

Картотека для развития общей и мелкой моторики кистей и пальцев рук в соответствии с лексическими темами.

Пальчиковая гимнастика Упражнения для развития мелкой моторики	Координация речи с движением Физ. минутки
<p style="text-align: center;">Осенние листья 1 вариант</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, (загибаем пальчики, начиная с большого)</p> <p>Будем листья собирать. (сжимаем и разжимаем кулачки)</p> <p>Листья березы (загибаем пальчики, начиная с большого)</p> <p>Листья рябины</p> <p>Листики тополя,</p> <p>Листья осины,</p> <p>Листики дуба мы соберём,</p> <p>Маме осенний букет отнесём. («шагаем» по столу средним и указательным пальцем)</p> <p style="text-align: center;">Осенние листья 2 вариант</p> <p>Ветер по лесу летал, (делаем плавные, волнообразные движения кистями рук)</p> <p>Ветер листики считал:</p> <p>Вот дубовый, (загибаем по одному пальчику на обеих руках)</p> <p>Вот кленовый,</p> <p>Вот рябиновый резной,</p> <p>Вот с березки — золотой,</p> <p>Вот последний лист с осинки (спокойно укладываем ладони на колени)</p> <p>Ветер бросил на тропинку.</p>	<p style="text-align: center;">Дождик</p> <p>Вдруг закрыли небо тучи, Начал капать дождь колючий Долго дождик будет плакать, Разведет повсюду слякоть. Грязь и лужи на дороге, Поднимай повыше ноги. <i>Дети встают на носочки, поднимают вверх перекрещенные руки.</i> <i>Прыгают на носочках, держа руки на поясе.</i> <i>Приседают, держа руки на поясе.</i> <i>Идут по кругу, высоко поднимая колени.</i></p> <p style="text-align: center;">Овощи и фрукты</p> <p><i>(наклониться вниз, достать до пола руками, выпрямиться, потянуться руками вверх)</i> вкусные продукты. <i>(погладить правой рукой по животу)</i> в огороде <i>(наклоны вниз, собираем урожай на грядках)</i> и в саду <i>(выпрямиться, собираем урожай в саду)</i> для еды я их найду <i>(погладить правой рукой по животу)</i></p>
<p style="text-align: center;">Поздняя осень</p> <p>Солнышко греет уже еле-еле (соединяем пальцы вместе)</p> <p>Перелетные птицы на юг улетели (машем плавно перекрещенными кистями)</p> <p>Голы деревья, пустынно поля Разводим кисти в разные стороны)</p> <p>Первым снежком принакрылась земля (опускаем ладошки вниз).</p> <p>Река покрывается льдом в ноябре (показываем кулачки)</p> <p>Поздняя осень стоит на дворе (разводим руки в стороны)</p>	<p style="text-align: center;">По ягоды</p> <p>Мы шли-шли-шли, <i>(маршируют по кругу, держа руки на поясе)</i> Много клюквы нашли. <i>(наклоняются, правой рукой достают носок левой ноги, не сгибая колен)</i> Раз, два, три, четыре, пять, <i>(опять идут по кругу)</i> Мы опять идем искать. <i>(наклоняются, левой рукой касаются носка правой ноги, не сгибая колен)</i></p>
<p style="text-align: center;">В сад за сливами</p> <p>Палец сильный и большой <i>(поднять большие пальцы обеих рук)</i> В сад за сливами пошёл, Указательный с порога Указал ему дорогу, <i>(указательный жест указательным пальцем)</i> Средний палец самый меткий — Он срывает сливы с ветки! <i>(средний оттянуть и отпустить)</i> Безымянный подбирает, <i>(«подбираем» безымянным)</i> А мизинчик в землю косточки сажает. <i>(мизинец «вдавливает в землю» круговыми движениями)</i></p>	<p style="text-align: center;">Утром дети в лес пошли</p> <p><i>(шаги с высоким подниманием ног)</i> И в лесу грибы нашли <i>(размеренное приседание),</i> Наклонялись, собирали <i>(наклоны вперед),</i> По дороге растеряли <i>(ритмичное разведение рук в стороны).</i></p>

