

## Картотека пальчиковой гимнастики по темам недели

### Тема: Наше тело. Органы артикуляции. Гигиена.

#### Весёлый человечек.

Я – веселый человечек,

Я гуляю и пою.

Я – веселый человечек,

Очень я играть люблю. (Указательные и средние пальчики обеих рук «шагают» по столу.

Разотру ладошки сильно, Растирают ладони.

Каждый пальчик покручу,

Поздороваюсь с ним сильно

И вытягивать начну. (Охватывают каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланги.

Руки я затем помою, (Потирают ладони.

Пальчик к пальчику сложу,

На замочек их закрою

И тепло поберегу. (Складывают пальцы в замок.

#### Дружные пальчики.

Эти пальчики щипают, ( Большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки (или мамину ладонь).

Эти пальчики гуляют, ( Указательный и средний "идут" по другой руке.

Эти - любят поболтать, ( Средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга (шурша).

Эти - тихо подремать, ( Безымянный и мизинец прижимаем к ладони.

А большой с мизинцем братцем

Могут чисто умыться. (Крутим большим пальцем вокруг мизинца.

### Тема: Игрушки

У Антошки есть игрушки.

У Антошки есть игрушки: (Поочередно сгибают пальцы, начиная с большого)

Вот веселая лягушка.

Вот железная машина.

Это мяч. Он из резины.

Разноцветная матрешка

И с хвостом пушистым кошка.

Катины игрушки

На большом диване в ряд (Попеременно хлопают в ладоши , стучат кулаками.

Куклы Танины сидят:

Два медведя, Буратино, Загибают поочередно все пальцы.

И веселый Чиполино,

И котенок, и слоненок.

Раз, два, три, четыре, пять. Разгибают поочередно все пальцы.

Помогаем нашей Тане Попеременно хлопают в ладоши и

Мы игрушки сосчитать. стучат кулаками.

#### Есть у нас игрушки

Есть у нас игрушки:

Хлопки

Пластмассовые погремушки,

Встряхивают кулачки.

Мишка мягкий меховой,

Сжимают и разжимают пальцы.

Мяч резиновый, цветной,

Делают шар из пальцев).

Кубик деревянный,

Солдатик оловянный,

Руки сложить в круг перед собой

Шарик легкий надувной,

Руки сложить в круг перед собой.

Я люблю играть с тобой.

Хлопают в ладоши

### **Я с игрушками играю.**

Я с игрушками играю: (Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)

Мячик я тебе бросаю, (Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)

Пирамидку собираю, (Прямые кисти ладонями вниз поочередно кладём друг на друга несколько раз.)

Грузовик везде катаю. (Двигаем слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)

### **Индюк**

Индюк из города идет,

Игрушку новую везет.

Игрушка не простая,

Игрушка расписная.

Пальчики обеих рук «идут» по столу).

### **Есть игрушки у меня.**

Есть игрушки у меня: (хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)

Паровоз и два коня, (загибают пальчики на обеих руках)

Серебристый самолёт,

Три ракеты, вездеход,

Самосвал, подъёмный кран

– Настоящий великан.

Сколько вместе? Как узнать? (хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)

Помогите сосчитать!

### **Тема: Наш детский сад, наша группа.**

Этот пальчик хочет спать.

(поочередно загибать пальцы к ладошке

Этот пальчик – прыг в кровать!

начиная с мизинца. Затем большим пальцем

Этот пальчик прикорнул.

Касаться всех остальных - «будить»);

Этот пальчик уж заснул.

Тише, тише не шуми,

Пальчики не разбуди.

Встали пальчики. Ура!

(с восклицанием «Ура!» - кулачки разжать,

В детский сад идти пора.

широко расставив пальцы.)

### **Наша группа**

В нашей группе все друзья.

(Ритмично стучат кулачками по столу,

Самый младший — это я.

Разжимают пальчики поочередно

Это Маша,

начиная с мизинца).

Это Саша,

Это Юра,

Это Даша.

### **Дружба**

Дружат в нашей группе

(Хлопают в ладоши.)

Девочки и мальчики.

Мы с тобой подружим

(Стучат кулачками друг об друга.)

Маленькие пальчики.

Раз, два, три, четыре, пять

(Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца.)

Будем снова мы считать.

Раз, два, три, четыре, пять (Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца, на др. руке.)

Мы закончили считать.

### **Как живёшь?**

- Как живёшь? - Вот так!

(показать большой палец)

- А идешь? - Вот так»!

(«шагать» пальчиками по столу)

- Как даешь? - Вот так!

(протягивать открытую ладонь)

- Ждёшь обед? - Вот так!

(кулачок подпирает лицо)

- Машешь вслед? - Вот так!

(помахать рукой)

- Утром спишь? - Вот так!

(2 ладошки под щекой)

- А шалишь? - Вот так!

(щёки надули и руками лопнули)

### **Девочки и мальчики**

Наши девочки и мальчики	(дети держат руки на поясе)
Ловко прыгают как мячики	(прыгают)
Головой слегка качают	(качают головой)
И красиво приседают	(приседают)
Ручками хлопают вот так, вот так	(хлопки 4 раза)
Ножками топают вот так, вот так	(топают 4 раза)
Кулачки сжимают вот так, вот так	(Показывают один кулачок, потом другой)
Ладонки раскрывают вот так, вот так	(Поочерёдно раскрывают ладонки)
На ладонки мы подуем	(Дуют поочерёдно на обе ладонки)
Наши пальчики разбудим.	(Ш евяют пальчиками)

### **Тема: Осень. Грибы.**

#### **«Грибы».**

Массаж (или самомассаж) подушечек пальцев (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечки одного пальца).

