





## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ЯГОДЫ

#### «За ягодами»

Раз, два, три, четыре, пять,

В лес идем мы погулять.

За черникой,

За малиной,

За брусникой,

За калиной.

Землянику мы найдем

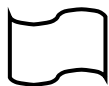
И братишке отнесем.



Пальчики обеих рук здороваются,  
начиная с большого.

Оби руки идут по столу.

Загибают пальчики, начиная с  
большого.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ОВОЩИ

На базар ходили мы,

Много груш там и хурмы,

Есть лимоны, апельсины,

Дыни, сливы, мандарины,

Но купили мы арбуз –

Это самый вкусный груз!



Соединение пальцев  
подушечками, начиная с  
мизинцев, по одной паре пальцев  
на каждую стихотворную строчку;

При этом ладони не  
соприкасаются.

-мизинцы

-безымянные

-средние

-указательные

-большие

-пальцы сжимаются в кулак, а  
большой отводится вверх





## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ФРУКТЫ

#### «Компот»

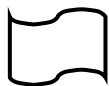
Будем мы варить компот,  
Фруктов нужно много вот:

Будем яблоки крошить,  
Грушу будим, мы рубить.  
Отожмем лимонный сок,  
Слив положим и песок.  
Варим, варим мы компот.  
Угостим честной народ.



Левую ладошку держат  
«ковшиком» пальцем правой  
руки мешают.  
Загибают пальчики по одному,  
начиная с большого.

Опять варят и мешают



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ЯГОДЫ

Здравствуй, полянка большая!

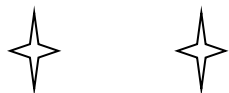
Здравствуй, трава – мурава!

Здравствуй, ягодка лесная!

Ты поспела и вкусна.

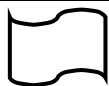
Мы корзиночку несём –

Всю тебя мы соберём.



Пальцы правой руки по очереди  
здороваются с пальцами левой,  
похлопывая друг друга  
кончиками.





## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ОСЕНЬ

Пять весёлых капелек по земле стучат,

Пять весёлых капелек земле говорят:

Том – том – том – том!

Тим – тим – тим – тим!

Тик – тик – тик – тик!

Тип – тип – тип – тип!

Дети повторяют движения и слова. Постукивают по коленям: пальцами обеих рук, большими пальцами, указательными, средними, безымянными, мизинцами. Повторяют движения на полу, в воздухе.

Можно постукивающие движения пальцами обеих рук по плечам, по ногам, по полу.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ОДЕЖДА

Маша варежку надела:

«Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал».

Маша варежку сняла:

«Поглядите – ка, нашла!

Ищешь, ищешь и найдёшь,

Здравствуй, пальчик, как живёшь?»

Сжать пальцы в кулачок.

Все пальцы разжать, кроме большого.

Разогнуть большой палец.

Сжать пальцы в кулачок, отделить большой палец.





Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ЗИМУЮЩИЕ ПТИЦЫ.

Прилетайте, птички!  
Сала дам синичке.

Приготовлю крошки  
Хлебушка немножко.

Эти крошки – голубям,

Эти крошки – воробьям.  
Галки да вороны,  
Ешьте макароны!

«зовущие» движения пальцев  
4раза-«режущие» движения одной  
ладони по другой

пальцы щепоткой – «крошим  
хлеб», тереть подушечки пальцев  
друг о друга  
вытянуть вперёд правую руку с  
раскрытой ладонью  
то же – левой рукой  
тереть ладонью о ладонь,  
«катая из хлеба макароны»



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ФРУКТЫ

*«Апельсин»*

Мы делили апельсин;  
Много нас, а он один.  
Эта долька – для ежа,  
Эта долька – для стрижа,  
Эта долька – для утят,  
Эта долька – для котят,  
Эта долька – для бобра,  
А для волка – кожура.

Он сердит на нас беда!!!

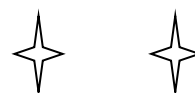
Разбегайтесь кто куда!!!

На каждое слово сжимают  
пальцы рук в кулачок.  
Загибание пальчиков, начиная с  
большого.

Бросательное движение правой  
рукой.

Сжимают кулаки и прижимают  
их к груди.

Бегут пальцами по столу.





Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ЗИМУЮЩИЕ ПТИЦЫ

*«Кормушка»*

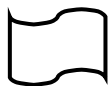
Сколько птиц к кормушке  
нашей.  
Прилетело? Мы расскажем.  
Две синицы, воробей,  
Дятел в пестрых перышках.  
Всем хватило зернышек.



Ритмично сжимают и разжимают кулачки.

Загибание пальчиков, начиная с большего.

Ритмично сжимают и разжимают кулачки.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПОСУДА

*«Помощники»*

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.

Удары кулачками др. о друга.

Одна ладонь скользит по другой.

Загибают пальчики, начиная с большего.

Одна ладонь скользит по другой.  
Загибают пальчики, начиная с большего.

Удары кулачками др. о друга.





## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЗИМА

### «Снежок»

Раз, два, три, четыре,  
Мы с тобой снежок слепили.  
Круглый крепкий, очень гладкий  
И совсем-совсем не сладкий.  
Раз подбросим.  
Два поймаем.  
Три уроним  
И ломаем.

Загибают пальчики, начиная с  
большого.  
«Лепят» меня положение  
ладоней.  
Показывают круг, сжимают  
ладони.  
Грозят пальчиком.  
Смотрят вверх, подбрасывая  
воображаемый снежок.  
Роняют воображаемый снежок.  
Топают ногой.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ШКОЛА

### «Наши пальчики»

Мы писали, мы писали,  
А теперь все дружно встали.  
Ножками потопали,  
Ручками похлопали.  
Мы писали, мы писали,  
Наши пальчики устали.  
Мы немножко отдохнем –  
И опять писать начнем.



Ритмично сжимать пальцы  
в кулачки.  
Выполнять соответствующие  
движения.  
Ритмично сжимать пальцы  
в кулачки.







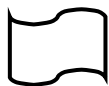


**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ДОМАШНИЕ ПТИЦЫ**

Раз, два – шли утята.  
Три, четыре – за водой.  
А за ними плёлся пятый,  
Позади бежал шестой.  
А седьмой от них отстал,  
А восьмой уже устал.  
А девятый всех догнал,  
А десятый напугал.  
Громко, громко запищал:  
Пи – пи – пи! Не пищи,  
Мы тут рядом, поищи.

Поочерёдно сгибать все пальцы правой, затем левой руки, начиная с большого.

Ритмично сгибать и разгибать пальцы обеих рук.



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ**

Мама мишек будит рано.  
Не встают они с дивана.  
-Эй, Большак, вставай скорей!  
Ждут друзья уж у дверей!  
-Ну, а ты, лентяй Указка!  
У тебя засохла краска!  
Вы должны с Середняком  
Побелить амбар и дом.  
-Безымянный, мой бедняжка!  
Знаю, болен был ты тяжко.  
Пожалею я тебя,  
Полежи ещё два дня.  
Ты, Мизинчик – малышок,  
Роста у тебя – вершок!  
Но зато проказ и драк  
Сосчитать нельзя никак!

Пальцами обеих рук изобразить мишек  
Удивленно пожать плечами  
Встряхиваем большие пальцы рук  
Указать руками на дверь  
Встряхнуть указательные пальцы  
Изобразить руками ведро  
Встряхнуть средние пальцы, плавные движения кистями рук, как кисточкой, снизу – вверх  
Погладить безымянный палец пальцами другой руки  
Прижать безымянный палец к ладони и погладить его  
Встряхнуть мизинцы, показать, какого они роста.  
Погрозить мизинцу пальцем, сосчитать на пальцах его проказы.