<p style="text-align: center;">Компот</p> <p>Будем мы варить компот, Фруктов нужно много, вот: (левую ладонку держат «ковшиком», а пальцем правой руки помешивают. Загибают пальчики по одному, начиная с большого) Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить. Отожмем лимонный сок, Слив положим и песок. Варим-варим мы компот. Угостим честной народ.</p> <p>Соединение пальчиков, между которыми находится мячик, начиная с мизинцев; дети соединяют по одной паре пальцев на каждую стихотворную строку, при этом ладони не должны касаться друг друга</p>	<p style="text-align: center;">Город</p> <p>Мы по городу шагаем (шаг на месте) То, что видим, называем: Светофоры и машины (поворот головы влево) Ярмарки и магазины (поворот вправо) Скверы, улицы, мосты И деревья и кусты! (Потянулись вверх — присели)</p> <p style="text-align: center;">Части тела</p> <p><i>Дети должны показывать части тела в соответствии с текстом стихотворения.</i></p> <p>Вот со звуком [л] слова: Лоб, затылок, голова, Кулаки, ладонки, локти, Звука [л] нет в слове «ногти». Глазки, тело и лопатки, Звука [л] нет в слове «пятки».</p>
<p style="text-align: center;">Салат</p> <p>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 вперёд-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 вперёд). Витаминами богат! (Поглаживают ладошкой живот)</p> <p style="text-align: center;">Огород</p> <p>Массаж фаланг пальцев (на каждую строчку – разминание фаланги одного пальца; направление массажных движений – от ногтевой фаланги к основанию пальца)</p> <p>Вырос у нас чеснок , (указательный) Перец, томат, кабачок, (средний) Тыква, капуста, картошка (безымянный) Лук и немножко горошка. (мизинец) Овощи мы собирали, (мизинец) Ими друзей угощали, (безымянный) Квасили, ели, солили, (средний) С дачи домой увозили. (указательный) Прощай же на год, (большой палец левой руки) Наш друг – огород! (большой палец правой руки)</p>	<p style="text-align: center;">Семейная зарядка</p> <p>Осенью, весною, Летом и зимой. Мы во двор выходим Дружною семьёй. Встанем в круг, и по порядку Каждый делает зарядку. Мама руки поднимает. Папа бодро приседает. Повороты вправо-влево Делает мой братик Сева. А я сам бегу трусцой И качаю головой.</p> <p><i>Дети выполняют соответствующие движения.</i></p> <p style="text-align: center;">Магазин</p> <p>Утром в магазин пойдем, (ходьба на месте) Мебель там приобретем: Высокий шкаф (встают на носочки, тянутся руками вверх) И табурет, (приседают) Кровать – на ней нам будет мягко спать. (кладут сложенные ладони под левую щеку) Купим стул (к прямой правой ладони присоединяют левую ладонь, чтобы получился «стул») И стол еще. (разводят руки в стороны)</p>
<p style="text-align: center;">Грибы</p> <p>(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</p>	<p style="text-align: center;">Зима</p> <p>Мы зимой в снежки играем, мы играем. (имитация лепки снежков) По сугробам мы шагаем, мы шагаем. (шагаем, высоко поднимая колени) И на лыжах мы бежим, мы бежим. (пружинистые движения на на месте, широкие взмахи руками, руки согнуты в локтях) На коньках по льду скользим, мы скользим. (плавные пружинистые) И снегурочку лепим мы, лепим мы (соответствующие движения) Гостью-зиму любим мы, любим мы. (развести руки в поклоне и поставить на пояс)</p>

По грибы

В лес пойду я по грибы, (левую руку сжать в кулак,
правую ладонку положить сверху)
Соберу боровики. (сжимать и разжимать кулачки)
Принесу я их домой. («домик»-соединить пальцы рук
«крышей»)
Мама сварит суп грибной. (поочередно соединять
пальцы с большим на обеих руках)

Бегал по двору щеночек

Бегал по двору щеночек,
(медленный бег на месте)
Видит пирога кусочек.
(наклон вперед, руки в стороны)
Под крыльцо залез и съел,
(присесть, руки ко рту)
Развалился, засопел.
(руки в стороны, голову на бок)

Наша страна

Посмотрю на карту я:
вытягивают вперед прямые ладони
Вот российская земля.
по очереди соединяют одноименные пальцы рук
Есть леса тут и озера,
Горы, реки и моря.
Я люблю тебя, Россия,
крепко сжимают пальцы в «замок»
Ты же Родина моя!
прикладывают руки к груди

Наш дом

Мы стучим молотком:
(стучать одним кулаком
по другому)
Строим, строим новый дом.
Будет он большой, как ель,
(приставляя ладони под углом)
Будут окна, будет дверь.
(делать из пальцев «окно» и «дверь»)
И в него я поселю
Нашу дружную семью.
(соединять большие пальцы поочередно с
остальными)