Вылезли на кочке -	мизинец
Мелкие грибочки: -	безымянный
Грузди и горькушки, -	средний
Рыжики, волнушки. -	указательный
Даже маленький пенек -	большой
Удивленья скрыть не мог.	- большой
Выросли опята,	- указательный
Скользкие маслята, -	средний
Бледные поганки -	безымянный
Встали на полянке.	- мизинец

#### **Осень.**

Осень, осень, -	трём ладошки друг о друга
Приходи! –	по очереди сжимаем кулачки
Осень, осень,	- трём ладошки друг о друга
Погляди! –	положить ладошки на щеки
Листья желтые кружатся, -	движение ладонями сверху вниз
Тихо на землю ложатся. –	поглаживаем колени
Солнце нас уже не греет,	по очереди сжимаем кулачки
Ветер дует все сильнее, -	разводим одновременно ручки в разные стороны
К югу полетели птицы, -	скрестить ручки и пошевелить пальчиками
Дождик к нам в окно стучится. –	стучим пальчиками по ладошкам
Шапки, куртки надеваем –	делаем вид
И ботинки обувает –	постучать ногами
Знаем месяцы: -	похлопать ладошками по коленкам
Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. -	кулак, ребро, ладонь

#### **Осенние листья.**

Раз, два, три, четыре, пять, -	загибаем пальчики, начиная с большого
Будем листья собирать. -	сжимаем и разжимаем кулачки
Листья березы, -	загибаем пальчики, начиная с большого
Листья рябины,	
Листики тополя,	
Листья осины,	
Листики дуба мы соберем,	
Маме осенний букет отнесем –	пальчики «шагают» по столу.

## **Осень.**

Ветер северный подул, - подуть на пальцы  
все листочки с липы сдул с-с-с – смахивать руками, будто сдувает листочки  
Полетели, закружились и на землю опустились. - ладони зигзагами плавно опустить на стол  
Дождик стал по ним стучать кап-кап-кап – постучать пальцами по столу  
Град по ним заколотил,  
Листья все насквозь пробил, - постучать кулачками по столу  
Снег потом припорошил, - плавные движения вперед-назад кистями  
Одеялом их накрыл. - ладони прижать крепко к столу

## **Осень.**

Ветер по лесу летал, (Плавные, волнообразные движения ладонями)  
Ветер листики считал:  
Вот дубовый,  
Вот кленовый ( Загибать по одному пальчику)  
Вот рябиновый резной,  
Вот с березки – золотой,  
Вот последний лист с осинки  
Ветер бросил на тропинку ( Спокойно уложить ладони на стол)

## **Тема: Посуда. Продукты питания.**

В сахарницу сахар насыпаем, Сгибать одновременно большие пальцы обеих рук.  
Хлеб и булку в хлебницу кладем. Сгибать одновременно указ. и сред. пальцы рук.  
Молоко в молочник наливаем, Сгибать одновременно безымянные пальцы рук.  
А в солонку соли наберем. Сгибать одновременно мизинцы

### **«Месим тесто».**

Тесто мнем, мнем, мнем! руками имитируем процесс вымешивания теста  
Тесто жмем, жмем, жмем! очень энергично сжимаем и разжимаем руки в кулачки  
(одновременно и поочередно)

Пирог мы испечем. руками совершаем движения, как будто лепим снежки

### **«Салат».**

Мы морковку чистим- чистим, (Энергично проводят кулачком правой руки по ладони левой).  
Мы морковку трём-трём, (Прижимают кулачки к груди и делают ими резкие движения  
вперед-назад).

Сахарком её посыплем «Посыпают сахарком», мелко перебирая пальчиками).  
И сметанкою польём. (Кулачком делают движения сверху вниз, как бы поливая).  
Вот какой у нас салат, Протягивают ладони вперед).  
Витаминами богат! (Поглаживают ладошкой живот)

## **Посуда.**

Девочка Иринка порядок наводила Поочередно соединяют большой палец с остальн.  
Девочка Иринка кукле говорила:  
«Салфетки должны быть в салфетнице,  
Масло должно быть в маслёнке,  
Хлебушек должен быть в хлебнице,  
А соль? Ну, конечно, в солонке!

## **Тема: Домашние животные и птицы.**

### **Домашние птицы.**

Во дворе стоит забор,  
За забором птичий двор. (Руки на столе: правая – ладонью вниз, левая – сжата в кулак;  
поочередно меняем положение рук)  
Тут галдеж и суета  
Начинается с утра: (Ударяем правой рукой, сжатой в кулак, в ладошку левой руки, затем  
меняем положение).

Кукарекают, гогочут,  
Громко кричат, болбочут (Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими).  
Гуси, утки, индюки,  
Курицы и петухи. (Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших).  
\*\*\*

Есть у курицы цыплёнок, (Большие пальцы поочерёдно касаются остальных, начиная с мизинца).  
У индюшки – индюшонок,  
А у утки есть утёнок,  
У каждой мамы малыши  
Все красивы, хороши! Показывают пальчики, играя ими.

