

## Пальчиковая гимнастика

...создаёт эмоциональный фон при выполнении упражнений, а ритмичная, чёткая речь усиливает контроль выполнения движений кистей рук и пальцев.

## Пальчиковая гимнастика

### Игрушки

На большом диване в ряд  
Куклы Катины сидят:  
Два медведя, Буратино,  
И весёлый Чиполлино,  
И котёнок, и слонёнок.  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Помогаем нашей Кате  
Мы игрушки сосчитать.



*(Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками. Загибают поочередно все пальчики. Разгибают поочередно пальчики. Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками).*

### Осень

Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем листья собирать.  
Листья берёзы, листья рябины,  
Листики тополя, листья осины,  
Листики дуба мы соберём,  
Маме осенний букет отнесём.

*(Загибают пальчики, начиная с большого. Сжимают и разжимают кулачки. Загибают пальчики, начиная с большого. «Шагают» по столу средним и указательным пальчиками).*



### Огород. Овощи.

У Лариски – две редиски.  
У Алёшки – две картошки.  
У Сережки – сорванца –  
Два весёлых огурца.  
А у Вовки – две морковки.  
Да ещё у Петьки две хвостатых редьки.



*(Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого, на одной или обеих рук).*

### Сад. Фрукты.

Будем мы варить компот,  
Фруктов нужно много.  
Вот: Будем яблоки крошить,  
Грушу будем мы рубить.  
Отожмём лимонный сок,  
Слив положим и песок.  
Варим, варим мы компот.  
Угостим честной народ.



*(Левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают». Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Опять «варят» и «мешают»).*

### Домашние животные

Идёт коза рогатая  
Идёт коза бодатая,  
Ножками топ – топ!  
Глазками хлоп – хлоп!  
Кто каши не ест,

Молока не пьёт того коза  
Забодает, забодает.

*(Правой рукой изображаем рога, вытянув вперёд указательный палец и мизинец. Кончиками пальцев обеих рук ударяем по столу или по коленям. Хлопаем в ладоши).*

### Лес. Грибы.

Раз, два, три, четыре, пять,  
В лес идём мы погулять.  
За черникой,  
За малиной,  
За брусникой.  
За калиной.  
Землянику мы найдём  
И братишке отнесём.



*(Пальчики обеих рук «здороваются», начиная с больших. Обе руки «идут» указательными и средними пальцами по столу. Загибают пальчики, начиная с большого).*

### Дикие животные

Сидит белка на тележке,  
Продаёт она орешки.  
Лисичке – сестричке,  
Воробью, синичке,  
Мишке косолапому,  
Зайнышке усатому.  
Кому в зобок,  
Кому в платок,  
Кому в лапочку.

*(Хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно. Загибают по одному пальчику, начиная с большого).*

### Одежда

Алёнка – малёнка шустра, быстра:  
Воды наносила, сарафан дошила,  
Носок довязала, ягод насбирала.  
Песню допела, везде поспела.  
В охотку ей дело.

*(Хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза. Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза).*

### Обувь

Посчитаем в первый раз,  
Сколько обуви у нас.  
Туфли, тапочки, сапожки  
Для Наташки и Серёжки,  
Да ещё ботинки  
Для нашей Валентинки,  
А вот эти валенки  
Для малышки Галеньки.



*(Попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу. На каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого).*

### Мебель

Раз, два, три, четыре,  
Много мебели в квартире.  
В шкаф повесим мы рубашку,  
А в буфет поставим чашку.  
Чтобы ноги отдохнули,  
Посидим чуть – чуть на стуле.  
А когда мы крепко спали,  
На кровати мы лежали.  
А потом мы с котом  
Посидели за столом,  
Чай с вареньем дружно пили.  
Много мебели в квартире.

*(Загибают пальчики, начиная с большого, на обеих руках. Сжимают и разжимают кулачки. Загибают пальчики, начиная с большого. Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками).*

### Посуда

Раз, два, три, четыре,  
Мы посуду перемыли:  
Чайник, чашку, ковшик, ложку  
И большую поварёшку.  
Мы посуду перемыли,  
Только чашку мы разбили,  
Ковшик тоже развалился,  
Нос у чайника отбился.  
Ложку мы чуть – чуть сломали,  
Так мы маме помогали.



*(Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить. Одна ладонь скользит по другой по кругу. Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Одна ладонь скользит по другой. Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Удар*

кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить).