Дом

Я хочу построить дом,
(Руки сложить домиком, и поднять над головой)
Чтоб окошко было в нём,
(Пальчики обеих рук соединить в кружочек)
Чтоб у дома дверь была,
(Ладонки рук соединяем вместе вертикально)
Рядом чтоб сосна росла.
(Одну руку поднимаем вверх и "растопыриваем"
пальчики)
Чтоб вокруг забор стоял,
Пёс ворота охранял,
(Соединяем руки в замочек и делаем круг перед
собой)
Солнце было, дождик шёл,
(Сначала поднимаем руки вверх, пальцы
"растопырены". Затем пальцы опускаем вниз, делаем
"стрихающие" движения)
И тюльпан в саду расцвёл!
(Соединяем вместе ладонки и медленно раскрываем
пальчики – "бутончик тюльпана")

А ушки у котят, как домики стоят.

Вот окошко распахнулось (руки в стороны)
Вышла кошка на карниз.
(имитация мягкой, грациозной походки кошки)
Посмотрела кошка наверх,
(запрокинуть голову, посмотреть вверх)
Посмотрела кошка вниз.
(опустить голову, посмотреть вниз)
Вот налево повернулась,
(повернуть голову налево)
Проводила взглядом мух.
(повернуть голову направо)
Потянулась, улыбнулась
(соответствующие движения и мимика)
И уселась на карниз.

Дикие животные

Как-то раз лесной тропой
Звери шли на водопой.
За мамой – медведицей шёл медвежонок,
За мамой – белкой скакали бельчата,
За мамой – зайчихой косые зайчата,
Волчица вела за собою волчат
Все мамы и дети напиться хотят.
(дети имитируют повадки диких животных)

Скачет шустрая синица

Скачет шустрая синица,
(Прыжки на месте на двух ногах.)
Ей на месте не сидится,
(Прыжки на месте на левой ноге.)
Прыг-скок, прыг-скок,
(Прыжки на месте на правой ноге.)
Завертелась, как волчок.
(Кружимся на месте.)
Вот присела на минутку, (Присели.)
Почесала клювом грудку,
(Встали, наклоны головы влево-вправо.)
И с дорожки — на плетень,
(Прыжки на месте на левой ноге.)
Тири-тири, (Прыжки на месте на правой ноге.)
Тень-тень-тень! (Прыжки на месте на двух
ногах.)