## **Тема: Овощи. Фрукты. Сад. Огород.**

### **Овощи.**

У Лариски –  
Две редиски.  
У Алёшки –  
Две картошки.  
У Серёжки сорванца –  
Два зелёных огурца.  
А у Вовки –  
Две морковки.  
Да ещё у Петьки –  
Две хвостатых редьки.  
\*\*\*\*\*

Мы делили апельсин. (дети разламывают воображаемый апельсин на дольки)  
Много нас, (показывают 10 пальцев)  
А он один. (показывают 1 палец)  
Эта долька – для ежа.  
Эта долька – для стрижа.  
Эта долька – для утят.  
Эта долька – для котят.  
Эта долька – для бобра. (загибают по одному пальчику на каждую строчку)  
А для волка – кожура. (бросательные движения правой рукой)  
Он сердит на нас – беда!!! (сжимают кулаки и прижимают их к груди)  
Разбегайтесь – кто куда!!! («бегут» пальцами по столу)

### **Друзья – садоводы.**

Палец толстый и большой  
В сад за сливами пошёл. (Ладонка собрана в «кулачок». Отгибаем большой пальчик, выпрямляем его, затем сгибаем наполовину. Снова сгибаем и так несколько раз)  
Указательный с порога  
Указал ему дорогу. (Отгибаем указательный пальчик, далее «сгибаем-разгибаем»)  
Средний палец самый меткий,  
Он сбивает сливы с ветки. (Отгибаем средний пальчик, «сгибаем-разгибаем» его. При этом нужно стараться не сгибать указательный и большой пальцы)  
Безмянный подбирает, (Отгибаем также безмянный, постараться не шевелить предыдущими пальчиками)  
А мизинчик-господинчик  
В землю косточки бросает! (Отгибаем мизинчик)

### **Фруктовая ладошка.**

Этот пальчик - апельсин, Поочерёдно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.  
Он, конечно, не один,  
Этот пальчик – слива,  
Вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос,  
Высоко на ветке рос.  
Этот пальчик – груша,  
Просит: «Ну-ка, скушай!»  
Этот пальчик – ананас, Фрукт для вас и для нас.(Показывают ладошками вокруг и на себя.)

### **Яблонька**

У дороги яблонька стоит,( Руки сплести над головой, пальцы разжаты.  
На ветке яблочко висит.( Сложить запястья вместе.  
Сильно ветку я потряс, (Руки над головой, движения вперед-назад.  
Вот и яблочко у нас.( Ладони перед грудью, имитируют, что держат яблоко.  
В сладко яблочко вопьюсь,  
Ах, какой приятный вкус.( Соединить запястья, ладони развести.

## **Тема: Зимующие птицы.**

### **Кормушка**

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

## **Тема: Животные наших лесов.**

### **Сидит белка.**

Сидит белка на тележке,  
Продает она орешки:  
Лисичке-сестричке,  
Воробью-синичке,  
Мишке толстопятому,  
Заиньке усатому.  
(Дети при помощи левой руки разгибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца).

### **Дикие животные.**

На лужок пришли зайчата, (Одновременное сгибание пальцев в кулак .)  
Медвежата, барсучата, (При перечислении животных считать пальцы на обеих руках поочередно)  
Лягушата и енот.  
На зелёный, на лужок,  
Приходи и ты, дружок.

### **На водопой**

Жарким днем лесной тропой («шагают» по столу).  
Звери шли на водопой.  
За мамой лосихой топал лосенок, (На каждое двустишие разгибают  
За мамой лисицей крался лисенок, ( по одному пальчику, начиная с мизинца).  
За мамой ежихой катился ежонок,  
За мамой медведицей шел медвежонок,  
За мамой белкой скакали бельчата,  
За мамой зайчихой косые зайчата, (Делают «ушки» «шагают» по столу).  
Волчиха вела за собою волчат,  
Все мамы и дети напиться хотят.

## Тема: Транспорт. ПДД.

### Машины

По шоссе идут машины, (Крутим воображаемый руль.)

По асфальту едут шины. (Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)

По дороге не беги, (Погрозили пальцем.)

Я скажу тебе: «Би-би». (Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим».)

### Транспорт-2.

Будем пальчики сгибать – Загибаем пальцы начиная с мизинца)

Будем транспорт называть:

Автомобиль и вертолёт,

Трамвай, метро и самолёт.

Все пальцы мы в кулак зажали,

Все виды транспорта назвали. («Встряхиваем» ладонями)

### Машины-2.

Все машины по порядку

Подъезжают на заправку: (Обеими руками «крутят руль» перед собой).

Бензовоз, мусоровоз,

С молоком молоковоз,

С хлебом свежим хлебовоз.

И тяжелый лесовоз. (Пальцами поочередно, начиная с мизинца, касаются ладошки).

### Лодочка

Две ладошки прижму (Ладони лодочкой, волнообразные движения рук.)

И по морю поплыву.

Две ладошки – друзья –

Это лодочка моя.

Паруса подниму, (Поднять выпрямленные ладони вверх).

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам (Имитация движений волн и рыбок)..

Плывут рыбки тут и там.

### Постовой

Постовой стоит упрямый (пальчики «шагают» по ладошке)

Людам машет: Не ходи! («грозят» пальчиками)

Здесь машины едут прямо (руки перед собой, изображают руль)

Пешеход, ты погоди! («грозят» пальчиками)

Посмотрите: улыбнулся (хлопают в ладоши)

Приглашает нас идти (пальчики «шагают» по ладошке)

Вы, машины, не спешите (хлопки руками)

Пешеходов пропустите! (прыжки на месте)

### Дорожных правил очень много.

Дорожных правил очень много . («грозят» пальчиками)

Раз - Внимание дорога! (загибают поочередно пальцы)

Два - сигналы светофора,

Три – смотри дорожный знак,

А четыре – «переход».

Правила все надо знать (хлопки руками)

И всегда их выполнять. (показывают «класс!» большим пальцем)

### Велосипед

Две педали крутят ноги, (раскрытыми ладонями выполняем круговые движения)

Мчат колеса по дороге (вращаем согнутыми в локтях руками)

Я рулю, куда хочу -  
Влево, (имитируем, что держим руль и поворачиваем в лево )  
Вправо покачу. (вправо)  
То вперед, (кулачками обеих рук совершаем круговые движения)  
А то назад (назад)  
Нажимаю тормоза (обеими ладонями жмем на стол)

## **Тема: Жилище. Бытовые приборы.**

### **Пылесос.**

Пылесос, пылесос, (Ритмичное сгибание пальцев обеих рук (ладони смотрят вперёд)  
Ты куда суёшь свой нос?( то же, но ладони обращены друг к другу.  
Я жужжу, я жужжу,(Соприкосновение кончиков пальцев  
Я порядок навожу.