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ПРОФЕССИИ**

Питер играет с одним молотком,  
с одним молотком, с одним молотком,  
  
Питер играет с двумя молотками,  
с двумя молотками, с двумя молотками  
  
Питер играет с тремя молотками,  
с тремя молотками, с тремя молотками  
  
Питер играет с четырьмя молотками,  
с четырьмя молотками, с четырьмя  
молотками,  
  
Питер играет с пятью молотками,  
с пятью молотками, с пятью молотками

Кулаком правой руки ударять  
по  
столу,  
  
Кулаками обеих рук,  
  
Ударяем двумя кулаками и  
топаем  
одной ногой,  
  
Ударяем двумя кулаками и  
топаем  
двумя ногами,



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ПРОФЕССИИ**

Вот забор.  
  
В заборе щели.  
Пальцы в них пролезть хотели.  
Сунул голову Большак.  
Дальше не пройти никак!  
  
Вслед за ним застрял Указка.  
  
Середняк хотел – напрасно!  
Безымянный – безуспешно!  
Хоть один прошёл? Конечно!  
Щуплый, маленький мизинчик  
Помощь братьям оказал:  
Из щелей их всех достал.

Пальцы правой руки прижать друг к  
другу.  
Раздвинуть пальцы.  
Просунуть большой палец левой руки  
между большим и указательным  
пальцами правой.  
Крепко зажать большой палец.  
Указат.палец левой руки между  
Указат. и средним пальцами правой,  
средний палец левой руки между  
средним и безымянным пальцами  
правой,  
мизинец несколько раз согнуть –  
разогнуть, потом помахать им.  
  
Каждый палец по очереди освободить  
из плена.



**Пальчиковая гимнастика.  
Тема: МАМИН ПРАЗДНИК**

Мамочка, мамочка,  
Любимая моя,  
Ведь ты знаешь, мамочка,

Как я люблю тебя.

Поочерёдно загибаем пальчики  
правой руки, начиная с большого,  
затем то же на левой руке.

Правую руку сжать в кулак,  
ладошкой левой крепко его  
обхватить.



**Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ**

Повстречались два котёнка:

Мяу-мяу!

Два щенка: ав-ав!

Два жеребёнка: иго-го!

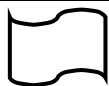
Два тигрёнка: р-р-р!

Два быка: му-у!

Посмотри, какие рога!

На каждую строчку соединять  
поочерёдно пальцы правой и  
левой рук, начиная с мизинца.

Показать «рога», вытянув  
указательные пальцы и мизинцы.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: НАСЕКОМЫЕ

*«Пчела»*

Прилетела к нам вчера

Полосатая пчела.

А за нею шмель-шмелек

И веселый мотылек,

Два жука и стрекоза,

Как фонарики глаза.

Пожужжали, полетали,

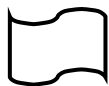
От усталости упали.

Машут ладошками.

На каждое название насекомого  
загибают пальчик.

Делают кружочки из пальчиков  
подносят к глазам.

Роняют ладони на стол.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: РЫБЫ

*«Жил да был один налим»*

Жил да был один налим,

Два ерша дружили с ним.

Прилетали к ним три утки

По четыре раза в сутки

И учили их считать:

Раз, два, три, четыре, пять.

Движения имитирующие  
движения плавников.

Взмахи ладонями.

Сжимать и разжимать кулачки.

Загибать пальчики.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ОСЕНЬ

### *«Вышел дождик погулять»*

Раз, два, три, четыре, пять,  
Вышел дождик погулять.  
Шел неспешно, по привычке,  
А куда ему спешить?  
Вдруг читает на табличке:  
«По газону не ходить!»  
Дождь вздохнул тихонько:  
- ОХ!  
И ушел.  
Газон засох.

Удары по столу пальчиками.

«Шагают»

Удары ладонями по столу.

Хлопок.

Хлопки по столу.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ОВОЩИ

### *«Хозяйка однажды с базара пришла»*

Хозяйка однажды с базара пришла,  
Хозяйка с базара домой принесла.  
Картошку, капусту, морковку,  
Горох, петрушку и свеклу. ОХ!  
Вот овощи спор завели на столе –  
Кто лучше, вкусней и нужней на земле.  
Картошка, капуста, морковка,  
Горох, петрушка и свекла. ОХ!  
Хозяйка тем временем ножик взяла  
И ножиком этим крошить начала  
Картошку, капусту, морковку,  
Горох, петрушку и свеклу. ОХ!  
Накрытые крышкой, в душном горшке  
Кипели, кипели в крутом кипятке  
Картошка, капуста, морковка,  
Горох, петрушка и свекла. ОХ!  
И суп овощной оказался не плох.

«Шагают» пальчиками по столу.

На каждое название  
загибают пальчик.

Удары по столу кулачками и  
ладонями

На каждое название загибают  
пальчик.

Стучат ребром ладони по столу.

На каждое название загибают  
пальчик.

Стучат ребром ладони по столу.

На каждое название насекомого  
загибают пальчик.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: РЫБЫ

Щука хищная, зубастая,  
Для лещей, плотвы опасная,  
Ищет, чем бы поживиться?  
Кто-то там, в воде резвится?  
Чей-то рядом хвост мелькает?  
Хватить? Тут щука не зевает!  
Но попалась на крючок –  
Тащит щуку рыбачок!

Двумя руками изобразить пасть щуки.  
Щука щёлкает зубами – пальцами.  
Ладонь сложить лодочкой.  
Руками имитировать движения рыб.  
Помахать кистями рук, как хвостом.

Пасть щуки захлопывается.

Указательным пальцем изобразить  
крючок, перебирать руками  
воображаемую леску, тащить из воды  
щуку.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ТРАНСПОРТ

Две ладошки прижму  
И по морю поплыву.  
Две ладошки – друзья –  
Это лодочка моя.  
Паруса подниму,  
Синим морем поплыву.  
А по бурным волнам  
Плывут рыбки тут и там.

Ладони лодочкой, волнообразные  
движения рук.

Поднять выпрямленные ладони  
вверх.

Имитация движений волн и  
рыбок.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

*«Пирог»*

Падал снег на порог.

Кот слепил себе пирог.  
А пока лепил и пек,  
Ручейком пирог утек.

Пирожки себе пеки  
Не из снега – из муки.

2 раза медленно опускают ладони  
на стол.

Прижимают ладонь к ладони  
«лепят» пирог.  
«Бегут» пальчиками по столу.

Прижимают ладонь к ладони  
«лепят» пирог.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ШКОЛА

Мы писали, мы писали,  
Наши пальчики устали.  
Вы скачите, пальчики,  
Как солнечные зайчики.

Прыг – скок, прыг – скок,  
Прискакали на лужок.  
Ветер травушку качает,  
Влево – вправо наклоняет.  
Вы не бойтесь ветра, зайки,  
Веселитесь на лужайке!

Сжимаем и разжимаем кулачки.

Пальчики скачут по столу.  
Растопырить пальцы, ладони  
вверх.

Пальчики скачут по столу.

Лёгкие движения кистями влево,  
вправо.

Погрозить пальцем.  
Весело хлопать в ладоши.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: КОСМОС

Космонавтом хочешь стать?

Сильным быть и ловким?

Надо пару подобрать

И лицом друг к другу встать.

Если чистые ладошки –

Значит можно начинать.

Выполнять движения по тексту.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: МОЯ РОДИНА

### *«Здравствуй»*

Здравствуй, Солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю -

Всех я вас приветствую!

### *«Наш малыш»*

Этот пальчик- дедушка,

Этот пальчик- бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик- мамочка,

Этот пальчик - наш малыш.

Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.

Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.





Пальчиковая гимнастика.  
Тема: БЫТОВЫЕ ПРИБОРЫ

Пылесос, пылесос,

Ты куда суёшь свой нос?

Я жужжу, я жужжу,

Я порядок навожу.