<p style="text-align: center;">Тело</p> <p>Есть на пальцах наших ногти, <i>(указывают на упоминаемую часть тела)</i> На руках – запястья, локти. Темя, шея, плечи, грудь И животик не забудь. Есть колени. Есть спина, Но она всего одна. ***</p> <p>Есть у нас на голове Уха два и мочки две. Брови, скулы и виски, И глаза, что так близки. Щеки, нос и две ноздри, Губы, зубы – посмотри! Подбородок под губой. Вот что знаем мы с тобой!</p>	<p style="text-align: center;">Вот под елочкой</p> <p>Вот под елочкой зеленой <i>(Встали.)</i> Скачут весело вороны: <i>(Прыгаем.)</i> Кар-кар-кар! <i>(Громко.)</i> <i>(Хлопки над головой в ладоши.)</i> Целый день они кричали, <i>(Повороты туловища влево-вправо.)</i> Спать ребятам не давали: <i>(Наклоны туловища влево-вправо.)</i> Кар-кар-кар! <i>(Громко.)</i> <i>(Хлопки над головой в ладоши.)</i> Только к ночи умолкают <i>(Машиут руками как крыльями.)</i> И все вместе засыпают: <i>(Садятся на корточки, руки под щеку — засыпают.)</i> Кар-кар-кар! <i>(Тихо.)</i> <i>(Хлопки над головой в ладоши.)</i></p>
<p style="text-align: center;">Мебельный магазин.</p> <p>Эту мебель мы купили <i>Ребенок ритмично сжимает и разжимает пальцы рук.</i> С папой вместе в магазине. Это стул, на нем сидят. <i>Загибает или разгибает пальцы на руке, перечисляя мебель.</i></p> <p>Это стол, за ним едят. На диване отдыхают, Книги умные читают. На кровати крепко спят. Вещи все в шкафах хранят. <i>Произносит текст, ритмично сжимает и разжимает пальцы рук.</i> Эту мебель мы купили С папой вместе в магазине.</p> <p style="text-align: center;">Мебель</p> <p>Мебель я начну считать: Кресло, стол, диван, кровать, Полка, тумбочка, буфет, Шкаф, комод и табурет. <i>Пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки.</i> Много мебели назвал - Десять пальчиков зажал! <i>Поднимают зажатые кулачки вверх.</i></p>	<p style="text-align: center;">Индюк</p> <p>Ходит по двору индюк <i>(Шаги на месте)</i> Среди уток и подруг. Вдруг увидел он грача, <i>(Остановиться, удивленно посмотреть вниз)</i> Рассердился. Сгоряча затопал, <i>(Потопать ногами)</i> Крыльями захлопал. <i>(Руками, словно крыльями, похлопать себя по бокам)</i></p> <p>Весь раздулся, словно шар <i>(Сцепить округленные руки перед грудью)</i> Или медный самовар, Затряс бородою <i>(Помотать головой)</i> Понесся стрелою. <i>(Бег на месте)</i></p> <p style="text-align: center;">Северный олень</p> <p>Целый лес на голове – Руки над головой скрещены, показываем рога В январе и в сентябре. – Вместе с «рогами», делаем небольшие наклоны Стройный северный олень – в стороны. Ходьба в произвольном направлении Ходит в тундре целый день. – с высоким подниманием ног.</p>
<p style="text-align: center;">Снежок</p> <p>Раз, два, три, четыре, <i>(загибать пальчики)</i> Мы с тобой снежок слепили <i>(лепить, меняя положение ладоней)</i> Круглый, крепкий, очень гладкий. <i>(показывают круг, глядят ладони друг о друга)</i> Раз – подбросим, <i>(“подбросить”, посмотреть вверх)</i> Два – поймаем. <i>(“ловят”, приседают)</i> Три – уроним <i>(встают, “роняют”)</i> И ... сломаем! <i>(топают)</i></p>	<p style="text-align: center;">Африка</p> <p>Дилы-дилы-дилы — появились крокодилы, <i>Дети изображают дремлющего крокодила.</i> Моты-моты-моты — появились бегемоты <i>Дети широко открывают рты.</i> Афы-афы-афы — жуют листики жирафы.</p>

Детёныши

Детёныши в домике этом живут,
Их мамы зовут - они сразу бегут.

(Пальцы зажимают в кулаки)

Жеребёночек быстрый,
Котёнок пушистый,
Телёнок бодливый,
Щенок шаловливый,
Козлёнок рогатый.

(разжимают по одному пальчику)

Убежали все ребята.

(вновь собирают все пальцы в кулак)

Я в деревне отдыхаю...

Я в деревне отдыхаю,

(Руки на столе ладошками вниз. Разводить и соединять пальцы правой руки.)

Всех зверей домашних знаю:

(Разводить и соединять пальцы левой руки.)

Кролик, лошадь и коза,

(Называя животное, поднимать и удерживать на весу каждый палец правой руки, начиная с большого.)

Кот, корова и свинья.

(Поднимать и удерживать на весу оставшиеся пальцы правой руки, а затем левой, начиная с большого.)

А еще баран с овцой,

Да верный пес –

(Поднимать и удерживать на весу каждый палец левой руки.)

Помощник мой.

(Большой палец правой руки поднять вверх, указательный согнуть, остальные вытянуть вперед и прижать друг к другу – «собака»)

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.

Кормим птиц зимой

Мы зимой жалеем птиц, — воспитанники глядят
одну ладошку о другую;

Кормим всех: ворон, синиц, — сгибают правые
большой и указательный пальчики;

Соек, воробьев, клестов. — правые средний,
безымянный и мизинец;

В кормушке всем обед готов. — делают хлопок
ладошками;

Дети тянутся вверх, изображая жирафов.

Ны-ны-ны —

водой брызгаю слоны.

Надувают щеки, как бы набирая воду, брызгают.

Яны-яны-яны —

по веткам скачут обезьяны.

Дети изображают скачущих обезьян.

Сапожки

Нарядили ножки в новые сапожки,

(Выставляем носочки поочередно)

Вы шагайте, ножки, прямо по дорожке.

(Ходьба на месте)

Вы шагайте, топайте, по лужам не шлепайте,

(Топот на месте)

В грязь не заходите, сапожки не рвите.

(Прыжки на месте)

«Ура!»