### **.Дом.**

**Я хочу построить дом,** Руки над головой «домиком».

**Чтоб окошко было в нём,** Руки перед глазами. Концы пальцев рук сомкнуты в «окошко».

**Чтоб у дома дверь была,** Ладони повёрнуты к себе, сомкнуты боковыми частями.

**Рядом чтоб сосна росла.** Пальцы растопырены. Руки тянем вверх.

**Чтоб вокруг забор стоял** Руки перед собой кольцом, пальцы соединены.

**Пёс ворота охранял.** Одна рука «пёс», мизинец отсоединить от других пальцев.

**Солнце было,** Скрестить кисти рук, пальцы растопырены.

**Дождик шёл,** «Страхивающие» движения.

**И тюльпан в саду расцвёл.** Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят вверх.

### **Домик для зайчат.**

Стук, стук, постук,

раздается где-то стук.

Молоточки стучат,

Строят домик для зайчат. (кулачками друг о друга стучим).

Вот с такою крышей (ладошки над головой).

Вот с такими стенами (ладошки около щечек).

Вот с такими окнами (ладошки перед лицом).

Вот с такою дверью (одна ладошка перед лицом.)

И вот с таким замком (сцепили ручки).

На двери висит замок.

Кто его открыть бы мог?

Повертели,

Покрутили,

Постучали,

И – открыли! (расцепили ручки)

### **Новый дом**

Тук-тук-тук, тук-тук-тук! (Ударяют, чередуя, кулачком о кулачок.

Молоток бери, мой друг!

Мы построим новый дом ( Ставят рядом ладошки «стены»

Есть окошко в доме том .( Складывают указательные пальцы «палочкой», остальные соединяют «крышей».

Есть ещё одно повыше,

Есть труба вверху на крыше. (Мизинец отставляют в сторону – труба.

Дом готов, зовём гостей Показывают оба указательных пальца

«Проходите поскорей!» (Делают приглашающий жест рукой.

## **Тема: Лето. Цветы.**

Наши алые цветы  
Распускают лепестки, (Плавно разжимают кулаки.  
Ветерок чуть дышит,  
Лепестки колышет .( Машут перед собой руками.  
Наши алые цветки Закрывают лепестки, ( Плавно сжимают руки в кулаки.  
Тихо засыпаю (Головой качают, Кладут руки под щеку..Качают головой.

### **Цветок.**

Вырос высокий цветок на поляне,  
(Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить).  
Утром весенним раскрыл лепестки.  
(Развести пальцы рук).  
Всем лепесткам красоту и питание  
(Ритмично двигать пальцами вместе-врозь).  
Дружно дают под землей корешки.  
(Ладони опустить вниз, тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести).

### **Подсолнух.**

Посадили зернышко, (щепотка)  
Вырастили солнышко. (растопырить ладони)  
Это солнышко сорвем, (ладоши раскрыть)  
Много зерен соберем. (собирать с другой ладони зерна)

## **Тема: Насекомые.**

### **Божьи коровки.**

Божья коровка - (дети машут руками)  
Черная головка. (за голову хватаются)  
Улети на небо, (руки поднимают высоко)  
Принеси нам хлеба. (руки вперед)  
Черного и белого (две ладошки в одну сторону, и в другую)  
Только не горелого. (пальчиком грозят)

### **Комар.**

Дружно пальчики считаем – ( Сжимают и разжимают пальцы.  
Насекомых называем.  
Бабочка, кузнечик, муха ( Поочерёдно сгибают пальцы в кулачок, начиная с большого.  
Это жук с зелёным брюхом.  
Это кто же тут звенит? (Вращают мизинцем.  
Ой, сюда комар летит!  
Прячьтесь! ( Прячут руки за спину.

### **Насекомые**

Раз, два, три, четыре, пять (- Сжимать - разжимать пальцы в кулак.  
Насекомых надо знать: ( Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.  
Муха, бабочка, пчела,  
Муравей, комар, оса,  
Шмель, кузнечик и сверчок... ( Поочередно загибать пальцы рук, начиная с большого пальца правой руки.  
И у каждого шесть ног ( Поднять правую руку раскрытой ладошкой вверх, а левую сжать в кулачок, подняв верх большой палец – показать шесть пальцев.

### **Паучок.**

Паучок ходил по ветке,  
А за ним ходили детки. ( Руки скрещены; пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.  
Дождик с неба вдруг полил,

Паучков на землю смыл. (Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик).) (Хлопок ладонями по столу/коленям).  
Солнце стало пригревать, Паучок ползёт опять, (Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит))  
А за ним ползут все детки, (Действия аналогичны первоначальному)  
Чтобы погулять на ветке. ("Паучки" ползают на голове)

### **Пчела.**

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

### **Тема: Мебель.**

#### **Мебель.**

Раз, два, три, четыре, Загибают пальчики, начиная с большого, на обеих руках.  
Много мебели в квартире. Сжимают и разжимают кулачки  
В шкаф повесим мы рубашку, Загибают пальчики, начиная с большого.  
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, Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками  
Чай с вареньем дружно пили.  
Много мебели в квартире.

#### **Мебель (3)**

Мебель я начну считать Показывают ладошки обеих рук.  
Кресло, стол, диван, кровать, Пальцы обеих рук поочередно сжимают в кулачки.  
Полка, тумбочка, буфет,  
Шкаф, комод и табурет.  
Много мебели назвали, Разжимают кулачки и показывают ладошки.  
Десять пальчиков зажали! Сжимают кулачки и поднимают их вверх.