Ритмичное сгибание пальцев  
обеих рук (ладони смотрят  
вперёд)  
то же, но ладони обращены друг  
к другу.  
Соприкосновение кончиков  
пальцев.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ

На лужок пришли зайчата,  
Медвежата, барсучата,  
Лягушата и енот:  
На зелёный, на лужок,  
Приходи и ты, дружок.

**« Зайчик-кольцо »**

Прыгнул зайнышка с крылечка  
И в траве нашел колечко.  
А колечко непростое-  
Блестит, словно золотое.

Сгибание пальцев в кулак в ритме  
потешки.  
При перечислении животных  
считать пальцы на обеих руках  
поочерёдно



Упражнение основано на переходе из  
одной позиции в другую:

- а) пальцы в кулачок, выдвинуть  
указательный и средний пальцы  
и развести их в стороны;
- б) большой и указательный  
соединить в кольцо.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЧЕЛОВЕК

*«Пальчики»*

Раз-два три-четыре-пять-  
Вышли пальчики гулять.  
Раз-два-три-четыре-пять  
В домик спрятались опять.

*«Мы считаем»*

Можно пальчики читать:  
Раз, два, три, четыре, пять  
На другой руке - опять:  
Раз, два, три, четыре, пять

Поочередно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке .

Поочередно разгибать пальцы правой (затем левой) руки, начиная с большого.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЧЕЛОВЕК

*«Прогулка»*

Пошли пальчики гулять,  
А вторые догонять.  
Третьи пальчики бегом,  
А четвертые пешком,  
Пятый пальчик поскакал  
И в конце пути упал.

Пальцы обеих рук сжимают в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по бедру к колену.  
Выполняются ритмичные движения указательными пальцами.  
движения средних пальцев в быстром темпе.  
Медленные движения безымянных пальцев по направлению к коленям  
Ритмичные касания мизинчиками по бедрам.  
Хлопок обеими ладонями по коленям



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ОТКУДА ХЛЕБ ПРИШЁЛ**

Бублик

Баранку,

Батон

И буханку

Пекарь из теста

Испёк спозаранку.

Большой и указательный пальцы образуют круг.

Большой и средний пальцы образуют круг.

Большой и безымянный пальцы образуют круг

Большой и мизинец образуют круг.

Имитация лепки хлеба.



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ЧЕЛОВЕК**

Раз, два, три, четыре, пять –  
Пошли пальчики гулять,

Этот пальчик рыл песок,

Этот делал пирожок,

Этот с горки катался,

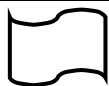
Этот в траве валялся,

Этот умницей был –

Хорошо говорил.

Сжимают и разжимают кулачки,  
затем шевелят ими.

Загибают пальчики, начиная с  
большого.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ

*«Птички»*

Птички полетели,  
  
Крыльями махали,  
  
На деревья сели,  
  
Вместе отдыхали.

Большой палец отгибают в горизонтальное положение, сверху присоединяют сомкнутые прямые остальные пальцы. Машут ладонями с широко раскрытыми пальцами. Руки вверх, все пальцы широко расставлены. Большие пальцы отгибают (как движения в первой строчке)



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ОСЕНЬ

*«Осенний букет»*

Пошли пальчики гулять  
Стали листья собирать:  
Красный листик, желтый  
Листик...  
А потом давай считать:  
  
Один, два, три, четыре, пять!  
Сколько листиков собрали?  
Пять!  
С листьями осенними  
Будем мы играть.

«Пробегают» пальчиками по бедрам к коленям. Поочередно прикасаются подушечками пальцев, начиная с указательного, к большому.  
  
Поочередно загибают пальцы на одной руке. Протягивают вперед ладошки.  
  
Поднимают вверх одну руку, широко раздвинув пальцы.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ГРИБЫ

### *«Этот пальчик»*

Этот пальчик в лес пошел,  
Этот пальчик гриб нашел,  
Этот пальчик чистить стал,  
Этот пальчик жарить стал,  
Этот пальчик все съел,  
Оттого и потолстел.

Массируют поочередно пальчики,  
начиная с мизинца.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: НОВОГОДНИЙ ПРАЗДНИК

### *«Наряжаем елку»*

Раз, два, три, четыре, пять

Будем елку наряжать.

Мы повесим шарик,

Яркие фонарики,

Веселого Петрушку

И разные игрушки:

И мишку-шалунишку,

И зайньку-трусичку.

Поочередно соединяют подушечки  
пальцев обеих рук, начиная с  
большого.

Соединяют ладони «домиком» над  
головой и разводят руки в стороны.  
Соединяют подушечки пальцев обе-  
их рук, образуя шарик.

Прижимают ладони друг к другу,  
пальцы раздвинуты, выполняют  
вращательные движения ладонями  
вперед-назад.

Показывают длинный нос.

Вытягивают ладони вперед.

Показывают «Мишкины лапы» и  
покачиваются из стороны в сторону.

Прикладывают раскрытые ладони к  
голове.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

*«Про кошку»*

Подставляя ладошку,  
Расскажу про кошку.  
Будем пальчики считать?  
Будем пальчики считать!  
Раз – два – три – четыре – пять!  
Вот - кулак,  
А вот – ладошка.  
На ладошку села кошка!

И крадется потихоньку,  
И крадется потихоньку...  
Видно мышка там живет!

Вытягивают вперед руку ладошкой  
вверх.  
Гладят ладонь другой рукой.  
Шевелят пальчиками.  
Сжимают пальцы в кулак и  
разжимают их.  
Поочередно загибают пальчики на  
руке.  
Сжимают пальцы в кулак.  
разжимают их.  
Ставят на ладонь пальцы, пальцы  
второй руки.  
«Пробегают» пальчиками по руке  
до плеча  
Прячут кисть другой руки в  
подмышечную впадину.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: СЕМЬЯ

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!

Пальцы обеих рук сложены вместе.  
Быстро хлопают кончики больших  
пальцев.  
Кончики больших пальцев прижаты, а  
кончики остальных одновременно  
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.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: СЕМЬЯ

### *«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, а на слова «Песни петь да плясать»- энергично шевелить ими.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЦВЕТЫ

### *«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.  
Ладони отходят друг от друга, подушечки больших пальцев прижаты к концам указательных кисти рук напоминают бутон  
Кисти рук у запястья соединены, а пальцы плавно расходятся в разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок.  
Пальцы сомкнуты, образуя закрывшийся цветок.  
Кисти рук возвращаются в исходное положение.  
Кладут кисти рук под щеку, имитируя сон.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: НАСЕКОМЫЕ

### «Жук»

Я веселый Майский жук.  
Знаю все сады вокруг,  
Над лужайками кружу,  
А зовут меня Жу-жу...  
(А.Береснев)

Сжать кулачок. Указательный палец и мизинец развести в стороны («усы»). Шевелить «усами»

### «Осы»

Осы любят сладкое,  
К сладкому летят,  
И укусят осы,  
Если захотят

Выставить средний палец, зажать его между указательным и безымянным, вращать им в разные стороны.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЗИМА

Наши ручки замерзают.  
Поиграем – ка немножко  
Да похлопаем в ладошки.  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп!  
Пальчики, чтоб их согреть,  
Сильно надо растереть.  
Пальчики мы согреваем,  
Их сжимаем – разжимаем!

Кулачки крепко прижать друг к другу  
Разжать кулачки, хлопать в ладони.

Прижать ладони друг к другу, тереть ладонь о ладонь.

Греем руки круговыми движениями, сжимаем и разжимаем кулачки.





## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЗИМА

Чтоб на льду не растянуться,  
Лёг Андрюшка на живот.  
Ведь не может поскользнуться  
Кто не ходит, а ползёт.

Ладони перед собой, пальцы  
сжаты.

Положить ладони на стол.

Ладони тихо скользят – ползут по  
столу, то сжимаясь, то  
разжимаясь.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЗИМУЮЩИЕ ПТИЦЫ

Мы распахнём пошире дверь  
И выпустим на волю голубей.  
  
