В народной педагогике действие руками – один из ведущих методов образовательной работы. Очень важно максимально включить мелкие движения пальцев в повседневную жизнь ребёнка – всё это развивает моторику, которая влияет на речевую и мыслительную деятельность детей.

Использование пальчиковой гимнастики предполагает выполнение следующих *правил*:

* пальчиковые игры необходимо использовать систематически, ежедневно;
* место имеет значение, главное – интерес ребёнка;
* длительность упражнения зависит от эмоционального отклика детей – нельзя заставлять их выполнять упражнения насильно.

Формирование мелкой моторики у детей ведётся в трёх *направлениях*:

* самомассаж и специальные игры-упражнения для развития мелких движений пальцев;
* приобретение навыков самообслуживания, обучение умению целенаправленно управлять движениями в бытовых ситуациях;
* формирование моторики в специально-организованной деятельности, с использованием настольных и подвижных игр.

У детей дошкольного возраста довольно часто наблюдается задержка в развитии речи, хотя они и здоровы. Чтобы повысить работоспособность коры головного мозга, улучшить артикуляционные движения, подготовить руку к письму необходимо систематически тренировать движения пальцев и всей кисти рук, которые выступают важнейшим фактором в развитии ребёнка.

Пальчиковую гимнастику начинают проводить с младшего возраста, индивидуально или с подгруппой, в любой удобный отрезок времени в течение дня: во время утренней гимнастики, физкультминуток, в свободное время утром и после сна по 2-3 минуты. Особенно рекомендуется проводить гимнастику с детьми, имеющими речевые проблемы.

Наиболее часто используется в работе пальчиковая гимнастика стихотворного ритма, которая помогает поставить правильное дыхание, развить речевой слух. Особенно нравится детям такая гимнастика, как: «Дом и ворота», «Гости», «Кто приехал?». Нравится детям и то, что они имеют возможность проводить пальчиковую гимнастику, выступая в роли ведущего, он чувствует ответственность и дорожит тем, что именно ему поручена эта роль. Это является, своего рода, мотивацией детей.

**Дом и ворота**

На поляне дом стоит,

*Пальцы обеих рук делают "крышу".*

Ну, а к дому путь закрыт.

*Руки повернуты ладонями к груди,*

*средние пальцы соприкасаются, большие - вверх - "ворота".*

Мы ворота открываем,

*Ладони разворачиваются.*

В этот домик приглашаем.

*"Крыша".*

**Индюк**

Индюк из города идет,

Игрушку новую везет.

Игрушка не простая,

Игрушка расписная.

*Пальчики обеих рук "идут" по столу.*

**Гости**

Стала Маша гостей созывать:

И Иван приди, и Степан приди,

И Матвей приди, и Сергей приди,

А Никитушка - ну, пожалуйста.

*Вращение кистей рук к себе. Поочередный массаж пальцев на обеих руках.*

**Кто приехал?**

Кто приехал? Мы, мы, мы.

*Хлопать кончиками пальцев.*

Мама, мама, это ты? Да, да, да.

*Хлопать кончиками больших и указательных пальцев*.

Папа, папа, это ты? Да, да, да.

*Большие и средние пальцы.*

Братец, братец, это ты? Да, да, да.

*Большие и безымянные пальцы.*

Ах, сестричка, это ты? Да, да, да.

*Большие пальцы и мизинцы.*

**Строим дом**

Целый день тук да тук -

Раздается звонкий стук.

*Руки сжаты в кулаки, большой палец поднят вверх, постукивает по указательным пальцам.*

Молоточки стучат,

 *Стучать кулаком о кулак.*

Строим домик для ребят (зайчат, бельчат).

*Пальцы соединить, показать "крышу".*

Вот какой хороший дом,

*Сжимать-разжимать пальцы.*

Как мы славно заживем.

*Вращать кисти рук.*

**Цветок**

Вырос высокий цветок на поляне,

*Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить.*

Утром весенним раскрыл лепестки.