### **Тема: Одежда. Головные уборы.**

#### **Стирка**

Раз, два, три, четыре, пять – (Последовательно соединяют пальцы  
Будем вещи мы стирать: одной руки с пальцами другой руки.)  
Платье, брюки и носочки,  
Юбку, кофточку, платочки.  
Шарф и шапку не забудем –  
Их стирать мы тоже будем. (Кулачки имитируют стирку.)

#### **Маша варежку надела....**

Маша варежку надела: (Сжать пальцы в кулачок)  
«Ой, куда я пальчик дела?  
Нету пальчика, пропал, (Все пальцы разжать, кроме большого)  
В свой домишко не попал».  
Маша варежку сняла: (Разогнуть большой палец).  
«Поглядите – ка, нашла!

Ищешь, ищешь и найдёшь, (Сжать пальцы в кулачок, отделить большой палец.)  
Здравствуй, пальчик, как живёшь?»

### **Рукавицы.**

Вяжет бабушка Лисица (Поочередно потеряет пальцы.)  
Всем лисятам рукавицы: (Загибаем пальчики).

Для лисенка Саши,  
Для лисички Маши,  
Для лисенка Коли,  
Для лисички Оли,  
А маленькие рукавички  
Для Наташеньки - лисички.  
В рукавичках да-да-да!  
Не замерзнем никогда! (Потереть ладони друг о друга).

## **Тема: Обувь**

### **Обувь.**

Посчитаем в первый раз, (Попеременные хлопки ладонями  
Сколько обуви у нас. и удары кулачками по столу.)

Туфли, тапочки, сапожки  
Для Наташки и Серёжки, (На каждое название обуви  
Да ещё ботинки загибают по одному пальчику, начиная с большого).  
Для нашей Валентинки,  
А вот эти валенки  
Для малышки Галеньки.

### **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 – Загибать пальчики, начиная с большого.  
Новые кроссовки.  
Вот так. Вот так.  
Новые кроссовки. «Шагать» по столу средним и указательным пальцами обеих рук.

## **Тема: Животные Севера и Юга.**

### **Белые медведи.**

Белые медведи мороза не боятся, (Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы правой  
руки в стороны и соединять.  
Нравится им в море ледяном купаться. ( Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы левой  
руки в стороны и соединять.  
Не страшны им в Арктике

Клыкастые моржи, (Поднимать пальцы правой руки по одному, начиная с большого.  
На рыбу и тюленей охотятся они.) (Поднимать пальцы левой руки по одному, начиная с большого.

### **В жарких странах.**

Если в жаркую страну  
Я случайно попаду, (Сжимать – разжимать пальцы в кулаки.  
То увижу там шакала, (Соединить все пальцы обеих рук с большими, образуя «бинокль»,  
поднести к глазам.  
Кенгуру, гиппопотама, (Разогнуть большой и указательный пальцы правой руки.  
Обезьяну, тигра, льва, (Разогнуть средний, безымянный пальцы и мизинец правой руки.  
Крокодила и слона (Разогнуть большой и указательный пальцы левой руки.  
Хорошо живется им – (Разогнуть средний, безымянный пальцы и мизинец левой руки.  
Не бывает снежных зим. (Хлопнуть в ладоши, развести руки в стороны.

### **Мартышки и книжки.**

Две проказницы мартышки  
Полистать любили книжки.  
Потрясти их, полизать  
И как будто почитать. (Выполнять движения, соответствующие тексту)  
Ловко принялись за дело  
И очки они надели. (Показать руками «очки»)  
К носу книжку поднесли, (Две ладошки приблизить к лицу)  
Вдруг подальше отвели  
Ничего в очках не видно. (Ладочки отдалить от лица)  
И мартышкам так обидно! (Вытираем щечки, «слезы»)

### **Тема: День Победы.**

#### **На параде.**

Как солдаты на параде, (Сжимаем, разжимаем кулачки.  
Мы шагаем ряд за рядом,  
Левой — раз, левой — раз, Хлопки в ладоши.  
Все захлопали в ладошки —  
Дружно, веселей!  
Застучали наши ножки  
Громче и быстрее!

#### **Наша армия.**

Аты - баты, аты - баты! Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и  
левой руки.  
На парад идут солдаты!  
Вот идут танкисты,  
Потом артиллеристы,  
А потом пехота –  
Рота за ротой.

#### **Пограничник.**

Пограничником я буду, Сжимать и разжимать пальцы в кулаки одновременно на обеих  
руках.  
Чтоб границы защищать, Соединять одноименные пальцы обеих рук, начиная с больших.  
И страна могла спокойно Разъединять одноименные пальцы, начиная с мизинцев.  
Крепким сном ночами спать. Соединять все пальцы обеих рук по очереди

### **Тема: 8 марта. Моя семья/и**

#### **Семья**

Раз, два, три, четыре! (хлопают в ладоши)  
Кто живет в моей квартире?  
Раз, два, три, четыре, пять! (хлопают в ладоши)

Всех могу пересчитать:  
Папа, мама, брат, сестренка, кошка Мурка,  
Два котенка, мой щегол, сверчок и я (поочередное поглаживание- массаж всех десяти  
пальцев).

Вот и вся моя семья!

### **Кто приехал?**

Кто приехал?

Мы, мы, мы!

Мама, мама, это ты?

Да, да, да!

Папа, папа, это ты?

Да, да, да!

Братец, братец, это ты?

Да, да, да!

Ах, сестричка, это ты?

Да, да, да!

Все мы вместе, да, да, да!