И, крыльями взмахнув легко,  
Они взлетают высоко.  
  
Вернувшись из полёта,  
Воркуют друзья:  
Жить без свободы птицам нельзя!

Руки скрестить на груди, потом  
резко развести их в стороны,  
ладонями вверх.

Махи руками – имитация полёта  
голубей.

Выполняют «птичку»: ладони  
повёрнуты к себе, большие  
пальцы выпрямлены и  
переплетены – головка, остальные  
сомкнутые пальцы – крылья.

Помахать ими.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ЗИМУЮЩИЕ ПТИЦЫ

Пять воробьёв на заборе сидели,  
Один улетел, а другие запели.  
И пели, пока не сморила усталость,  
Один улетел, а четверо осталось.  
Сидели вчетвером и немного устали,  
Один улетел, а трое остались.  
Сидели втроём и немного устали,  
Один улетел, а двое остались.  
Сидели вдвоём и снова скучали  
Один улетел и остался один.  
Один посидел, да и взял улетел.

Показать пять пальцев, а затем  
загибать их по одному.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: СЕМЬЯ

*«Мальчик-пальчик»*

-Мальчик-пальчик  
Где ты был?  
-С этим братцем-  
В лес ходил.  
С этим братцем-  
Щи варил.  
С этим братцем-  
Кашу ел.  
С этим братцем-  
Песни пел.

(Народная песенка)

Поочередно сгибать и разгибать  
все пальцы, начиная с мизинца.



**Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ**

Мы лепили снежный ком,  
Ушки сделали потом.

Вместо глаз –  
угольки нашлись для нас.  
Кролик вышел как живой:  
И с хвостом, и с головой.

За усы не тяни –  
Из соломинки они.  
Длинные, блестящие,  
Точно настоящие.

Имитация лепки комочка.  
Указательным и большим пальцем  
делаем прищепы.  
Щепоть из пальчиков – угольки.

Имитация поглаживания кролика,  
указательные пальчики  
«трепещут».

Имитация движения: щепотью  
тянем усики.



**Пальчиковая гимнастика.  
Тема: НОВОГОДНИЙ ПРАЗДНИК**

Ждали праздника мы долго.  
Наконец пришла зима.

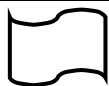
Наконец пришла зима  
В гости ёлку привела.

К ёлке все мы подошли,  
Хороводы завели.  
Покружились, поплясали,  
Даже чуточку устали.  
Дед Мороз скорей приди,  
Нам подарки принеси.

Трём ладошку о ладошку.  
Сжать кулаки, прижать их друг к  
другу.

Пальцы «идут» по столу, по  
коленкам.

Пальцы показывают Ёлочку,  
указательные пальцы сцепляются  
Круговые движения кистями рук.  
Кисти рук опустить, расслабить.  
Ладони прижать друг к другу,  
потом протянуть вперёд.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЧЕЛОВЕК

### «Детки»

Раз – два – три – четыре – пять!  
Будем пальчики считать –  
Крепкие, дружные,  
Все такие нужные...

Тише, тише, не шумите,  
Наших деток не будите!  
Птички станут щебетать,  
Будут пальчики вставать.

1. Поднять кисть правой (левой) руки вверх, широко раздвинуть пальцы. Поочередно сгибать их в кулачок, начиная с большого.

2. Раскачивать кулачок вверх-вниз по ритмике стихотворных строк, а на слово «вставать» открыть кулачок, широко раздвинув пальцы.  
Вначале одной рукой, затем – другой, и – двумя.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

У овечек на шубках колечки,  
Те овечки пасутся у речки,  
Их пасут две собаки лохматые,  
Что виляют хвостами мохнатыми.

А пастух на пригорке у дерева,  
На свирели играет затейливо.

Быстро бегают ловкие пальчики.

На поляне цветут одуванчики,  
Колокольчик под ветром колышется,

Нам мелодия чудная слышится.

Пальцами по очереди делать колечки.

Пальцами обеих рук сделать собак  
Кистями помахать, как хвостами

Гору изобразить руками, потом  
пальцами обеих рук.

Пальцами обеих рук играть на  
воображаемой свирели.

Обеими руками изобразить цветок  
Покачать кистями рук.

Кисть правой руки прижать к правому  
уху, прислушаться.



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ЖИВОТНЫЕ ЖАРКИХ СТРАН**

**«СЛОН»**

В зоопарке стоит слон,  
Уши, хобот – всё при нём.  
Головой своей кивает,  
Будто в гости приглашает.

Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой – указательным и большим. Шевелить средним пальцем, качать кистью.



**Пальчиковая гимнастика.**  
**Тема: ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА**

Пальцы эти – все бойцы.  
Удалые молодцы.  
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!

Растопырить пальцы на обеих руках, потом сжать их в кулак.

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, другие крепко прижать к столу.

Приподнять мизинцы. Хлопнуть ладонями по столу.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: СЕМЬЯ

На горе мы видим дом,  
Много зелени кругом,  
Вот деревья, вот кусты,  
Вот душистые цветы.  
Окружает всё забор,  
За забором - чистый двор.  
Мы ворота открываем,  
К дому быстро подбегаем,  
В дверь стучимся: «Тук–тук– тук!»  
Кто –то к нам идёт на стук.

В гости к другу мы пришли  
И подарки принесли.

Кистями рук изобразить домик.  
Волнообразные движения кистями рук  
Руками «показать» деревья, кусты  
Пальцами «показать» бутон.  
Пальцами «показать» забор.

Погладить ладонями стол.  
«Открываем» кистями ворота.  
Пальцами пробежаться по столу.  
Постучать кулаком по столу.  
Ладонь приложить к правому уху,  
прислушаться.  
Вытянуть руки вперёд, как будто  
преподнося что – то.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ГРИБЫ

### *«Грибок»*

Вот грибок, какой,  
Вот грибок большой.  
Вот грибочек маленький,  
Сидит, как на завалинке,  
Шляпкою качает,  
С ребятами играет.

Левую ладонь ставят на указательный  
палец правой руки. Меняют местами .  
Показывают указательным и  
большим пальцами.  
Качают головой.  
Хлопают в ладоши.



## Пальчиковая гимнастика.

Разве это пальчики? Это ж просто мальчики.  
Вот Большой – смешной толстяк,  
Любит хвастать просто так.  
«Как дела?» - спроси его, -  
Он подпрыгнет, крикнет: «Во!»  
Если ослик мой не спит,  
Указательный грозит.  
Всем он всё указывает,  
Всем он всё показывает.  
Средний палец – злой мальчишка,  
Щёлкнет по лбу, сразу шишка.  
А потом и сам ревёт:  
«Больно! Больно! Дайте йод!»  
Безмянный до утра  
выбирает имена.  
А мизинец – мой любимец,  
Поведу его в зверинец,  
Эскимо ему куплю, очень маленьких люблю!

Выполнять  
движения по ходу  
текста.



## Пальчиковая гимнастика. Тема: СТРОИТЕЛЬНЫЕ ПРОФЕССИИ

### *«Дом и ворота»*

На поляне дом стоит.

Ну, а к дому путь закрыт.

Мы ворота открываем,

В этот домик приглашаем.

Пальцы обеих рук под углом друг к другу широко расставлены, соприкасаются только кончики.  
Большие пальцы обеих рук подняты вверх, остальные пальцы в горизонтальном положении вместе, кончики средних пальцев соприкасаются.  
ладони поворачиваются параллельно друг другу.  
Руки разводятся в стороны ладонями вверх. Русский поклон.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

*«Воздушные щелчки»*

Во дворе у брата  
Бегали котята,  
Испугавшись щелчка,  
Разбежались кто куда.

*«Коготочки»*

У Кошкиной дочки  
На лапках коготочки.  
Ты их прятать не спеши,  
Пусть посмотрят малыши!

Указательный палец резким движением о большой палец делает щелчок в воздух(3 раза), по аналогии щелчки средним, безымянным пальцами и мизинцем.