*Развести пальцы рук.*

Всем лепесткам красоту и питанье

*Ритмично двигать пальцами вместе - врозь.*

Дружно дают под землей корешки.

*Ладони опустить вниз, тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.*

**Засолка капусты**

Мы капусту рубим,

*Движения прямыми кистями вверх-вниз.*

Мы морковку трем,

*Пальцы обеих рук сжаты в кулачки, движения кулаков к себе и от себя.*

Мы капусту солим,

*Имитировать посыпание солью из щепотки.*

Мы капусту жмем.

*Сжимать и разжимать пальцы.*

**Строим стенку.**
- Строим стенку,
- Выше, выше,
Прямые ладони держим горизонтально перед собой (мизинец каждой смотрит вниз, большой палец – вверх, внутренняя поверхность ладоней обращена к груди), поочередно «нижнюю» ладонь кладем на «верхнюю», имитируя кирпичную кладку.
- Добрались уже до крыши!
к моменту произнесения этих слов «стенка» должна «дорасти» примерно до глаз. Складываем из ладоней двухскатную крышу: конек – соприкасающиеся кончики средних пальцев, скаты – ладони и предплечья.- Чья крыша выше?
- Выше, выше, выше!
Сложенные руки тянутся-тянутся-тянутся вверх! Взрослые, следите, чтоб ваш позвоночник растягивался вслед за руками! (одна девочка даже на стул вставала, чтобы ее крыша была выше!)- Прорубили мы окошко,
- И дверку для кошки,
- И дырочку для мышки:
- Пи-пи-пи-пи–пи!
Называемые отверстия изображаются большими и указательными пальцами: большой четырехугольник, арка, маленькая круглая дырочка. Строки про мышку произносятся тоненьким голоском.

**Улитка.**
Руки на уровне груди: одна ладонь сжата в кулачок, другая ее накрывает – это раковина улитки.- Улитка-улитка,
- Отвори калитку,
- выходи из дома,
- Будем знакомы!
Когда четверостишье прочитано, быстро проталкиваем кулачок «наружу» – теперь кулачок не спрятан, а лежит на предплечье другой руки, зато запястье за кулачком плотно охвачено ладонью другой руки.- Улитка-улитка,
- Высуни рога,
- Дам пирога!
Разжимаете два пальца кулачка. Лучше, если Вы разожмете мизинец и безымянный – «улитка» будет больше похожа. Если Ваш ребенок при этом разжимает, например, указательный и средний, или даже все пальцы – не поправляйте. - Улитка-улитка, пошли гулять!
На этих словах улитка ничего не делает – она слушает вас и решает, что ответить (недолго).
- Поползли, поползли, поползли…
«Улитка» ползет по предплечью, потом по плечу. Естественно, «ракушку» она за собой тащить не может, «ракушка» незаметно исчезла.
- Ой! Щекотно! Пойду к другой улитке!
(При повторении – до свидания, улитки!)
«Рожки» щекочут ухо или шею. Повторяете все то же самое, руки меняются ролями.