Раз, два, три, четыре

Руки в стороны и с силой к плечам.

Будем всех сильнее в мире.

Будем мир мы защищать,

Поднимают прямые руки и скрещивают

Будем маму обнимать.

Руки над головой.

На носочки встанем,

Поднимаются на носочках.

Солнышко достанем.

До пяти считаем, Приседают пять раз. Дружно приседаем. Ура! Кричат, подняв руки вверх.

Победа!

Мы празднуем Победу!

Шагают на месте.

Салют! Салют! Салют!

Руки поднять вверх, пальцы сжимаем, разжимаем

Кругом цветы весенние

Руки на пояс, повороты туловища,

Цветут, цветут, цветут!

Руки развести в стороны.

Все люди пляшут, празднуют,

Приседания с выставлением ног вперед.

Поют, поют, поют!

Пусть в мире страны разные

Вдох, круговое движение руками, изображая

Живут, живут, живут! *земной шар.*

Мамам дружно помогаем

Мамам дружно помогаем:

Сами в тазике стираем.

И рубашки, и носочки

Для сыночка и для дочки.

(Наклоны вперед, движения руками, имитирующие полоскание.)

Через двор растянем ловко

Для одежды три верёвки.

(Потягивания — руки в стороны.)

Там кусочек булки, сало, — *сгибают левые большой и указательный пальцы;*
Зерен, семечек немало. — *левые средний и безымянный;*
Кашки тоже положили, — *левый мизинец;*
Чтобы птички не тужили.
Корм для птичек есть всегда, — *делают движение пальчиками, будто насыпают корм;*
Не страшны им холода. — *снова делают хлопок ладошками.*

Домашние птицы

Есть у курицы цыплёнок,
У гусыни есть гусёнок,
У индюшки – индюшонок,
А у утки есть утёнок.
Большим пальцем поочерёдно касаться остальных, начиная с мизинца.
У каждой мамы малыши,
Все красивы хороши!
Показать все пальчики, «играя» ими.

Петушок

Наш красивый петушок
Обе руки сжаты в кулачки.
Кверху поднял гребешок.
Разжать ладони.
Крыльшками машет.
Кистями помахать в воздухе.
На лужайке пляшет.
Крошки хлебные клюёт.
Указательными пальцами постучать по столу.
Пёстрых курочек зовёт.
Кистями рук сделать манящие движения.
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).

Я перчатку надеваю...

Я перчатку надеваю, Я в нее не попадаю.
(Сжимают и разжимают пальцы)
Сосчитайте-ка, ребятки, *(Хлопают в ладоши)*
Сколько пальцев у перчатки.
Начинаем вслух считать:
«Раз, два, три, четыре, пять!»
(Загибают на счет пальцы).

Светит солнышко-ромашка,
Скоро высохнут рубашки.
(Потягивания — руки вверх.)

Дети водят хоровод, имитация движений
Пирамидка

Вот большая пирамидка (потянуться вверх)
И веселый мячик звонкий (прыжки на месте)
Мягкий мишка косолапый (шаги на месте)
Все живут в большой коробке
(показать большой квадрат)
Но когда ложусь я спать
(руки под щеку, закрыть глаза)
Начинают все играть
(изобразить любое движение)

Посуда

Вот большой стеклянный чайник,
(Надули животик, одну руку поставили на пояс,
другую изогнули – «носик»)
Очень важный, как начальник,
Вот фарфоровые чашки,
Присели, руки на пояс
Очень крупные бедняжки,
Вот фарфоровые блюдца,
Кружимся
Только стукни - разобьются,
Вот серебряные ложки,
Потянулись, сомкнули руки над головой
Голова на тонкой ножке,
Вот пластмассовый поднос,
Легли, вытянулись
Он посуду нам принёс.
На окне цветок колючий
(Показать прямоугольник перед собой)
Смотрит за околицу
(Сделать «бинокль» из ладошек)
Вы его не троньте лучше
(погрозить пальчиком)
Очень больно колется.
(Указать пальчиком ладошку и сморщиться)
Не подушка для иголок,
(сложение ладошки под щечку)
И не ежик, и не елка,
(сложить ладошки, растопырить пальцы, «нарисовать» елку перед собой)
Но не даст себя в обиду,
(Отрицательный жест головой и указательным пальчиком)
Потому что весь в иголках.
(Уколоть пальчиком ладошку)

Обновки

Танечка, бери иголку,
(Показывают указательный палец правой руки – иголку)

Сошьем рубашку и футболку,
Брюки, кофточку и платье,
И оденем куклу Катю.