### **Дружная семья**

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

А вот этот пальчик – я,

Вместе – дружная семья! (хлопаем в ладоши)

Пальцы обеих рук сложены вместе.  
Быстро хлопают кончики больших пальцев.  
Кончики больших пальцев прижаты, а кончики остальных хлопают.  
Хлопают кончики больших пальцев.  
Хлопают кончики указательных.  
Хлопают кончики больших пальцев.  
Хлопают кончики средних пальцев.  
Хлопают кончики больших пальцев.  
Хлопают кончики безымянных.  
Хлопают кончики больших пальцев.  
Хлопают кончики мизинцев. Хлопать в ладоши.

(загибаем поочередно пальцы, начиная с большого)

## **Тема: Профессии.**

### **За работу**

Ну-ка, братцы, за работу.

Покажи свою охоту.

Большаку дрова рубить

Печи все тебе топить,

А тебе воду носить,

А тебе обед варить,

А тебе посуду мыть.

А потом всем песни петь,

Песни петь да плясать,

Наших деток забавлять.

Поочередно разгибать пальцы,  
начиная с большого.

Энергично шевелить пальцами.

### **Наперсток**

Вышивает, шьет иголка,

Пальцу больно,

Пальцу колко.

А наперсток

В тот же миг

К девочке на пальчик

Прыг! Говорит иголке:

-Шей, а колоться ты не смей!

В правой руке воображаемая иголка  
«шьет» и задевает указательный  
пальчик на левой руке.

«Надевают наперсток».

«Шьют».

Грозят пальчиком.

### **Повар**

Повар готовил обед,

А тут отключили свет.

Повар леща берет

И опускает в компот.

Бросает в котел поленья, -

В печку кладет варенье -

Мешает суп кочерыжкой, -

Угли бьет поварешкой.

Ребром ладони стучат по столу.

Загибают большой палец на левой руке.

Загибают указательный палец.

средний

безымянный

мизинец

Сахар сыплет в бульон.

И очень довольный он!

Разводят руками.».

### **Почтальон**

Что принес нам почтальон?

Сжимать и разжимать кулаки.

С толстой сумкой ходит он.

Шагать пальчиками по столу.

Перевод, журнал, газету,

Загибать пальцы, начиная с большого.

В бандероли 2 кассеты.

И письмо от тети Вали,

Чтоб ее приезда ждали.

### **Пекарь**

Пекарь, пекарь, из муки

Выполняем круговые движения ладонями

Испеки нам колобки.

Имитируем скатывание колобка.

Две сушки — Ванюшке,

Поочередно соединяем большие пальцы

Две баранки — Танюшке,

обеих рук с остальными пальцами

Два бублика — Мишке,

упражнение «колечки».

Два калача — Маришке. —

## **Тема: Зимние забавы. Зимние виды спорта.**

### **Зимние забавы.**

Раз, два, три, четыре, пять

(загибаем пальчики)

Мы во двор пошли гулять (указательным и средними пальчиками "идем" по столу)

Бабу снежную слепили

(катаем ручками "комок")

Птичек крошками кормили

("кормим птичек ")

С горки мы потом катались (ведём указ. пальцем правой руки по ладони левой руки)

А ещё в снегу валялись (кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)

Все в снегу домой пришли

(отряхиваем ладошки)

Суп поели

("едим суп"),

спать легли

(ладошки под щечку).

### **Спортсмены**

Чтоб болезней не бояться

Поднимают руки к плечам, плечам, в стороны.

Надо спортом занимать

Сжимаем и разжимаем кулаки.

Играет в теннис теннисист

Сгибаем пальцы в кулачок, начиная с мизинца.

Он спортсмен, а не артист

В футбол играет футболист

В хоккей играет хоккеист,

В волейбол — волейболист,

В баскетбол — баскетболист

### **. Снежок**

Раз, два, три, четыре,

(загибать пальчики)

Мы с тобой снежок слепили

(лепить, меняя положение ладоней)

Круглый, крепкий, очень гладкий.

(показывают круг, гладят ладони друг о друга)

Раз — подбросим,

("подбросить", посмотреть вверх)

Два — поймаем.

("ловят", приседают)

Три — уроним

(встают, "роняют")

И ... сломаем!

## **Тема: Зима.**

(топают)

### **Мороз**

Вечер приближается

(разведите руки в стороны),

Вьюга начинается

(покачайте над головой руками из стороны в сторону).

Крепчает мороз

(с усилием сожмите кулаки)

—Щиплет щеки, щиплет нос

(пальцами слегка ущипните щеки и нос)

Руки стали замерзать

(потрите ладони)

Надо их отогреть

(подышите на ладони).

Вечер приближается (разведите руки в стороны)  
Темнота сгущается. Нам домой давно пора —До свиданья! До утра! (помашите рукой на прощание).

### **Зима**

Пришла зима, трем ладошки друг о друга  
Принесла мороз. пальцами массируем плечи, предплечья  
Пришла зима, трем ладошки друг о друга  
Замерзает нос. ладошкой массируем кончик носа  
Снег, плавные движения ладонями  
Сугробы, кулаки стучат по коленям попеременно  
Гололед. ладони шоркают по коленям разнонаправлено  
Все на улицу — вперед! обе руки протянуть вперед

### **Мороз (2)**

Ой, сердит мороз (качают головой, взявшись за нее руками)  
Ветки снегом занес. (Взмахивают кистями рук)  
Хватает за нос. (Хватают себя за нос)  
Щиплет до слез (Щиплют себя за щеки)  
Ребятишки не пугаются (Грозят пальчиком)  
И на лыжах («Едут на лыжах»)  
И на саночках катаются («Едут на санках»)  
Над морозом сердитым потешаются. (Прыгают и одновременно хлопают в ладоши)

### **Зима**

Наши ручки замерзают. Кулачки крепко прижать друг к другу  
Поиграем – ка немножко Разжать кулачки, хлопать в ладони.  
Да похлопаем в ладошки. Хлопать в ладоши  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! Прижать ладони друг к другу, тереть  
Пальчики, чтоб их согреть, ладонь о ладонь.  
Сильно надо растереть. Греем руки круговыми движениями,  
Пальчики мы согреваем, сжимаем и разжимаем кулачки  
Их сжимаем – разжимаем!