**Гусеница.**
- Гусеница, гусеница,
Ладонь одной руки «ползет», как гусеница, складываясь и разгибаясь, по внутренней стороне другой руки от плечевого сустава до кончика пальцев. (Не наоборот, т.к. гусеница заползла на травинку с земли!)
- Бабочкина дочка,
«ползет» обратно к плечу по внешней стороне руки
- По травинкам ползает,
То же проделываем, меняя руки: «от корня к верхушке»
- Кушает листочки:
И по другой стороне обратно.
- Ам!
Ладони складываем вместе перед собой. При каждом слове «Ам!» одна ладонь скользит по другой ладони вверх и «кусает» всеми пальцами, кроме большого, прямые пальцы другой ладони. Потом ладони меняются ролями.
- Ам!
- Ам!
- Ам!
- Ам!
- Поела
Останавливаемся, сложенные вместе ладони расслабляются…
- Спать захотела.
… одна сжимается в кулачок, другая ее накрывает – держит кулачок, как яблоко.
- Проснулась –
Постепенно расправляем ладони…
- Бабочкой обернулась!
Руки перекрещиваем в районе запястий, ладони теперь – крылья бабочки.- Полетела, полетела, полетела!
Машем «крыльями» (запястья или предплечья перекрещены, левая ладонь машет возле правого плеча и наоборот). Можно постепенно разгибать локти, чтобы бабочка летела вверх или вдаль.
**Круговорот воды в природе.**
- Кап-кап, кап-кап, кап-кап – дождик капает, кап-кап, кап-кап, кап-кап.
Барабаним пальцами по голове, плечам – как угодно.
- Буль-буль, буль-буль, буль-буль – ручьи бегут, буль-буль, буль-буль, буль-буль.
Бежим или поочередно пальцами одной руки по другой от плеча до ладони, или пальцами обеих рук по ногам
- Жур-жур, жур-жур, жур-жур – река течет, жур-жур, жур-жур, жур-жур.
Ладонь на ладонь, пальцы переплетаем, это речка, которая течет по направлению от нас – если ручьи бежали по рукам, то на уровне пояса, если по ногам – над полом, сами при этом приседаем или сгибаем одну ногу, смотря куда речке бежать.
- И в море большое-большое-большое впадает…
Разводим руки широко в стороны, описывая ими большой круг, на третьем слове “большое” ведем руки обратно, на слове “впадает” – руки прижимаем к груди.
- А с моря в жару пар поднимается,
Рисуем в воздухе спиральки пара снизу вверх. Если на предыдущих этапах пришлось присесть – встаем, тянемся за руками вверх.- К небу летит и в тучки превращается. А из туч дождик идет.
Тучку изображают сцепленные над головой руки.
- Кап-кап
и т.д.

**УТРО НАСТАЛО**

Утро настало, солнышко встало

(скрестив ладони, раздвинуть

пальцы в стороны, поднять

руки вверх)

Эй, братец Федя, разбуди соседей!

(кулак правой руки сжат,

большой палец совершает

круговые движения)

Вставай, Большак!

Вставай, Указака!

Вставай, Середка!

Вставай, Середка!

И крошка - Митрошка!

(большой и указательный

пальцы правой руки щелкают

по кончикам пальцев левой,

начиная с большого)

Привет, Ладошка!

( щелчок в центр ладошки)

Все потянулись и проснулись

( руки вверх, пыльцы шевелятся)

**НА ЛУЖКЕ**

На лужок пришли зайчата,

медвежата и лисята,

Лягушата и волчок

На зеленый на лужок

приходи и ты, дружок!

(сгибание пальцев в кулачок

поочередно)

**СЧИТАЛОЧКА.**

1,2,3,4,5 - начинам мы считать

Это - Котик - вытри ротик

(большим пальцем обвести вокруг рта)

Это - Носик - хотроносик

(указательным пальцем потрогать нос)

Это - Ёжик - ворчунишка

(сгибать и разгибать средний палец)

Это - Мишка - Топтыжка

(сгибать и разгибать безымянный палец)

Это - Зайка - убегайка

(обе руки вверх, мизинцами потрогать уши)

Кто последний? Догоняй-ка!

(убрать руки за спину)

**ДВЕ МАРТЫШКИ**

Две мартышки, слов не тратя

(обеими руками показать ушки )

Раз подрались на кровати

(бокс кулаками)

Друг из друга в этой схватке

(постучать кулаками друг о друга)

Вышибли ума остатки

(легонько постучать по лбу)

Врач пришел, уселся в кресле

( на лбу указательными пальцами сделать

крест, сложить руки на груди)

И сказал мартышкам :

(погрозить указательным пальцем)

"Если драться будете, мартышки

(боксировать кулаками).

Выгоню из этой книжки!

