе.  Останавливаются на последнем слове.  Три раза наклоняются «кладут грибы в кузовок (ладошку)  Соединяют руки перед собой показывая «кузовок». |
| **«Филин»**  В чистом поле дуб стоит.  Филин на дубу сидит.  У него такой вот нос,  Филин пухом весь оброс. | Поднимают руки вверх, пальцы раздвинуты.  Ставят руки на пояс и качают головой вправо- влево.  Приставляют раскрытую ладонь к носу, прикасаясь к нему большим пальцем, сжимают и разжимают остальные пальцы.  Ставят руки на пояс, поднимают и опускают плечи. |
|  |  |
| **«Буратино»**  Буратино потянулся,  Раз нагнулся ,два нагнулся,  Руки в стороны развел,  Видно ключик не нашел.  Чтобы ключик нам достать,  Нужно на носочки встать. | Движения сответствующие тексту.  Потянуться, руки вверх  Наклоны влево, вправо  Руки в стороны |

**Кап-кап-кап - звенит капель**

**Это к нам пришёл апрель.**

**(Дети барабанят пальцами по столу, имитируя игру на пианино)**

**Послушайте стихотворение. (Чтение ребенком стихотворения «Капель»).**

**На солнышке согрелась ель,**

**Подтаяла сосна,**

**Идет апрель,**

**Звенит капель**

**На улице весна.**

**Зрительная гимнастика «Лучик вверх, лучик вниз»**

**Лучик вверх, лучик вниз,**

**Лучик детям улыбнись,**

**Вправо, влево посмотри,**

**Вокруг солнца обойди.**

**«Колобок»**

«Соль и сахар, и яйцо (дети поочередно загибают пальцы)

Мука, масло, молоко

В чашку положили, тесто замесили.(Имитируют замешивание теста)

Тесто мы месили, колобок лепили. (круговые движения лепки колобка)

Колобок слепили, в печку положили.

Подрумянился бочок

Вот румяный Колобок!