**Детский сад**

Физминутка **«Повтори со мной»**

|  |  |
| --- | --- |
| Утром я проснусь,сладко потянусь.Умыться не забуду и одеваться будуПрихожу я в детский садЯ зарядку делать рад.Кашу я на завтрак съемИ скажу «спасибо» всемТак цветы я поливаю, Так рисую,Так играю.Днем немного отдохну,Мама придет, я ее обниму. | Поднимают руки вверх, потягиваются.Поглаживают ладонями лицоИмитируют 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 мячаСкладывают 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 соединяютсяритмично в замок.Ритмичное касание пальцев обеих рук.Поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинцаРуки 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 коленямПоочередно 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 кулачкамиЗагибают поочередно все пальчики.Разгибают поочередно пальчики. Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками. |

Пальчиковая игра «**Я игрушки называю**»

|  |  |
| --- | --- |
| Я игрушки называюКаждый пальчик загибаю:Кукла, мячик, самолетик,Мишка, зайчик, бегемотик,Паровозик и машинкиДля 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 поднимаемРучки вниз мы опускаемКулачки мы крепко сжалиКулачками постучалиНожками затопали топ-топ-топРучками 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 кругуНаклон впередПритопнуть одной ногойРуки перед грудью «ножницы»Руками описываем большой кругИмитируем движение «рвем»Шагаем по кругу |

Физминутка **«Собираем урожай**»

|  |  |
| --- | --- |
| Мы приходим в огородСколько овощей растет!Раз, два, три, четыре, пять!Что мы будем собирать?Помидоры, лук, капустуИ 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 рукВытянуть руки и ладони впередРебром ладони стучать по коленямЛадони вниз, поглаживающие движения по коленямЛадонью 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-внизТрем правым кулачком по левой ладониЩепоткаСжимаем и разжимаем обе кисти в кулакСтряхиваем 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 ладониИзробразить «тарелка»Имитация движений делим на долькидвижения кистей вперед, к груди |

**Одежда**

**Обувь**

**Домашние животные и их детеныши**

Физминутка «**Зайка**»

|  |  |
| --- | --- |
| Зайка шел-шел-шелКапустку нашелСел, поелИ опять пошел.Зайка шел,шел,шел,Морковку нашел.Сел поел и опять пошел. | Шагают на местеОстанавливаются, 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 проснутьсяЛюбят долго потянутьсяОбязательно зевнуть Ну и хвостиком вильнутьА волчата спинку выгнутьИ легонечко подпрыгнуть | кулачками потереть глазапотянутьсязевнуть, прикрывая рот ладошкойдвижение бедрами в стороныпрогнуться в спине впередлегкий 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 правойруки по ладони левой руки.Кладут ладошки на стол то одной, тодругой стороной.Отряхивают ладошкиЕдят 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 движениярисуют в воздухе круг грозят указательным пальцем поднимают руки вверх опускают руки Наклоняются, дотрагиваются до пола подпрыгивают |

**Новый год**

Пальчиковая игра **«Наряжаем елку»**

|  |  |
| --- | --- |
| Мы повесили игрушкиОт 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 жилиГоловой своей крутилиВот-так, вот-так Медвежата мед искалиДружно кустик подымалиВот-так, вот-такВ перевалочку ходили И из речки воду пили.Вот-так, вот-такА потом они плясали, выше лапы поднимали. | Переступают с ноги на ногуВертят 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 запылилсяОн возил кирпич и глину,Камни, доски и песок,Перевез он все на стройку И оправился на мойку. | Хлопки, кулачкиЗагибать пальцы по одномуКруговыми 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 выходимДружною семьёй.Встанем в круг и по порядкуКаждый делает зарядку.Мама руки поднимает Папа бодро приседает Повороты вправо-влевоДелает 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 впередПриседают. |
| **«Дом»**На опушке дом стоитНа дверях замок висит За дверями стоит столВокруг дома частоколТук-тук-тук-тук-дверь откройЗаходите я не злой. | Сложить ладошки домиком над головой.Сомкнуть ладони в замокНакрыть правой ладонью кулачок левой рукиРуки перед собой - пальцы растопыреныПостучать 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 котомПосидели за столом,Чай с вареньем дружно пили.Много мебели в квартире | Сжимать и разжимать кулачкиЗагибают пальчики, начиная с большогона обеих руках.Сжимают и разжимают кулачкиЗажимают пальчики, начиная с большогоПопеременно хлопают в ладоши и стучат кулачком о кулачок |

Пальчиковая игра **«Мебель»**

|  |  |
| --- | --- |
| На кроватке мы поспалиВещи в шкаф уже убралиМы на стуле посиделиИ за столиком поели. | Руки под щекуСвободно 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 поочереднозажимать 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; повторитьОдна ладонь скользит по другой по кругу.Загибают пальчики по одному, начиная с большогоОдна ладонь скользит по другой Загибают пальчики по одному, начиная с большогоУдар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить |

Пальчиковая игра **«Помощник»**

|  |  |
| --- | --- |
| Посуду моет наш Антошка,Моет вилку, чашку, ложку,Вымыл блюдце и стаканИ 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 ближеРаскрывает лепестки, Красоту их вижу.К вечеру цветок опятьЗакрывает 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 стороныРуками умыть лицоПокружиться на местеНаклон вперед и присестьРуки 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 речкиСмешные человечки,Прыгали, скакалиСолнышко 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 кулачкамиНаклониться и свободно помахать руками.Спрятать руки за спину. |
| **«Цветок»**Утром рано он закрыт,Но к полудню ближеРаскрывает лепестки, Красоту их вижу.К вечеру цветок опятьЗакрывает 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 нашейПрилетело? Мы расскажем. Две синицы, воробей, Пара ловких голубей, Дятел в пестрых перышках. Всем хватило зернышек. | Ритмично сжимают и разжимают кулачкиНа каждое название птицы загибают по одному пальчикуОпять сжимают и разжимают кулачки |
| **«Воробей»**Среди белых голубейШустро скачет воробейПтичка - серая малышка.По двору шныряет,Крошки собирает. | Дети стоят заложив руки за спинуСкачут, руки слегка отведены от туловища в стороны.Повороты влево-вправоПрисели и руками имитируют движение. |

**Физминутки разные**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Гриб»**Саша шел-шел-шелБелый гриб нашел,Раз-грибокДва -грибокТри -грибокПоложи 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 вверхНаклоны влево, вправоРуки 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!