(Показать указательным пальцем

на дверь)

**"КОГОТОЧКИ"**

У Кошкиной дочки

на лапках коготочки

Ты их прятать не спеши,

Пусть посмотрят малыши!

МЯУ-МЯУ-МЯУ!!!

**"ПЕЛЬМЕНИ"**

В день веселый в воскресенье

Для друзей леплю пельмени

Я три горсточки муки

Сыплю в миску из руки,

Подолью воды немножко,

Размешаю тесто ложкой,

Всё с яйцом я перетру,

Тесто я руками мну.

Разделяю на кусочки.

Делаю я колобочки

Превращу я колобки

Скалкой в плоские кружки.

Мясорубку покручу,

Фарш мясной я получу.

Отделяю фарша горстку,

На кружок кладу я горку,

Я края соединяю,

Пальчиками их сжимаю.

Покажу свое уменье -

Вылеплю я сто пельменей!

Соли горсточку возьму я,

Воду ею посолю я,

И пельмени в кипяток

Прыгнут за дружком дружок!

Я тарелки расставляю,

На пельмени приглашаю.

**"ЗДРАВСТВУЙ"**

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю -

Всех я вас приветствую!

(пальцы правой руки по очереди

Здороваются с пальцами левой).

**ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА «ВЫШЛИ ПАЛЬЦЫ ТАНЦЕВАТЬ»**

Раз, два, три, четыре, пять

*(хлопки в ладоши).*

Вышли пальцы танцевать

*(выбрасывать пальчики из кулачка),*

Большой пустился в пляс

*(круговые движения больших пальцев вокруг друг друга),*

Указательный - в припляс

(подушечки пальцев касаются друг друга в ритме текста),

Средний пальчик - поклонился

*(средние пальцы сгибаются и выпрямляются),*

Безымянный – притаился

*(прижать пальцы к ладони).*

А мизинец, удалец! Цепь сомкнул, молодец!

*(Можно проверить, как крепко соединились мизинцы.)*

**ОСЕНЬ**

Ветер по лесу летал

*(дети плавно машут кистями рук)*

Ветер листики считал:

*(поочередно загибают пальцы)*

Вот дубовый,

Вот кленовый,

Вот рябиновый резной,

Вот с берёзки золотой,

Вот последний лист с осинки,

Ветер бросил на тропинку.

*(машут кистями рук, как бы сбрасывают листву)*

**ВЕСЕЛЫЙ ОРКЕСТР**

Кот играет на баяне,

Зайка наш на барабане.

Ну а мишка на трубе

Поиграть спешит тебе.

Если станешь помогать,

Будем вместе мы играть!

*(Имитация игры на разных*

*музыкальных инструментах)*

**ВЕТЕР И ЛИСТЬЯ**

Осень листья золотит,

Ветер ими шелестит.

*(имитировать движения кисти, будто что-то красишь)*

Шу-шу-шу, шу-шу-шу

*(потереть ладошку о ладошку).*

Он повсюду их разносит,

Поиграет, снова бросит

*(руки вытянуть перед собой, развести в стороны, соединить, встряхнуть).*

Тшш- тшш, тшш-тшш *(опять потереть ладошки).*

Вверх поднимет, закружит и на месте завертит

*(поднять руки и покружиться).*

Шур-шур-шур, шур-шур-шур

*(потереть ладошки).*

Соберет в большую кучу

*(руками нарисовать кучу),*

Убежит и сядет в тучу

*(слегка присесть)*

Тшш- тшш, тшш-тшш *(приложить палец к губам).*

**«ВНИМАТЕЛЬНЫЙ МИШКА»**

По полянке мишка шёл

*(пальцы одной руки шагают по ладони другой руки)*

И в бочонке мёд нашёл.

*(царапающие движения пальцев одной руки по ладони другой руки)*

Лапкой мёд он доставал,

*(надавливание на центр ладони указательным пальцем другой руки)*

Язычком его лизал.

