**Игры и упражнения**

 **для детей**

 **2-3 лет.**

**Где же наши ручки?**

Где же наши ручки? *Вытягивают ручки вперед ,* Где же, где же наши ручки? *Показывают руки.* Нету наших ручек. *Спрятали ручки за спину*Вот, вот наши ручки , *Опять показывают ручки.*Вот наши ручки.

**«Кулачки»**

Кулачки сложили, *Сложить кулачки обоих рук* Кулачками били.
Тук-тук! *Бьют кулачками.*
Тук-тук!
Тук-тук!  **«Очки»**

Бабушка очки надела *Колечки подносят к глазам ,* И детишек разглядела.
И детишки очки надели, *Дети повторяют действия за воспитателем.*
Бабушку разглядели.

**«Дождик, дождик»**

Дождик, дождик, *Дети повернули ладошку кверху и*  Кап, кап, кап…. *Указательным пальцем имитируют* Мокрые дорожки. *Капельки дождя.*
Все ровно пойду гулять,
Пусть промокнут ножки,

**«Пароход»**

Пароход плывет по речке, *Дети обе сложенные ладони поворачивают влево и  вправо,*  И пыхтит он словно печка: *повторяют за взрослым: «Пых..»*
Пых, пых…

**«Надоели нам дожди»**

Дождик, дождик! Подожди*! Дети по очереди поворачивают ладошки кверху и пальцами другой руки имитируют*

Надоели нам дожди! *капельки дождя, повторяя за взрослым: «Кап, кап»*

Ты по крышам зачастил,
Ребятишек разбудил.

**«Ладушки, ладушки»**

Ладушки, ладушки,
Пекла мама оладушки, *Дети хлопают в ладошки и повторяют слова: «На-на-на»*Маслом поливала,
Деткам давала:
«На-на-на»

**«Рыбки»**
Рыбки весело резвятся,
В чистой тепленькой воде. *Имитировать движения в соответствии с текстом,*То сожмутся, *повторяя за взрослым слова текста.*
 Разожмутся,
То зароются в песке.

**«Ноги ходят по дороге»**

Большие ноги - *Четыре пальца правой руки постукивают по левой руке, дети повторяют текст* Шли по дороге.  *за взрослыми.*
Топ- топ- топ..
Маленькие ножки-
Побежали по дорожке

**«Еду к деду, еду к бабе»**

Еду, еду к бабе, к деду *Дети катают карандаш между ладонями*На лошадке  *и повторяют слова за взрослыми: «Гоп-гоп-гоп»*В красной шапке,
По ровненькой дорожке,
На одной ножке
Гоп- гоп- гоп…  ***«*Катя гуляет»**

Раз, два, три, четыре, пять*. Дети катают карандаш между ладонями.* Собираемся гулять.
Завязали Катеньке
Шарфик полосатенький.
Катя по дорожке идет
Топ- топ- топ..

 **«Белка»**
Я – белка в шубке меховой,  *Дети проводят ворсом кисточки по ладошке*Пушистый хвост –
Помощник мой,
Он помогает мне скакать
Везде успею побывать.
Прыг-скок, прыг-скок.

**«Пришла весна»**

Как на лугу, лугу, *Дети проводят ворсом щетки по наружной кисти от кончиков пальцев до запястья,* По зеленому лугу *повторяют за взрослым слова текста.*
Разливается вода,
Расстилается трава,
Расстилается трава,
Трава шелковая.

  **«Капустка»**
Мы капустку рубим, рубим, *Движения ладонями вверх, вниз.* Мы капустку солим, солим *поглаживание подушечек пальцев.* Мы капустку трем, трем *потираем кулачок о кулачок.* Мы капустку жмем, жмем. *сжимаем и разжимаем кулачки.*

**«Лошадки»**
По дороге белой, гладкой *Пальцы скачут по столу,*Скачут пальцы как лошадки
Чок-чок-чок. *повторяя текст за взрослым:*Чок- чок-чок.
Скачет резвый табунок
 **«Хоровод среди цветов»**
Хоровод среди цветов, *У ребенка в ладошках грецкий орех,* Вокруг розовых кустов.
Среди трав и цветов
Водим, водим хоровод.

**«Колокольчики»** Динь-динь, динь-динь *упражнение с грецким орехом*Дни подряд
Колокольчики звенят.
Динт-динь, динь- динь.

**«Будем пальчики считать»**

Раз, два, три, четыре, пять *Дети загибают пальчики на левой и правой руке.* Будем пальчики считать.*Сжимают и разжимают кулачки.*

 Крепкие и дружные.
Все такие нужные.
На другой руке опять
Пальчики быстрые
Хотя не очень чистые.