### Профессии

Что принёс нам почтальон?  
С толстой сумкой ходит он.  
Перевод, журнал, газету.  
В бандероли – две кассеты  
И письмо от тёти Вали,  
Чтоб её приезда ждали.

*(Сжимают и разжимают кулачки; «шагают» пальчиками по столу. На каждое именование загибают по одному пальчику, начиная с большого).*

### Зима

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

*(Загибают пальчики, начиная с большого. «лепят», меняя положение ладоней. Показывают круг, сжимают ладони вместе, гладят одной ладонью другую. Грозят пальчиком. Смотрят вверх, подбрасывают воображаемый снежок. Приседают, ловят воображаемый снежок. Встают, роняют воображаемый снежок. Топают).*

### Зимующие птицы

Сколько птиц к кормушке нашей  
Прилетело? Мы расскажем.  
Две синицы, воробей,  
Шесть щеглов и голубей,  
Дятел в пёстрых пёрышках.  
Всем хватило зёрнышек.

*(Ритмично сжимают и разжимают кулачки. На каждое название птицы загибают по одному пальчику. Опять сжимают и разжимают кулачки).*

### Домашние птицы

Шла уточка бережочком,  
Шла серая по крутому.  
Вела детей за собою,

И малого, и большого,  
И среднего, и меньшого,  
И самого любимого.

*(Пальцы в кулаке, поочерёдно раскрываем пальцы)*



### Новый год

Перед нами ёлочка:  
Шишечки, иголочки.  
Шарики, фонарики,  
Зайчики и свечки,  
Звёзды, человечки.

*(Пальцы рук переплетены, из больших пальцев – верхушка «ёлочки». Кулачки, указательные пальчики выставлены. «Шарики» из пальцев вверх, вниз. «Ушки» из указательного и среднего пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты. Ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный пальцы стоят на столе).*

### Комнатные растения

В нашей группе на окне подросли цветочки:  
Вот розан, герань, толстянка.  
Колких кактусов семья.  
Их полъём мы спозаранку,  
Я и все мои друзья.

*(На каждое наименование цветка разгибаем пальчики).*

### Семья

Это пальчик – дедушка,  
Этот пальчик – бабушка,  
Это пальчик – мама,  
Этот пальчик – папа,  
Этот пальчик буду я,  
Это вся моя семья.

*(Большой палец, указательный, средний, безымянный, мизинчик. Поднимаем левую руку и распрямляем все пальчики).*

### Части тела

Раз, два, три, четыре, пять.  
Будем пальчики считать!  
Крепкие, дружные,



Все такие нужные.  
На другой руке опять;  
Раз, два, три, четыре, пять!  
Пальчики быстрые,  
Хотя не очень... чистые.

*(По очереди загибаем пальчики на правой руке. Ритмично сжимаем и разжимаем кулачки. Загибаем поочередно пальцы на левой руке. Машем пальчиками обеих рук).*

### Транспорт

Есть игрушки у меня:  
Паровоз и два коня,  
Серебристый самолёт,  
Три ракеты, вездеход.  
Самосвал, подъёмный кран –  
Настоящий великан.  
Сколько вместе?  
Как узнать?  
Помогите сосчитать!

*(Пальцы в кулаке на каждое именование разгибаем палец).*

### Наша Армия

Пальцы - маленький отряд.  
Бодро выстроились в ряд,  
Все из нашего полка  
Достают до потолка.

*(Упражнение выполняют стоя. Дети поднимают руки над головой и тянутся вверх, вытягивая пальцы).*

### Дорожное движение

Шла по улице машина,  
Шла машина без бензина.  
Шла машина без шофёра,  
Без сигнала светофора,  
Шла, сама, куда не зная,  
Шла машина заводная.

*(Пальцы в кулаке. Ритмично сгибать и разгибать пальцы).*

### Мамин праздник

Как у нас семья большая  
Да весёлая.  
Два у лавки стоят,  
Два учиться хотят,  
Два Степана у сметаны  
Объедаются.

Две Дашки у кашки  
Питаются.  
Две Ульки в люльке  
Качаются.

*(Ритмичные хлопки в ладоши и удары кулачками попеременно. Загнуть большие пальцы на обеих руках. Загнуть указательные пальцы на обеих руках. Загнуть средние пальцы. Загнуть безымянные пальцы. Загнуть мизинцы).*

### Весна

Кап, кап, кап – звенит капель.  
Приближается апрель.