Поджать подушечки пальцев правой руки к верхней части ладони. Большой палец прижать к указательному. Произносить громко «мяу!» несколько раз. Можно играть со второй рукой и двумя руками



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ЗИМА

*«Мороз»*

Ой, сердит мороз!  
  
Ветки снегом занес.  
Хватает за нос.  
Щиплет до слез.  
Ребятишки не испугаются  
И на лыжах,  
И на саночках катаются,  
Над морозом сердитым  
Потешаются.

Качают головой, взявшись за нее руками.  
Взмахивают кистями рук.  
Хватают себя за нос.  
Щиплют себя за щеки.  
Грозят пальчиком.  
«Едут на лыжах».  
«Едут на санках».  
Прыгают, одновременно хлопая в ладоши.





Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ОТКУДА ХЛЕБ ПРИШЁЛ

К Жене гости прибежали,  
Все друг другу руки жали.  
- Здравствуй, Жора!  
- Здравствуй, Жанна!  
- Рад, Серёжа!  
-Рад, Снежана!  
- Не хотите ль пирожок?  
- Может, коржик?  
- Иль, рожок?  
Вот драже вам на ладошку,  
Всё берите понемножку.  
С ручек все стряхнули крошки  
И захлопали в ладошки.

Пальцы бегут по столу.  
Рукопожатие.  
Пальцы по очереди здороваются  
с большими пальцами обеих рук.  
Из ладоней сложить пирожок.  
Показать раскрытые ладони.  
Пальцы сложить в виде рожка.  
Постучать по ладони одной руки  
кончиками пальцев другой руки  
Двумя пальцами – большим и  
указательным, большим и средним и  
т.д.- осторожно брать драже  
Энергично встряхнуть кистями рук.  
Похлопать в ладоши.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ЦВЕТЫ

Наши алые цветки  
Распускают лепестки.  
Ветерок чуть дышит,  
Лепестки колышет.  
Наши алые цветки  
Закрывают лепестки,  
Головой качают,  
Тихо засыпают.

Медленно разжимать пальцы из  
кулачков, покачивать кистями рук  
вправо – влево, медленно сжимать  
пальцы в кулаки, покачивать  
кулаки вперед – назад.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЦВЕТЫ

На пригорке вырос мак,  
Он склонил головку так.  
Бабочка над ним порхает,  
Быстро крыльями мелькает.

Кисти рук перекрестить,  
помахать, как бабочка,  
крылышками.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

*«Коготки»*

Точит кошка коготки,  
Сидя на окошке.  
Ах, какие же они  
Острые у кошки.  
Ах, какие у нее  
Маленькие лапки.  
В этих лапках до поры  
Дремлют цап - царапки.  
(В.Кудрявцев,В.Егоров)

Пальцы выпрямляют и сжимают  
в кулаки.

Поглаживают ладони друг о  
друга.  
Сжимают пальцы в кулачки,  
поворачивают вправо-влево.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ЦВЕТЫ

АХ! Какие хризантемы!

Мы сорвём их без проблемы.

Ух! Охапку мы набрали,

Эх! Прихватим и для Вали!

Эхе – хе... цветов не стало,

Их и раньше было мало.

Ох, зачем мы их сгубили?

Ведь не мы же их растили.

Пальцами показать, как цветок распускается.

Обеими руками срываем цветы.

Обеими руками показать охапку.

Махнуть рукой и рвать цветы дальше.

Удивленно пожать плечами.

Развести руки в стороны.

Прижать к щекам обе руки и горестно покачать головой.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

*«Коза и козленок»*

Идет коза рогатая,

Идет коза бодатая.

За ней козленочек бежит,

Колокольчиком звенит.

*«Руки в стороны»*

Руки в стороны, в кулачок,

Разожми и на бочок.

Руки вверх, в кулачок,

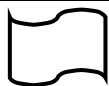
Разожми и на бочок,

Руки вниз, в кулачок,

Разожми и на бочок.

Указательным и мизинцем изображают рога. На последней строчке – пальцы соединяют в щепотку и звонят в колокольчик.

Выполнять движения согласно тексту.

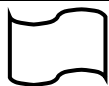


Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

*«Шалун»*

Наша Маша варила кашу,  
Кашу сварила малышей кормила:  
Этому дала,  
Этому дала,  
Этому дала,  
А этому не дала.  
Он много шалил.  
Свою тарелку разбил.

На первые две строчки чертить круги на ладони. На следующие четыре – загибать пальцы с проговариванием слов. На седьмую строку – пальцами другой руки брать мизинчик и слегка покачивать.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: НАСЕКОМЫЕ

Божьей коровки папа идёт,  
Следом за папой мама идёт,  
За мамой следом детишки идут,  
Вслед за ними малышки бредут.  
Красные юбочки носят они,  
Юбочки с точками чёрненькими.  
На солнышко они похожи,  
Встречают дружно новый день.  
А если будет жарко им  
То спрячутся все вместе в тень.

Всеми пальцами правой руки шагать по столу.  
Всеми пальцами левой руки шагать по столу.  
Шагаем обеими руками одновременно.  
Поджать ладони, пальцы плотно прижаты.  
Постучать указательными пальцами по столу.  
Изобразить пальцами солнышко.  
Спрятать пальцы обеих рук в кулачки.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

**«Братцы»**

Пошли два братца  
Вместе прогуляться,  
А за ними еще два братца.  
Ну а старший – не гулял,  
Очень громко их позвал.  
Он за стол их посадил,  
Вкусной кашей накормил.

Ладонь на столе. Прямые пальцы соединить. Раздвинуть в стороны поочередно две пары пальцев: сначала мизинец и безымянный, затем – средний, и указательный, большим пальцем «звать» братьев и «кормить» их кашей.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДЕТСКИЙ САД

**«Встали пальчики»**

Этот пальчик хочет спать,  
Этот пальчик -прыг в кровать,  
Этот пальчик прикорнул,  
Этот пальчик уж заснул.  
Тише, тише, не шуми,  
Пальчики не разбуди.  
Встали пальчики –«Ура!»  
В детский сад идти пора!

Поочередно пригибать пальцы к ладошке, начиная с мизинца. Затем большим пальцем касаться всех остальных – «будить».

С восклицанием «Ура!» - кулачки разжать, широко расставив пальцы.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

Еду, еду на лошадке

Еду, еду - путь не гладкий.

Скок,

Скок

Пере-

Скок!

Через речку на мосток.

Пальцы рук в «замке».

Четыре «щелчка» запястьями на сильную долю.

То же

«щелчок», руки перед собой

«щелчок» - руки вверху

«щелчок» - руки внизу

«щелчок» - руки вверху

«щелчок» на каждый слог, постепенно вытягивая руки вперёд.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: НОВОГОДНИЙ ПРАЗДНИК

*«На ёлке»*

Мы на елке веселились,  
И плясали, и резвились.

После добрый Дед Мороз  
Нам подарки преподнес.

Дал большущие пакеты,  
В них же вкусные предметы:  
Конфеты в бумажках синих,  
Орешки рядом с ними,  
Груша, яблоко,  
Один золотистый мандарин.

Ритмичные хлопки в ладоши  
Удары кулачками.

«шагают» средним и  
указательным пальчиками по  
столу.

«рисуют» руками большой круг.  
Ритмичные хлопки в ладоши

Загибают пальчики, начиная с  
большого.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ

**«Птички»**

Пой-ка, подпевай-ка,  
Десять птичек – стайка!  
Эта птичка - соловей,  
Эта птичка – воробей,  
Эта птичка – совушка,  
Сонная головушка.  
Эта птичка свиристель,  
Эта птичка коростель.  
Эта птичка – скворушка,  
Серенькое пёрышко,  
Это зяблик, это – стриж,  
Это развесёлый чиж.  
Ну а это - злой орлан.  
Птички, птички по домам.