### **Тема: Лес, деревья, кустарники.**

#### **Клён**

За окном сосулька тает,  
Ветер тучи рвёт в клочки. «Рвать» клочки,  
Разжимает, разжимает разжимать кулачки,  
Клён тугие кулачки. ладони вместе прижать к щеке  
Прислонился он к окошку.  
И, едва растает снег, И, едва растает снег,  
Мне зелёную ладошку протянуть ладошки вперед,  
Клён протянет раньше всех. сжимать и разжимать кулачки

#### **Иголки**

У сосны, пихты и ёлки (дети перекатывают в руках, массируя ладони  
Очень колкие иголки, массажный мячик)  
Но ещё сильнее, чем ельник,  
Вас уколёт можжевельник! (подбрасывают мячик)

### **Тема: Моя страна, моя республика, мой город.**

#### **Край родной.**

Здравствуй, солнце золотое! Потянуться, растопырив пальцы  
Здравствуй, небо голубое! Помахать «небу»  
Здравствуй, вольный ветерок! Волнообразные движения кистей рук  
Здравствуй, маленький дубок! Показать «дубок»- растёт от маленького расточка вверх  
Мы живём в одном краю –  
Всех я вас приветствую! «Обнимашки»

#### **Моя страна**

Посмотрю на карту я: вытягивают вперед прямые ладони

Вот российская земля. поочередно соединяют одноименные пальцы рук  
Есть леса тут и озера,  
Горы, реки и моря.  
Я люблю тебя, Россия, крепко сжимают в «замок»  
Ты же Родина моя! прикладывают руки к груди

## **Тема: Праздник ёлки, Новый год, Рождество.**

### **Новогодний праздник**

Ждали праздника мы долго. Трём ладошку о ладошку.  
Наконец пришла зима. Сжать кулаки, прижать их друг к другу.  
Наконец пришла зима Пальцы «идут» по столу, по коленкам.  
В гости ёлку привела. Пальцы показывают Ёлочку, указательные пальцы сцепляются  
К ёлке все мы подошли, Круговые движения кистями рук.  
Хороводы завели. Кисти рук опустить, расслабить.  
Покружились, поплясали, Ладони прижать друг к другу, потом протянуть вперёд.  
Даже чуточку устали.  
Дед Мороз скорей приди,  
Нам подарки принеси.

### **Подарки**

Дед мороз принес подарки: «Шагают» пальчиками по столу.  
Буквари, альбомы, марки, На каждое название загибают  
Кукол мишек и машины, по одному пальчику, сначала на  
Попугая и пингвина, правой, потом на левой руке.  
Шоколадок пол мешка Делают из пальчиков правой руки  
И пушистого щенка! мордочку щенка, согнуты  
Гав! Гав! средний и указательный пальчики – «ушки»

### **На ёлке**

Мы на елке веселились, Ритмичные хлопки в ладоши  
И плясали, и резвились. Удары кулачками.  
После добрый Дед Мороз «шагают» средним и указательным пальчиками по столу.  
Нам подарки преподнес. «рисуют» руками большой круг.  
Дал большущие пакеты, Ритмичные хлопки в ладоши  
В них же вкусные предметы: Загибают пальчики, начиная с большого  
Конфеты в бумажках синих,  
Орешки рядом с ними,  
Груша, яблоко,  
Один золотистый мандарин.

### **Елочка**

Ждут красавицу колючую « Рисуют» руками елочку.  
В каждом доме в декабре. Делают ладошками «дом».  
На ветвях зажгут фонарики, Показывают «фонарики».  
Искры брызнут в серебре. Руки над головой, пальцы оттопырены.  
Сразу станет в доме празднично, Берутся за руки и становятся в хоровод.  
Закружится хоровод.  
Дед Мороз спешит с подарками, Идут по кругу с воображаемым  
Наступает Новый год. мешком за плечами.

### **Наряжаем ёлку**

Раз, два, три, четыре, пять (Поочередно соединяют подушечки пальцев обеих рук, начиная с большого.  
Будем ёлку наряжать) (Соединяют ладони «домиком» над головой и разводят руки в стороны  
Мы повесим шарик, (Соединяют подушечки пальцев обеих рук, образуя шарик  
Яркие фонарики, (Прижимают ладони друг к другу, пальцы раздвинуты, выполняют  
вращательные движения ладонями вперёд – назад  
Весёлого Петрушку, (Показывают длинный нос  
И разные игрушки: (Вытягивают ладони вперёд

И мишку - шалунишку (Показывают «мишкины лапы» и покачиваются из стороны в сторону)  
И зайнку – трусишку( Прикладывают раскрытые ладони к голове)

### **Новый год**

Наступает Новый год! (Хлопаем в ладоши)

Дети водят хоровод. (Кисти сцеплены пальцами, руки вытянуты, кисти вращаем внутрь-наружу)

Висят на елке шарики, (Поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар)

Светятся фонарики. (Фонарики)

Вот сверкают льдинки, (Сжимать и резко разжимать кулаки поочередно)

Кружатся снежинки. (Легко и плавно двигать кистями)

В гости Дед Мороз идет, (Пальцы шагают по коленям или по полу)

Всем подарки он несет. (Трем друг об друга ладони)

Чтоб подарки посчитать, (Хлопаем по коленям или по полу, одна рука - ладонью, другая - кулаком, затем меняем)

Будем пальцы загибать: (по очереди массируем каждый палец)

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10.