*(круговые движения указательным пальцем*

*по центру ладони другой руки)*

Нету мёда! *(закрыть лицо ладонями)*

Где же мёд?

(*развести руки в стороны, удивиться*)

Ищет мишка – не найдёт.

*(ладони на щеках, качаем головой)*

Нужно обязательно

Мишке быть внимательным.

*(указательными пальцами обеих рук стучим по коленям в ритме фразы или грозить указательным пальцем)*

**МАССАЖ ЛАДОНЕЙ**

**(с тренажером-шариком)**

Ежик колет нам ладошки,

Поиграем с ним немножко.

Если будем с ним играть –

Ручки будем развивать.

Ловкими станут пальчики,

Умными – девочки, мальчики.

Ежик нам ладошки колет,

Руки нам готовит к школе.

**МИШКА И МЕД**

Мишка лапой кушал мёд,

Набрал он мёда полный рот.

На пенёчке он сидит

И тихонько говорит:

«Я мишутка косолапый,

Не хочу сосать я лапу,

В гости лучше я пойду,

Друга я себе найду».

Мишутке закрывают глаза,

он среди детей, стоящих в кругу,

выбирает кого-то.

Ощупывает и узнает кто это.

**«БУКЕТ ЦВЕТОВ»**

Посадили зернышко

(ведущий кладет в ладони всем детям «зернышко»)

Выглянуло солнышко,

Солнышко, свети - свети!

(сжимаем и разжимаем кисти рук по очереди)

Зернышко, расти – расти!

(ладони вместе, руки двигаются вверх)

Появляются листочки,

(ладони соединить, пальцы по очереди соединяются с большим пальцем на двух руках одновременно)

Распускаются цветочки

(сжимаем и разжимаем кисти рук по очереди)

**«В ГОСТИ К КОШКЕ»**

Позвала нас в гости кошка,

(ладони на щеках, качаем головой)

И пошли мы по дорожке.

(пальцы шагают по коленям)

Топ – топ,

 (ладони хлопают по коленям)

Прыг – прыг,

 (кулачки стучат по коленям)

Чики – брики,

(ладони поочередно хлопают по коленям)

Чики – брик. (кулачки стучат поочередно по коленям)

Видим дерево высокое, (наставляем кулачки друг над другом)

Видим озеро глубокое. (волнообразное движение кистями)

Птицы песенки поют (ладони перекрестно – «птица»)

Зернышки везде клюют:

Тут клюют и там клюют,

(пальцы одной руки «клюют» ладонь другой, и наоборот)

Никому их не дают.

(ладони перед собой, поочередно сжимаем и разжимаем кулак)

Это дом, («крыша»)

А в нем окошко («окно»)

Нас встречают кот и кошка.

(хлопаем в ладоши)

Мы немножко погостим

(руки «здороваются»)

И обратно побежим. (пальцы «бегут» по коленям)

Топ – топ, (ладони хлопают по коленям)

Прыг – прыг, (кулачки стучат по коленям)

Чики – брики,

(ладони поочередно хлопают по коленям)

Чики – брик.

(кулачки стучат поочередно по коленям)

**«МАГАЗИН ОДЕЖДЫ»**

Открываем магазин,

*(соединить ладони, круговые движения*

*в противоположные стороны)*

Протираем пыль с витрин.

*(ладонь одной руки массажирует*

*тыльную сторону другой, и наоборот)*

В магазин заходят люди,

*(подушечки четырех пальцев одной руки*

*двигаются по тыльной стороне другой руки)*

Продавать одежду будем.

*(костяшки сжатых в кулак пальцев*

 *двигать вверх–вниз по ладони другой руки)*

Платья, кофты, брюки, шорты….

*(называют одежду)*

Магазин теперь закроем,

*(фаланги сжатых в кулак пальцев вращать*

*по центру другой ладони)*

Каждый пальчик мы помоем.

*(массаж каждого пальца между фалангами*

*указательного и среднего пальцев другой руки)*

Потрудились мы на «пять» -

*(потираем ладони)*

Пальцы могут отдыхать!