 **«Этот пальчик хочет спать»**

Этот пальчик хочет спать, *Дети загибают пальчики, начиная с мизинца.*Этот пальчик лег в кровать,
Этот пальчик чуть вздремнул,
Этот пальчик уж уснул,
Этот пальчик крепко спит, Тише дети не шумите,
Пальчики не разбудите.

 **«Дружат наши дети»**

Дружат наши дети *Дети загибают пальчики, начиная с мизинца.*
Девочки и мальчики.
Мы с тобой  подружим
Маленькие пальчики.

 **«Моя семья»**
Этот пальчик – дедушка.
Этот пальчик – бабушка. *Дети загибают пальчики, начиная с большого.* Этот пальчик – папочка.
Этот пальчик – мамочка.
Этот пальчик – я,
Вот и вся моя семья.

 **«На лужок»**

На лужок пришли зайчата, *Сгибают пальчики поочередно в кулачок.*
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот.
На зеленый, на лужок,
Приходи и ты,  дружок.

**«Зима»**
Раз, два, три, четыре, пять , *разгибают пальчики,* сжатые в кулачок.
Собираемся гулять*. растопыренные пальцы руки.*
Катя саночки везет
От крылечка до ворот,
А Сережа по дорожке *делать бросающие движения* Девочки и мальчики
Прыгают как зайчики.

 **«Зимняя прогулка»**
Очень холодно зимой,
А мы пойдем гулять с тобой. *Загибают поочередно пальцы левой руки, начиная с мизинца.*Я надену шубку,
Я надену шарфик,
И еще платок,
А потом красивые,
Теплые пушистые,
Крошки – рукавички
На ручки натяну.

**«На полянке дом стоит»**
На поляне дом стоит,
Путь к нему пока закрыт. *Сложить ладони домиком.*Мы ворота открываем
В этот домик приглашаем.

 **«В детский сад идти пора»**
Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик – прыг в кровать, *поочередно загибают пальчики руки.* Этот пальчик прикорнул,
Этот пальчик уж уснул.
Встали пальчики, ура! *машут кистями рук.*
В детский сад идти пора.

**«Сорока»**

Сорока – белобока, *Указательный палец правой руки делает*Кашу варила *Круговые движения на левой ладони.* Деток кормила.
Этому дала, *Поочередно, загибаем пальцы левой  руки.* Этому дала.
Этому дала.
Этому дала.
А этому не дала.
Ты воды не носил,
кашу не варил,
тебе нет ничего.

 **«Из-за леса, из-за гор»**
Из-за леса, из-за гор
Едет дедушка Егор. *Пальчики передвигаются по столу с разным темпом.*
Сам на лошадке,
Жена на коровке,
Дети на телятках,
Внуки на козлятках.

 **«В гости к большому пальчику»**
В гости к пальчику большому
Приходили прямо к дому *Поочередно, загибаем пальцы левой и правой руки.*
Указательный и средний,
Безымянный и последний,
Сам мизинчик-малышок
Постучался на порог. Вместе пальчики – друзья,
Друг без друга нам нельзя

**«Мальчик-пальчик»**

Мальчик – пальчик, где ты был? *поочередно загибать пальцы рук.*С этим братцем в лес ходил,
С этим братцем щи варил,
С этим братцем песни пел.

**«Белка»**

Сидит белка на тележке*, Каждый пальчик кланяется поочерёдно.*Раздает она орешки.
Лисичке – сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.

**«Улитка, улитка»**

Улитка, улитка! *Сжать все пальчики в кулак.*Дам кусочек пирога, *Разжимать пальчики поочерёдно.*
Пышки
Ватрушки,
Сдобные лепешки,
Покажи свои рога,
Высуни рожки. **«Человечки»**

Побежали вдоль реки, *Пальцы бегут по поверхности стола.*
Дети на перегонки.
Побежали, побежали
Никого мы не догнали.

 **«Утята»**
Ты утенок, не пищи, *Сжимать в кулачки и разжимать пальцы одновременно  обеих рук.*Лучше маму поищи.

 **«Наш малыш»**
Этот пальчик – дедушка, *Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их начиная с большого.*Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
Этот пальчик – наш малыш.

 **«Встали наши пальчики»**

Этот пальчик хочет спать, *Поочередно пригибать пальцы, к ладошке начиная с мизинца.* Этот пальчик – прыг в кровать!
Этот пальчик прикорнул, *Кулачок разжать, широко расставить пальцы в стороны.*Этот пальчик уж зевнул.
Тише, пальчик, не шуми,
Братиков не разбуди.
Встали пальчики. Ура!
В детский сад идти пора.