(Вращают указательным пальцем вокруг каждого пальца левой рукой)

Солдатская каша

Мы крупу в ковше варили

*Левую ладонь сложить в виде пригоршни (ковш),
указательным пальцем правой руки (ложкой)
«помешать кашу», остальные пальцы прижаты к ладони*

Хорошенько посолили.

Пальцы правой руки сложить щепоткой и показать, как солят кашу.

Здесь уже и ложка наша,

*Правую руку положить на стол ладонью вверх;
ладонь сложить в виде пригоршни (ложка).*

Так вкусна солдата каша!

Облизать губы языком, показывая, как было вкусно.

Отважный капитан

Я плыву на лодке белой

концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями

По волнам с жемчужной пеной.

ладони друг к другу, слегка приоткрыв

Я - отважный капитан,

проговаривая стихок, ладони двигать, как лодка

Мне не страшен ураган

ладони вместе, плавные движения из стороны в сторону

Чайки белые кружатся, тоже ветра не боятся
скрестив ладони, плавные движения вверх-вниз
Лишь пугает птичий крик, стайку золотистых рыб
ладони тыльной стороной, помахать пальцами, сжатыми вместе

И, объездив чудо - страны, посмотрев на океаны
выпрямленными ладонями с пальцами, прижатыми друг к другу изобразить рыбок

Путешественник-герой, к маме я вернусь домой!
плавными движениями ладоней показать, как рыбы плывут в воде

«Я и моя семья»

Дружно маме помогаем –

Пыль повсюду вытираем.

Мы белье теперь стираем

Полощем, отжимаем.

Подметаем все кругом –

И бегом за молоком.

Маму вечером встречаем,

Двери настежь открываем,

Маму крепко обнимаем!

Движения по тексту

Говорит цветку цветок:

«Подними-ка свой листок».

(дети поднимают и опускают руки)

Выйди на дорожку

Да притопни ножкой

(дети шагают на месте, высоко поднимая колени)

Да головкой покачай

Утром солнышко встречай

(вращение головой)

Стебель наклони слегка -

Вот зарядка для цветка.

(наклоны)

А теперь росой умойся,

Отряхнись и успокойся.

(встряхивание кистями рук)

Наконец готовы все

День встречать во всей красе.

Машина

Шла по улице машина,

Шла машина без бензина,

Шла машина без шофера,

Без сигнала светофора,

Шла, сама куда не зная,

Шла машина заводная. (Двигаться в заданном направлении, вращая воображаемый руль.)

Пешеходы

Постовой стоит упрямый *(Ходьба на месте).*

Людам машет: Не ходи! *(Движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз)*

Здесь машины едут прямо *(Руки перед собой)*

Пешеход, ты погоди! *(Руки в стороны)*

Посмотрите: улыбнулся *(Руки на пояс, улыбка)*

Приглашает нас идти *(Шагаем на месте)*

Вы, машины, не спешите *(Хлопки руками)*

Пешехода пропустите! *(Прыжки на месте)*

Весна пришла

Солнце, солнце высоко

(На цыпочках руки тянем вверх)

Нам от солнышка тепло

(Легкие поглаживания руками по лицу)

Тает снег от лучей, *(Приседание)*

Звонко побежал ручей, *(Бег по кругу).*

Вы за ручейком бегите,

Лужи все перешагните

(Ходьба по кругу).

У Антошки есть игрушки.

У Антошки есть игрушки:

Вот веселая лягушка.

(Поочередно сгибают пальцы, начиная с большого).

Вот железная машина.

Это мяч. Он из резины.

Разноцветная матрешка

И с хвостом пушистым кошка.

Одежда. Пальчиковая гимнастика.

Постираю чисто, с толком

(Делают движения имитирующие стирку.)

Рубашку, кофту и футболку,

(Сжимают и разжимают пальцы.)

Свитерок и брюки

Устали мои руки!

(Встряхивают обеими руками)

Я с игрушками играю.

Я с игрушками играю:

*(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы
обеих рук.)*

Мячик я тебе бросаю, *(Протягиваем руки вперед –
«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».)*

Посуда

Девочка Иринка порядок наводила.

*(Поочередно соединяют большой палец с
остальными).*

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!

Цветочек на окне

У нас в горшке расцвёл цветок.