Загибают пальчики на обеих  
руках.

Машут «крыльями».



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ПРОФЕССИИ

**«Наперсток»**

Вышивает, шьёт иголка,  
Пальцу больно,  
Пальцу колко.  
А наперсток  
В тот же миг  
К девочке на пальчик  
Прыг!  
Говорит иголке:  
-Шей,  
а колотья ты не смей!

В правой руке воображаемая иголка  
«шьёт» и задевает указательный  
пальчик на левой руке.  
Надевают наперсток.

«Шьют».  
Грозят пальчиком.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: РЫБЫ

#### *«Рыбка»*

Рыбка плавает в водице,  
Рыбке весело играть.  
Рыбка, рыбка, озорница,  
Мы хотим тебя поймать.  
Рыбка спинку изогнула,  
Крошку хлебную взяла.  
Рыбка хвостиком вильнула.  
Рыбка быстро уплыла.

Ладони сложены вместе дети  
изображают, как плывет рыбка.  
Грозят пальчиком.  
Медленно сближают ладони.  
Делают хватательное движение.

Снова «плывут».



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ОТКУДА ХЛЕБ ПРИШЁЛ

#### *«Каша»*

Каша в поле росла,  
К нам в тарелку пришла.  
Всех друзей угостим,  
По тарелке дадим.  
Птичке – невеличке,  
Зайцу и лисичке,  
Кошке и матрешке,  
Всем дадим по ложке.

Подняли руки вверх, шевелят  
пальчиками.  
Идут пальчиками по столу.  
В правой ладошке мешают кашу.  
Загибают пальчики на обеих руках.

Разжимают кулачки.





## Пальчиковая гимнастика.

Тема:ОСЕНЬ

### «Осень»

Ветер по лесу летал,  
Ветер листики считал:  
Вот дубовый,  
Вот кленовый,  
Вот рябиновый резной,  
Вот березки золотой,  
Вот последний лист осинки  
Ветер бросил на тропинку.

Плавные волнообразные движения ладонями.  
Загибают пальчики на обеих руках.

Спокойно укладывают ладони на стол



## Пальчиковая гимнастика.

Раз, два, три, четыре, пять –  
Будем пальцы загибать.  
Вот большой, вот указательный,  
Будьте вы теперь внимательны!  
Средний мы сейчас загнём,  
Безмянный позовём.  
И мизинчик – молодец  
Опустился, наконец!  
Получились кулачки,  
Застучали молотки:  
Тук – тук – тук – тук!  
Вы послушайте свой стук!

Хлопки в ладоши.

Загибаем пальцы одновременно на обеих руках.

Вращение кулачков.  
Стучать кулачками.  
Простучать ритм возле уха.



## Пальчиковая гимнастика.

Вот сорока прилетала,  
Угощать всех кашей стала:  
Кушай, Крошка,  
И Алёшка,  
И Антошка,  
И Серёжка,  
И для старшего немножко!  
Кашу пальчики поели,  
Заплясали и запели.

Левая ладонь – «раскрытый клюв»  
Правая – пальцы в кулачке.  
Отгибать и массировать пальцы,  
начиная с мизинца.

Четыре хлопка «тарелочками»  
Вращение кистями.



## тема: ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ

### *«На водопой»*

Жарким днем лесной тропой  
Звери шли на водопой.  
За мамой лосихой топал лосенок,  
За мамой лисицей крался лисенок,  
За мамой ежихой катился ежонок,  
За мамой медведицей шел медвежонок,  
За мамой белкой скакали бельчата,  
За мамой зайчихой косые зайчата,  
Волчиха вела за собою волчат,  
Все мамы и дети напиться хотят.

«шагают» по столу.

На каждое двустороннее разгибают  
по одному пальчику, начиная с  
мизинца.

Делают «ушки»  
«шагают» по столу.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: РЫБЫ

Плыли, плыли осьминожки,

Опустились на дорожку,

Быстро, быстро побежали

И три ножки потеряли.

Но зато осталось пять –

Можно всё пересчитать!

Резко и ритмично выбрасывать пальцы из кулачка.

Поставить подушечки пальцев на колени.

Пальцы бегают по коленям.

На слово «пять» показать раскрытые ладони.

Поочерёдно загнуть снова все пальцы в кулак.



## Пальчиковая гимнастика.

Доброе утро, здравствуй, Иван!

Доброе утро, здравствуй, Степан!

Доброе утро, здравствуй, Сергей!

Доброе утро, здравствуй, Матвей!

Доброе утро, здравствуй,  
Никитушка!

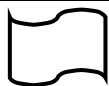
Перекрещивают большие пальцы.

Перекрещивают указательные пальцы.

Перекрещивают средние пальцы.

Перекрещивают безымянные пальцы.

Перекрещивают мизинцы.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ПОСУДА

*«Машина каша»*

Маша кашу наварила,  
Маша кашей всех кормила.  
Положила Маша кашу  
Кошке - в чашку,  
Жучке – в плошку,  
А коту – в большую ложку.  
В миску курицам, цыплятам  
И в корытце пороссятам.  
Всю посуду заняла,  
Все до крошки раздала.

Указательным пальцем правой  
Руки мешают в левой ладошке.

Загибают пальчики на обеих  
руках.

Разжимают кулачки.

Сдувают «крошки» с ладошки.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: НОВОГОДНИЙ ПРАЗДНИК

*«Подарки»*

Дед мороз принес подарки:  
Буквари, альбомы, марки,  
Кукол мишек и машины,  
Попугая и пингвина,  
Шоколадок пол мешка  
И пушистого щенка!  
Гав! Гав!

«Шагают» пальчиками по столу.  
На каждое название загибают  
по одному пальчику, сначала на  
правой, потом на левой руке.

Делают из пальчиков правой руки  
мордочку щенка, согнуты  
средний и указательный пальчики  
– «ушки».



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ПРОФЕССИИ

#### *«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.  
Сахар сыплет в бульон.  
И очень довольный он!

Ребрами ладони стучат по столу.

Загибают большой палец на левой руке.

Загибают указательный палец.

-средний

- безымянный

- мизинец

Разводят руками.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ЖИВОТНЫЕ ЖАРКИХ СТРАН

#### *«Где обедал воробей»*

-Где обедал, воробей?  
-В зоопарке у зверей.  
Пообедал я сперва  
За решеткою у льва.  
Подкрепился у лисицы,  
У моржа попил водицы.  
Ел морковь у слона.  
С журавлем поел пшена.  
Погостил у носорога,  
Отрубей поел немного,  
Побывал я на пиру  
У хвостатых кенгуру.  
Был на праздничном обеде  
У мохнатого медведя.  
А зубастый крокодил  
Чуть меня не проглотил.

Машут перекрещенными ладонями.

Ладонями – раскрывающуюся пасть  
На каждое название загибают по одному пальчику, сначала на правой, потом на левой руке.

Изображают раскрывшуюся пасть животного.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ИГРУШКИ

Надуваем быстро шарик,  
Он становится большим,  
Вдруг шар лопнул, воздух вышел,  
Стал он тонким и худым.

Все пальцы обеих рук в  
*шепотке*, соприкасаются  
кончиками. В этом положении  
дуем на них,  
При этом пальчики принимают  
форму шара.  
Воздух «выходит» и пальчики  
принимают исходное положение.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ШКОЛА

**«В школу»**

В школу осенью пойду.  
Там друзей себе найду,  
Научусь писать, читать,  
Быстро, правильно считать.  
Я таким ученым буду!  
Но свой садик не забуду.

«Шагают» пальчиками по столу.

Загибают пальчики на обеих  
руках.

Грозят указательным пальчиком  
правой руки



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

**«Котёнок»**

2            3            4            5

Кусается сильно котёнок – глупыш,

5            4            3            2

он думает: это не палец, а мышь  
(смена рук)

2            3            4            5

Но я же играю с тобою, малыш,

5            4            3            2

А будешь кусаться–скажу тебе  
«Кыш!»!