 **«Полетели птички»**

Полетели птички, *Пальцы переплетены, ладони сжаты.* Птички-невелички.
Сели птички. Посидели.
Опять полетели. *Поднимать и опускать пальцы в соответствии с ритмом стиха.*

 **«Повстречал ежонка еж»**

Повстречал ежонка еж: *Кончиком большого пальца поочередно касаться всех пальцев.*
«Здравствуй, братец, как живешь?

**«Ежик»**

Ежик топал по дорожке *загибают по очереди пальцы*
И грибочки нес в лукошке.
Чтоб грибочки сосчитать,
Нужно пальцы посчитать**.**

 **«За работу»**

Ну-ка братцы, за работу,
Покажи свою охоту. *Поочередно загибать пальцы, начиная с большого пальца.* Большаку дрова рубить,
Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А тебе посуду мыть.
А потом всем песни петь,  *Энергично шевелить пальцами.*Песни петь да плясать,Наших деток забавлять.

 **«Две веселые лягушки»**

Две веселые лягушки, *Сжимать и разжимать руки  в кулачки*,
Ни минуты не сидят, *подпрыгивать над столом.*
Ловко прыгают подружки,
Только брызги вверх летят.

 **«Кулачки»**

Дружно пальчики сгибаем, *Дети сжимают пальцы в кулачки,*Крепко кулачки сжимаем.
Раз, два, три, четыре, пять –
Начинаем разгибать.

**«Пальчики»**

Кто из пальчиков ловчее? *Дети сгибают и разгибают руки в локтях.*Ручку кто держать умеет?
Пальцы дружно отвечают,
Головами все кивают.

**«Мы рисуем бегемота»**

Мы рисуем бегемота. *Держат кисти перед лицом, сгибают и разгибают пальцы по очереди.*
Кто желает поработать?
Каждый палец рвется в бой
 И кивает головой.

**«Пальцы в гости приходили»**

Пальцы в гости приходили, *Дети постукивают по столу подушечками пальцев.*«Тук, тук, тук – стучались в дверь.
Только дверь им не открыли:
Думали, что страшный зверь.

 **«Дятел»**
Вдруг в лесу раздался стук. *Дети постукивают по столу подушечками пальцев.*
Это дятел долбит сук.
Он деревья не калечит,
Он деревья клювом лечит.

 **«Зайчата»**
Вот встречаются зайчата. *Дети трут тыльные стороны ладоней друг о друга.*Как согреться нам, ребята?
Чтобы побыстрей согреться,
Надо спинками тереться.

**«Карась»**

В парке есть глубокий пруд. *Дети вытягивают ладони и качают запястьями вправо – влево.*Караси в пруду живут.
Чтобы стаю нам догнать,
Нужно хвостиком махать.

 **С добрым утром!**
С добрым утром, глазки. *Самомассаж частей тела.*
Вы проснулись?
С добрым утром, ушки. Поглаживание,потягивание.
Вы проснулись?
С добрым утром, ручки.
Вы проснулись?
С добрым утром, ножки.
Вы проснулись?
С добрым утром, солнце.
Мы проснулись!

 **«Раз, два, три»**
Раз, два, три, четыре, пять- *Раскрывают поочередно пальчики левой и правой руки, шевелят пальчиками.*
Будем пальчики считать
Все они умелые
Дружные и смелые.На другой руке опять
Будем пальчики считать
Все они умелые
Дружные и смелые.Раз, два, три, четыре, пять.
Стали ручки танцевать.

 «**Раз, два, три, четыре, пять»**Раз, два, три, четыре, пять- *Загибают поочередно пальчики правой и левой руки.*Начинаем мы играть.
Этот пальчик – хитроносик,
Этот котик – вытриносик,
Этот ежик – ворчунишка,
Этот  мишка – потоптышка,
Этот зайчик – побегайка,
С другой ручки начинай-ка.

**«Веселые мышата»**

В домике у Миши *Большой пальчик щекочет ладошку, затем отдергивает.*Веселые мыши
Скачут и играют
Горюшка не знают.
Только Миша за порог,
Шасть по норкам и молчок.

**«Скорее, мышка, домой»**

Это мышка-норушка*, круговые движения по ладошке указательным пальцем.*А это ее избушка
Скорее мышка домой
И дверь за собой закрой.

**«Пальчик ест кашу»**

Этот пальчик воду носит. *Поочередно загибаем пальчики, начиная с мизинчика.*Этот пальчик сыплет просо.
Этот пальчик кашу варит.
Этот пальчик кашу ставит.
А этот пальчик ест да хвалит.
Он ел, оттого и потолстел.