(Ладони изображают бутон)

Чтоб стал красив он и высок,

(Поднимаем «бутон» вверх)

Раскрыл на утро лепестки,

(Раскрываем ладошки)

Должны работать корешки.

*(Опускаем ладошки вниз, соединив тыльной
стороной)*

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»).*

Космос

Один, два, три, четыре, пять,
(ходьба на месте)

В космос мы летим опять.
(соединить руки над головой)

Отрываюсь от Земли,
(подпрыгнуть)

Долетаю до Луны.

(руки в стороны, покружиться)

На орбите повисим,

(покачать руками вперед-назад)

И опять домой спешим.

(ходьба на месте)

Физкультминутка про море

Над волнами чайки кружат,

Полетим за ними дружно.

Брызги пены, шум прибоя,

А над морем мы с тобою!

(Дети машут руками, словно крыльями.)

Мы теперь плывём по морю

И резвимся на просторе.

Веселее загребай

И дельфинов догоняй.

(Дети делают плавательные движения руками)

Поглядите: чайки важно

Ходят по морскому пляжу.

(Ходьба на месте)

Сядьте, дети, на песок,

Продолжаем наш урок.

(Дети садятся на свои места)

Морское царство

Море очень широко

(Дети широко разводят руки в сторону)

Море очень глубоко

(Приседают, коснувшись руками пола)

Рыбки там живут, друзья

(Выполняют движение «Рыбка»)

А вот воду пить-нельзя.

(Разводят руки в сторону, приподняв плечи)

А над морем чайки кружат

Полетим за ними дружно

Брызги пены, шум прибоя,

А над морем мы с тобою

(машут руками).

Мы теперь плывем по морю

И резвимся на просторе.

Веселее загребай и дельфинов догоняй

(плавательные движения руками)

Транспорт

Автобус, троллейбус, машина, трамвай –

О них ты на улице не забывай.

В морях – корабли, ледоколы, суда,

Они очень редко заходят сюда.

(Соединение всех пальцев с большим по очереди, начиная с указательного)

Перелетные птицы

Тили-тели, тили-тели —

С юга птицы прилетели!

(Скрещивают большие пальцы, машут ладошками).

Прилетел к нам скворушка —

Серенькое перышко.

Жаворонок, соловей

Торопились: кто скорей?

Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж —

(Поочередно сгибают пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки).

Все вернулись, прилетели,

(Снова, скрестив большие пальцы, машут ладошками).

Песни звонкие запели!

(Указательным и большим пальцами делают клюв – «птицы поют»).

Краб

В синем море краб живет,

Быстро лапками гребет.

Тихо краб ползет по дну,

Ищет там себе еду.

(Локти развести в стороны, пальцы обеих рук переплести и направить вниз (лапки краба). Большие пальцы соединить подушечками друг с другом и слегка округлить (голова краба). Пошевелить пальцами – «лапки».

«Краб» идет по столу сначала в одну, а затем в другую сторону.

К нам весна пришла

К нам весна пришла,

Цветы красивые принесла!

(Ручки протягивают вперед «с букетом»)

В палисадник мы пошли

И веночек себе сплели!

(Пальчики двигаются, будто плетут веночек)

Весна

Снова солнце в небе улыбается,

(Накладываем ладонь левой руки на тыльную сторону правой руки, пальцы растопыриваем)

Снег растаял, ручейки звенят.

(Разводим руки в стороны, рисуем волну)

И подснежник первый распускается,

(Соединяем кисти рук «бутонок»)

С юга птицы с песнями летят.

(Машем ручками, изображаем крылья птиц)

Будем мир мы защищать

Раз, два, три, четыре, пять.

Будем мир мы защищать!

На границе встанем,

Всех врагов достанем.

Будем чаще улыбаться,

А не ссориться и драться!

(Массируем поочередно каждый пальчик сначала на одной, затем на другой руке.)

Я давно весну ждала

(Дети идут по кругу, взявшись за руки).

У меня свои дела.

Мне участок в огороде

(Меняют направление движения)

Нынче мама отвела.

Я возьму свою лопатку,

(Останавливаются, показывают, как копают)

Я пойду, вскопаю грядку.

Мягкой грядка быть должна.

Показывают, как рыхлят.

Это любят семена.

Посажу на ней морковку

Дети идут о кругу, показывают, что

И редиску.

А с боков.

Сеют семена.

Будут кустики бобов.

Аист

Аист, аист длинноногий,

Покажи домой дорогу.