**«Лошадки»**

По дороге белой, гладкой

Скачут пальцы - как лошадки.

Чок-чок-чок, чок-чок-чок

Скачет резвый табунок.

Пальчики «скачут» по столу в ритме стихотворения.



Пальчиковая гимнастика.  
Тема: ДОМАШНИЕ ПТИЦЫ

Где ладошки? Тут? Тут.

На ладошке пруд? Пруд.

Палец большой – это гусь молодой.

Указательный поймал,

Средний – гуся ощипал!

Безымянный – суп сварил,

Самый маленький – печь истопил

Полетел гусь в рот,

А оттуда - в живот. Вот!

Сначала дети показывают раскрытые ладошки. Затем указательным пальцем рисуют на ладошке пруд. Показывают поочередно все пальцы. И в конце – поглаживают себя по животу.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: 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!

Очень дружная семья!

Пальцы обеих рук складываются кончиками вместе.

Быстро хлопаем кончиками больших пальцев.

Хлопаем кончиками указательных пальцев.

Хлопаем кончиками больших пальцев.

Хлопаем кончиками средних пальцев.

Движения те же другими пальцами.

Кончики остальных пальцев одновременно быстро хлопают.



## Пальчиковая гимнастика.

### *«Веселые пальчики»*

Этот пальчик маму слушал,

Этот пальчик папу слушал,

Этот пальчик кашу кушал,

Этот пальчик спрятался,

И этот спрятался.

А мужик их нашёл и постучал:

Тук – тук – тук!

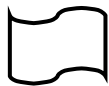
Все пальцы встали, побежали,

В ладоши захлопали, побежали.

Сначала загибать поочерёдно пальчики, начиная с большого.

Показать мизинчик и постучать им об стол или коленку. В конце разогнуть пальцы, сопровождая слова.





Пальчиковая гимнастика.

Тема: СЕМЬЯ

*«Моя семья»*

Раз-два-три-четыре!  
Кто живет в моей квартире?  
Раз-два-три-четыре-пять!  
Всех могу пересчитать:  
Папа, мама, брат, сестренка,  
Кошка Мурка, два котенка,  
Мой щегол, сверчок и я - вот и  
вся моя семья!

Хлопки на счет.  
Поочередное загибание пальцев.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДОМАШНИЕ И ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ

*«Покажи»*

У ходиков песня такая:  
-Тик-тик-тик.  
У птички-синички – такая:  
-Пик-пик-пик.  
У поросенка – такая:  
-Хрю-хрю-хрю.  
У ежика песня такая:  
-Плюх-плюх-плюх.  
У кисоньки песня такая:  
-Мяу-мяу-мяу.  
А у рыбешки какая?

Руки-стрелки.

Руки-клювики.

Кулачки.

Хлопки в ладоши.

Гладим шерстку

Открываем рот.



## Пальчиковая гимнастика.

В гости к пальчику большому  
Приходили прямо к дому

Указательный и средний,  
Безымянный и последний –

Сам мизинчик – малышок  
Постучался о порог.  
Вместе пальчики друзья,  
Друг без друга им нельзя!

Вверх большие пальцы.

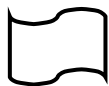
Соединить под углом кончики  
пальцев обеих рук.

Поочерёдно называемые пальцы  
соединяются с большими на обеих  
руках.

Вверх выставляются только  
мизинцы, пальцы сжаты в кулак.

Кулачки стучат друг о дружку.

Ритмичное сжатие пальцев на  
обеих руках



## Пальчиковая гимнастика.

### «Дружба»

Дружат в нашей группе  
Девочки и мальчики,  
Мы стобой подружим  
Маленькие пальчики.

Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем снова мы считать.

Раз, два, три, четыре, пять,  
Мы закончили считать.

### «Наша группа»

В нашей группе все друзья.  
Самый младший – это Я.  
Это Маша,  
Это Саша,  
Это Юра,  
Это Даша.

Ритмично стучат кулачками  
по столу.

Разжимают кулачки, начиная с  
мизинчика.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДЕТСКИЙ САД

Как живёшь? Вот так!

Как идёшь? Вот так!

Как берёшь? Вот так!

Как даёшь? Вот так!

Как грозишь? Вот так!

Ночью спишь? Вот так!

Ждёшь обед? Вот так!

А шалишь? Вот так!

Показать большой палец.

Пошагать двумя пальцами одной руки по ладони другой.

Тремя пальцами.

Раскрытой ладонью.

Указательным пальцем.

Все пальцы сложить «лодочкой» и положить на них голову.

Кулачок под щёку.

Надуть щёки и ударить по ним ладошками.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: НАСЕКОМЫЕ

### *«Улей»*

Вот маленький улей, где  
пчелы спрятались.

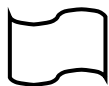
Никто их не увидит.

Вот они показались из улья

Одна, две, три, четыре, пять.

З-з-з-з-з-з-з-з-з-з.

Пальцы сжать в кулак, затем отгибать по одному.

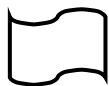


## Пальчиковая гимнастика.

Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем пальчики считать –  
Крепкие, дружные,  
Вот такие нужные.

На другой руке опять:  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Пальчики быстрые,  
Но не очень чистые.

Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать пальцы и спрятать их обратно.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

#### *«Ириски от киски»*

В гости к нам явилась киска,  
Всем даёт она ириски:

Мышке, лебедю, жуку,  
Псу, зайчонку, петуху.

Рады, рады, все гостинцам!  
Это видим мы по лицам.

Все захлопали в ладошки.  
Побежали в гости к кошке.

Из пальцев сделать «киску».

Указательным пальцем правой руки положить на подушечки пальцев левой руки «ириски»

Из пальцев сделать указанных в тексте «персонажей»

Из обоих кулаков одновременной и энергично «выбросить» пальцы.

Показать раскрытые ладони.

Хлопать в ладоши.

Пальцами пробежаться по столу.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ОДЕЖДА

### *«Рукавицы»*

Вяжет бабушка Лисица  
Всем лисятам рукавицы:  
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!

Поочередно потереть пальцы.  
Загибаем пальчики.

Потереть ладони друг о друга.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ

### *«Разминаем пальчики»*

Разминаем пальчики, раз, два, три!  
Разминаем пальчики ну-ка, посмотри!  
Вот бежит лисичка, раз, два, три!  
Хитрая сестричка, ну-ка, посмотри!  
Лепим, лепим личико, раз, два, три!  
Что же получилось? Ну-ка, посмотри!  
Хитрая лисичка – вот она!  
Рыжая сестричка хороша!  
Вот лисичка злая, ой-ой-ой!  
От нее, скорее убегу домой.  
У лисички нашей грустный вид,  
Сидит одна лисичка и грустит.  
Улыбнись лисичка, погляди на нас,  
Тебя мы не оставим ни на час!

Сжимать и разжимать кулачки

«Бегут» по столу

Выражения лица очень хитрое.

«Лепят» и тд.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ОДЕЖДА

#### *«Не плачь, куколка моя»*

Не плачь, куколка моя, остаешься ты одна.  
Не могу с тобой играть,  
Нужно мне перестирать:  
Твои платья и носки, твои юбки и чулки,  
Свитер, варежки, жакет,  
Шапочку, цветной берет.  
Я налью воды чуток,  
В таз насыплю порошок.  
Пену снежную взобью, постираю и пойду.  
Пока светит солнышко,  
Натяну веревочку.  
К ней одежду прикреплю,  
Ветерком все просушу.  
Поработали вдвоем,  
А теперь мы отдохнем.

Имитация укачивания куклы.

Загибание пальчиков.

Имитация по описанию в стихотворения.

