**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.