### **Тема: Защитники Отечества.**

#### **Бойцы**

Пальцы эти – все бойцы.

Удалые молодцы. сжать их в кулак.

Два больших и крепких малых

И солдат в боях бывалых

Два гвардейца – храбреца!

Два сметливых молодца!

Два героя безымянных,

Но в работе очень рьяных!

Два мизинца – коротышки

– Очень славные мальчишки!

#### **Солдаты**

Для солдата строго норма:

Всегда выглаженная форма.

В руки взял Арсений пультик,

Посмотреть хотел он

У пограничников есть пост,

Под охраной у них мост

#### **Сегодня праздник всех отцов**

Сегодня праздник всех отцов,

Всех сыновей, всех кто готов,

Свой дом и маму защитить,

Всех нас от бед отгородить!

Растопырить пальцы на обеих руках,

Приподнять два больших пальца,  
. другие крепко прижать к столу.

Приподнять указательные пальцы,  
другие крепко прижать к столу.

Приподнять средние пальцы,  
другие крепко прижать к столу.

Приподнять безымянные пальцы,  
Хлопнуть в ладоши.

Показать два пальца в "рогатке"

Сжать руки в кулак оттопырив большой палец "класс"

"Прошагать" пальцами по коленям

Хлопнуть в ладоши

Плотно сжатые пальцы рук приложить к вискам

. Ладони плотно прижаты друг к другу, "развести" в мост

Сжимают и разжимают пальцы

Хлопают в ладоши

Из ладошек делают «домик», руки прикладывают к сердцу

Сжимают и разжимают пальцы

### **Тема: Каникулы. Сказки.**

#### **Любимые сказки**

Будем пальчики считать,

Хлопают в ладоши

Будем сказки называть

Рукавичка, Теремок,

Поочередно загибают пальчики на левой руке

Колобок – румяный бок.

Есть Снегурочка – краса,

Три медведя, Волк – Лиса.

Не забудем Сивку-Бурку,

Поочередно загибают пальчики на правой руке

Нашу вещую каурку.

Про жар-птицу сказку знаем,

Репку мы не забываем

Знаем Волка и козлят.  
Этим сказкам каждый рад

### **Репка**

Тянут, тянут бабка с дедкой,  
Из земли большую репку  
К ним пришла тут внучка,  
Подбежала Жучка,  
Кошка тоже потянула.  
Хоть держалась крепко,  
Вытянута репка!

Сжимают кулачки  
Хлопают в ладоши

Дети вытягивают большие пальцы.  
Указательные.  
Средние.  
Безымянные.  
Мизинцы.  
Берут репку.  
Поднимают руки вместе с репкой.

### **Репка (2)**

Репку мы сажали («роете» пальчиками в детской ладошке лунку),  
Репку поливали (показываете пальчиками, как льется вода из лейки),  
Вырастала репка (показываете, как растет, выпрямляете постепенно пальчики)  
Хороша и крепка (оставьте ладони открытыми, а пальцы согните как крючочки)!  
Тянем-потянем (руки сцепляются и тянут – каждый в свою сторону),  
Вытянуть не можем (потрясли кистями рук),  
Кто же нам поможет (прибегают по очереди все герои сказки и помогают тянуть)?  
Тянем-потянем, тянем-потянем!  
Ух (расцепили руки, потрясли кистями)!  
Вытянули репку.

## **Тема: Весна. Перелётные птицы.**

### **Десять птичек — стайка.**

Десять птичек — стайка.

Пой-ка, подпевай-ка:

Спокойные взмахи расслабленными ладонями

Эта птичка — соловей

Загибаем по очереди пальцы начиная с мизинца

Эта птичка — воробей,

левой руки

Эта птичка — совушка, сонная головушка.

Эта птичка — свиристель,

Эта птичка — коростель,

Эта птичка — скворушка, серенькое перышко. (Загибаем по очереди пальцы начиная с мизинца

Это-зяблик, это — стриж,

правой руки

Это — развеселый чиж.

Ну а это — злой орлан.

Птички-птички, по домам

Обе ручки быстро сжать в кулачки, «пряча птичек»

### **Птицы прилетают.**

С наступлением весны,

Пальцы расставлены, ладони перекрещены.

Птицы прилетают.

Большие пальцы соединяют, остальными машут, как крыльями.

Возвращаются скворцы,

Работяги и певцы.

Пальцы рук сжимаются в кулаки и разжимаются.

А грачи у лужицы

Ладони раскрыты, соединены чашечкой.

Шумной стайкой кружатся.

Круговые движения кистями рук.

Журавли летят торопятся,

Пальцы расставлены, ладони перекрещены.

А малиновка и дрозд,

Большие пальцы соединяют, остальными машут, как крыльями.

Занялись устройством гнезд.

Пальцы рук в замок ладони открыты.

### **Грачи.**

Мы лепили куличи

«Лепить пирожок»

Прилетели к нам грачи.

«Помахать крыльями»

Первый грач испек пирог,

Загибать пальчики по очереди на одной руке.

А второй ему помог.

Третий грач накрыл на стол,

А четвертый вымыл пол,

Пятым долго не зевал

И пирог у них склевал.

Раз, два, три, четыре, пять,

Загибать пальчики на другой руке.

Выходи грачей считать.

### **Весна**

Вот уж две недели

Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.

Капают капли.

Снег на солнце тает

Руки ладонями вниз разведены в стороны.

И ручьём стекает.

Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.

### **Подснежник**

К нам Весна лишь заглянула -

Протягивают руки вперед

В снег ладошку окунула

Руки внизу, перпендикулярно корпусу

И расцвел там нежный,

Руки соединяют в бутон на уровне глаз

Маленький подснежник

Медленно раздвигают пальцы «цветок раскрылся»