Спина прямая, руки на поясе.

Аист отвечает:

Топай правой ногою,

Топай левой ногою,

Снова — правой ногою,

Снова — левой ногою.

После — правой ногою,

После — левой ногою.

И тогда придешь домой.

Движения по тексту

Победа!

Мы празднуем Победу!

Шагают на месте.

Салют! Салют! Салют!

Руки поднять вверх, пальцы сжимаем, разжимаем

Кругом цветы весенние .

Руки на пояс, повороты туловища,

Цветут, цветут, цветут!

Руки развести в стороны.

Все люди пляшут, празднуют,

Приседания с выставлением ног вперед.

Поют, поют, поют!

Пусть в мире страны разные.

Вдох, круговое движение руками, изображая

Живут, живут, живут!

Насекомые

Видишь , бабочка летает,

(машем руками-крылышками).

На лугу цветы считает

(Считаем пальчиком)

Раз, два, три, четыре, пять

(хлопки в ладоши)

Ох, считать не сосчитать!

(прыжки на месте)

Жук

Я веселый майский жук.
(сжать кулачок)
Знаю все сады вокруг.
(указательный палец и мизинец)
Над лужайками кружу,
(развести в стороны — «усы»)
А зовут меня Жу-Жу.
(шевелить пальцами-усами)

Насекомые

Дружно пальчики считаем
Насекомых называем:
(сжимаем и разжимаем пальцы)
Бабочка, кузнечик, муха,
Это жук с зеленым брюхом.
(поочередно сгибаем пальцы в кулак)
Это кто же тут звенит?
(вращаем мизинцем)
Ой, сюда комар летит! Прячьтесь!
(прячем руки за спину)

Лето

Вот за что люблю я лето?
(Загибаются пальцы по одному на каждый счет)
Лето солнышком согрето.
Два – в лесу растет трава.
Три – ромашки – посмотри!
А четыре – это лес,
Полный сказок и чудес.
Пять – купались мы опять.
Шесть – пора грибов поесть.
Семь – малины я поем.
Восемь – сено мы покосим.
Девять – бабушка идет,
Землянику нам несет.
Десять – все вокруг в листву одето.
Вот за что люблю я лето!

Нарисуем лето

Нарисуем лето:
– дети водят пальцем, словно кисточкой, по столу;
Желтым цветом – солнце,
– делают пальчиком круговое движение в воздухе;
На газоне мотыльки,
На лугу васильки,
– сжимают и распрямляют пальчики;
Небо – цветом синим,
– крутят указательными пальцами в воздухе, словно делают «кудри» облаков;
И ручей красивый.
– делают волнистую линию.

В школу

В школу осенью пойду.
Там друзей себе найду,
(Дети «шагают» пальчиками по столу.)
Научусь писать, читать,
Быстро, правильно считать.
(Загибают по одному пальчику на обеих руках.)
Я таким ученым буду!
Но свой садик не забуду.
(Грозят указательным пальчиком правой руки)

За день, за два и за месяц..
(шагаем на месте)

Шесть, семь, восемь, девять, десять.
(хлопки в ладоши)
Даже мудрая пчела
(машем руками-крылышками)
Сосчитать бы не смогла!
(считаем пальчиком).

Пчела

Прилетела к нам вчера
(бегаем по кругу на носочках и машем
воображаемыми крылышками)
Полосатая пчела,
(загибаем по одному пальчику на обеих руках на
каждое название насекомых)
А за нею — шмель-шмелек
И веселый мотылек,
Два жука и стрекоза,
Как фонарики гла
(делаем кружки из пальчиков и подносим к
глазам)

Пожужжали, полетали,
(опять бежим по кругу)
От усталости упали.
(медленно опускаемся на ковер)

В школу мы с тобой пойдем

Импровизация движений в такт стихотворению

В школу мы с тобой пойдем,
И портфель с собой возьмем,
В школе будем мы читать,
В школе будем мы писать,
Физкультурой заниматься,
И трудиться, и стараться.

Лето

Раз, два, три, четыре, пять
– Дети шагают на месте.
Будем вместе мы играть:
– Делают вращательные движения руками.
Будем плавать и качаться,
– «Плавают», раскачивая туловище вправо-
влево.
Будем прыгать и кататься,
– Прыгают на месте и делают вращательные
движения руками.
Будем бегать, загорать
– Бегают на месте, руки в стороны.
И грибочки собирать.
– Изображают сбор грибов.