Положить руки на колени.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ

#### *«Грачи»*

Мы лепили куличи.  
Прилетели к нам грачи.  
Первый грач испек пирог,  
А второй ему помог.  
Третий грач накрыл на стол,  
А четвертый вымыл пол,  
Пятый долго не зевал  
И пирог у них склевал.  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Выходи грачей считать.

«Лепить пирожок»

«Помахать крыльями»

Загибать пальчики по очереди на одной руке.

Загибать пальчики на другой руке.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ГОРОД

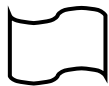
### *«Я художник»*

Я взял бумагу, карандаш,  
Нарисовал дорогу.  
На ней быка изобразил,  
А рядом с ним корову.  
Направо дом, на лево сад...  
В лесу двенадцать кочек.  
На ветках яблочки висят,  
И дождичек их мочит.  
Потом поставил стул на стол,  
Тянуть как можно выше.  
Уф! Свой рисунок приколол  
Совсем неплохо вышел!

«Рисуют» карандашом.  
Сжимают, разжимают кулачки.

Показывают рога.  
Показывают крышу дома.  
«Рисуют» кочки и яблочки.

Тянут руки как можно выше.



## Пальчиковая гимнастика.

Тема: ИГРУШКИ

### *«Угощение гномов»*

Стали гномы гостей приглашать,  
  
Стали гномы гостей угощать,  
Каждому гостю досталось варенье,  
Пальчики склеило то угощение,  
  
Плотно прижалась ладошка к  
ладошке,  
Гости не могут взять даже и  
ложки.

Указательным пальцем правой руки  
надавливать по очереди на подушечки  
пальцев левой руки.

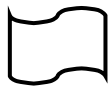
Затем наоборот.

«намазывать» варенье на кончик  
каждого пальца

Последовательно, начиная с большого,  
склеить пальцы

Прижать ладошки одна к другой.

Плечи приподнять, руки слегка  
развести в стороны – «удивиться»



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ОВОЩИ

#### «Капуста»

Мы капусту рубим – рубим,  
Мы капусту солим – солим  
Мы капустку трем – трем,  
Мы капусту жмем – жмем.  
Попробовали... Пересололи...  
Солим снова...

Движения прямыми ладонями  
вверх-вниз, поочередное погла-  
живание подушек пальцев.  
Потирать кулачок о кулачок.  
Сжимать и разжимать кулачки

### Тема: ГРИБЫ

Утром гномы в лес пошли,  
По дороге гриб нашли,  
А за ним – то, раз два, три,  
Показались ещё три.  
А пока грибы срывали,  
Гномы в школу опоздали.  
Побежали, заспешили,  
И грибы все уронили.

Энергичный шаг на месте.  
Наклон вперёд, выпрямиться.  
Наклоны туловища в стороны.  
Руки в стороны, затем вниз.  
Наклоны вперёд, руки к полу.  
Руки к щекам, горестно покачать.  
Головой из стороны в сторону.  
Бег на месте. Присесть.





## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ФРУКТЫ

#### *«В сад за сливами»*

Палец сильный и большой  
В сад за сливами пошёл,  
Указательный с порога  
Указал ему дорогу,  
Средний палец самый меткий –  
Он срывает сливы с ветки!  
Безымянный подбирает,  
А мизинчик в землю косточки  
сажает.

Поднять большие пальцы правой и  
левой рук.

Указательным сделать  
указывающий жест.

Средний оттянуть и отпустить.

Безымянный «подбирает»

Мизинцем показать как сажают.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ

Раз,  
Два,  
Три,  
Четыре,  
Жили мыши  
На  
Квартире  
Чай пили,  
Чашки били,  
По – турецки говорили,  
Чаби,  
Чиляби,  
Челяби,  
Чаби – чаби.

Хлопок в ладоши.

Левая – перед лицом, ладонь вправо;

Правая – в кулак, упирающийся в ладонь  
левой; локоть правой на уровне плеча.

Хлопок в ладоши.

Наоборот.

Хлопок в ладоши.

Кулачок правой руки упирается в ладонь  
левой.

Наоборот.

Кисти обеих рук соединены в чашечку.

Ладони резко в стороны, лицевой -вниз

Руки плавно, волнообразно скрестить

Соприкасаются подушечки больших  
и указательных пальцев

... подушечки больших и средних

... подушечки больших и безымянных

встречаются подушечки больших

пальцев и мизинцев обеих кистей 2 раза



## Пальчиковая гимнастика.

Вот как пальчики шагают –  
И мизинчик, и большой,  
Указательный и средний,  
Безымянный – вот какой!  
Нарисуем мы кружочек,  
Нарисуем мы кружочек,  
Нарисуем поскорей.  
Нарисуем мы кружочек –  
Постараемся ровней.

В конце – рисуют на полу носками  
туфель.



## Пальчиковая гимнастика.

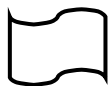
Тема: НАСЕКОМЫЕ

### *«Паучок»*

Пау – пау – паучок,  
Паутиновый бочок,  
Паучок всё вверх ползёт,  
Паутинку он плетёт.  
Паутинка хоть тонка –  
Крепко держит мотылька.

Образовать пальцами рамку. Затем  
соединить пальцы обеих рук в  
замок.

Не разжимая замка, поднять  
пальцы и помахать ими как  
крылышками.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: НАСЕКОМЫЕ

*«Улитка»*

Улитка, улитка, высуну рога.

Улитка, улитка, высуну рога.

Дам тебе, улитка,

Я пирога.

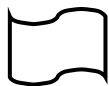
Кулачки лежат на столе, локти чуть разведены.

Большие пальцы обеих рук «появляются» их кулачков и ложатся на стол.

Затем мизинцы, указательные...

Все пальцы убегают и прячутся в кулак.

Повторить на слова текста.



Пальчиковая гимнастика.

Тема: ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ

*«Кот - царапка»*

Кот сибирский,

Кот – царапка,

Учит деток танцевать.

Ну – ка, детки,

По команде,

Раз, два, три, четыре, пять,

Грациозно, незаметно,

Надо лапки поднимать,

Левой – правой, левой – правой,

Раз, два, три, четыре, пять,

Правая ладонь в кулак.

Левая ладонь в кулак.

Сжимать и разжимать кулаки.

Правую ладонь поднять вверх и сжимать кулак.

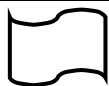
Левую ладонь поднять и в кулак

Сжимать и разжимать кулачки.

Поочерёдно гладить руки.

Поочерёдно махи кистями рук.

Пальцы собрать в кулаки.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ОВОЩИ

Чищу овощи для щей,  
Сколько нужно овощей?  
Три картошки,  
Две морковки,  
Луку полторы головки.  
Да петрушки корешок,  
Да капустный кочешок.  
Потеснись – ка, ты, капуста,  
От тебя в кастрюле густо.  
Раз, два, три, огонь зажжён,  
Кочерыжка, выйди вон!

Вертикальные движения рук,  
словно отряхиваем землю.  
Загибаем три пальца левой руки.  
Плюс ещё два пальца.  
Загибаем постепенно три пальца  
на правой руке.

Раздвигаем руки в стороны.

Выставляем из кулаков большой,  
указательный и средний пальцы.



## Пальчиковая гимнастика.

### Тема: ПЕРЕЛЁТНЫЕ ПТИЦЫ

#### «Кукушка»

Летела кукушка мимо сада,  
Поклевала  
Всю рассаду,  
И кричала : «Ку – ку!»  
Мак,  
Раскрывай один кулак.

Руки согнуты в локтях, скрещены перед  
грудью. Выполняют плавные, волнообразные  
движения от предплечья до кончиков  
пальцев.

Лицевая сторона левой ладони развёрнута  
вверх, пальцы от себя, пальцы правой руки –  
в «щепотку», клюют.

Положение рук меняется, выполняются те  
же действия.

Пальцы имитируют крик – раскрывая и  
закрывая клюв.

Пальцы сжимаются в кулак.

По очереди раскрывают каждый кулак по  
два раза.