*(Ритмично на каждый слог стучат по столу подушечками пальцев, начиная с большого).*

### Первоцветы

Наши алые цветы раскрывают лепестки,  
Ветерок чуть дышит лепестки колышит.  
Наши алые цветки закрывают лепестки,  
Тихо засыпают головой качают.



*(Обе руки ладонями друг к другу, в форме тюльпана. Медленно раскрывает пальцы. Покачивает кистями рук. Медленно закрывает пальцы. Покачивает сложенными кистями).*

### Дикие животные

По лесной лужайке разбежались зайки.  
Вот какие зайки,  
Зайки – побегайки.  
Сели зайчики в кружок.  
Роют лапкой корешок.  
Вот какие зайки, Зайки – побегайки.

*(Круговые движения руками вниз. «Бегаем» по столу указательными и средними пальцами обеих рук. Руки перед грудью /лапки зайца/. Руки на голове /уши зайца/. Рисуем в воздухе круг обеими ладонями. Ладони вниз, сгибаем и разгибаем пальцы /зайка роет корешок/. Руки перед грудью /лапки зайца/. Руки на голове /уши зайца/).*

## Домашние животные

Ой, ду – ду, ду – ду, ду – ду.  
Потерял пастух дуду.  
А я дудочку нашла,  
Пастушку я отдала.  
Ну – ка, милый пастушок,  
Ты спеши – ка на лужок.  
Там Бурёнка лежит,  
На теляток глядит.  
А домой не идёт,  
Молочка не несёт.  
Надо кашу варить,  
Сашу кашей кормить.



*(Пальцы обеих рук сложены в колечки и поднесены ко рту; дети выполняют круговые движения – «играют на дудочке». Ритмичные удары в ладоши и кулачками друг о друга попеременно. «Идут» указательными и средними пальцами по столу. Ритмичные удары в ладоши и кулачками друг о друга попеременно. Указательным пальцем правой руки «варят кашу» на левой ладошке).*

## Перелётные птицы

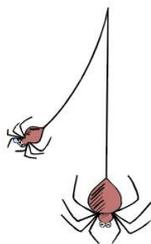
Ласточка, ласточка,  
Милая касаточка,  
Ты где была.  
Ты с чем пришла? –  
За морем бывала,  
Весну добывала.  
Несу, несу Весну – красну.



*(На каждую строку большой палец «здоровается» дважды с одним пальчиком, начиная с указательного, - сначала на правой, потом на левой руке).*

## Насекомые

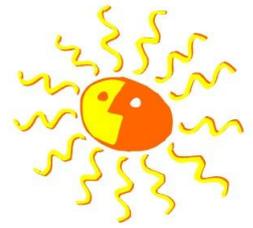
Прилетела к нам вчера  
Полосатая пчела.  
А за нею шмель – шмельёк  
И весёлый мотылёк,  
Два жука и стрекоза,  
Как фонарики глаза.  
Пожужжали, полетали,  
От усталости упали.



*(Машут ладошками. На каждое название насекомого загибают один пальчик. Делают кружочки из пальчиков и подносят к глазам. Машут ладошками. Роняют ладони на стол).*

## Поздняя весна

Дождик песенку поёт,  
Только кто её поймёт?  
Не пойму ни я, ни ты.  
Но зато поймут цветы,  
И весенняя трава,  
И весенняя листва.  
Лучше всех поймёт зерно,  
Прорасти начнёт оно.  
Кончился дождик.



*(Пальцы постукивают по столу, сначала медленно, потом быстрее. Пальцы барабанили быстро – быстро. Пальцы стучат всё медленнее, останавливаются).*

## Аквариумные рыбки

Жил да был один налим.  
Два ерша дружили с ним.  
Прилетали к нам три утки  
По четыре раза в сутки  
И учили их считать:



Раз, два, три, четыре, пять.

*(Плавные движения сложенными ладошками, имитирующие движения пловцов. Ладони раздвинуты; движения ладонями порознь. Руки сложены накрест, взмахи ладонями. Сжимать и разжимать кулачки. Загибать пальчики, начиная с большого).*

## Наш город

Молотком и топором  
Строим, строим новый дом.  
В доме много этажей  
Много взрослых и детей.

*(Кулачками стучат, пальчики разгибают и сгибают).*

## Растения

Ветер дует нам в лицо.  
Закачалось деревцо.  
Ветерок чуть тише, тише деревцо,  
Всё выше, выше.



*(Руками машем себе в лицо. Руки вверх и качаемся. Медленно приседаем. Медленно встаём, поднимаемся на носочки, руки вверх).*