*(поглаживаем каждый палец)*

**«УРОЖАЙ»**

Овощи растут на грядке.

(скрестить пальцы на двух руках,

по очереди поднимать пальцы)

Посчитай их по порядку:

(соединить по очереди пальцы на двух руках)

Капуста, перец, огурец,

(кулак, ребро, ладонь)

Я сегодня молодец!

(гладим себя по груди)

На грядке овощи растут,

(скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы)

Что же мы увидим тут?

(соединить по очереди пальцы на двух руках)

Картофель, помидор, морковь,

(кулак, ребро, ладонь)

Мы себя похвалим вновь.

(гладим себя по груди).

**«ЗИМА»**

Пришла зима,

(трем ладошки друг о друга)

Принесла мороз.

(пальцами массажируем плечи, предплечья)

Пришла зима,

(трем ладошки друг о друга)

Замерзает нос.

(ладошкой массажируем кончик носа)

Снег,

(плавные движения ладонями)

Сугробы,

(кулаки стучат по коленям попеременно)

Гололед.

(ладони шоркают по коленям разнонаправлено)

Все на улицу – вперед!

(одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте,

кулак (меняем)

Теплые штаны наденем,

(ладонями проводим по ногам)

Шапку, шубу, валенки.

(ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами)

Руки в варежках согреем

(круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони)

И завяжем шарфики.

*(ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи)*

***Зимний месяц называй!***

 ***(ладони стучат по коленям)***

Декабрь, Январь, Февраль.

*(кулак, ребро, ладонь)*

**РАЗНОЦВЕТНЫЕ ЗОНТЫ**

День сегодня хмурится,

Дождь с утра на улице.

Желтеют листья, кружатся

И плавают по лужицам.

Все в куртки одеваются,

Зонтами накрываются.

Вот зонтик красный, голубой,

Вот фиолетовый, с каймой.

Вот мимо синий зонт идёт,

С собой зеленый зонт ведет.

И зонт-малыш, и зонт большой

Спешат, наверное, домой.

**ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ**

Мы на лыжах идем,

Мы взбираемся на холм.

(Дети идут друг за другом, имитируя ходьбу на лыжах).

Палки нам идти помогут,

Будет нам легка дорога.

*(Машут руками, словно работают лыжными палками)*

Вдруг поднялся сильный ветер,

*(Подняли руки вверх)*

Он деревья кружит, вертит,

*(Вращение туловищем вправо, влево)*

И среди ветвей шумит,

Снег летит, летит, летит.

*(Руки вытянуты вперед, плавно опускаются)*

По опушке зайчик скачет,

Словно белый мягкий мячик.

*(Прыжки по кругу)*

Раз – прыжок и два – прыжок-

*(Прыжок в круг, прыжок из круга)*

Вот и скрылся наш дружок.

*(Присели)*

Хоть приятно здесь кататься,

Надо в садик возвращаться.

*(Ходьба)*

**«ГУСЕНИЦА»**

Шла гусеница по дорожке,

У неё в ботинках ножки.

(пальцы одной руки, затем второй идут по столу)

Ротик, нос, а глаза – два

(нарисовать на столе или в воздухе рот, нос, глаза)

И большая голова

(нарисовать пальцами большой круг на столе или в воздухе)

Желтый, зеленый, красный, синий,

(пририсовывать к голове кружочки)

С улыбкой ты всегда красивый!

(хлопки в ладоши)

**НАШИ РУЧКИ**

Если пальчики грустят –

Доброты они хотят.

(пальцы плотно прижимаем к ладони)

Если пальчики заплачут –

Их обидел кто-то, значит.

(трясем кистями)

Наши пальцы пожалеем –

Добротой своей согреем.

(«моем руки, дышим на них)

К себе ладошки мы прижмём,

(поочередно одну вверху, одну внизу)

Гладить ласково начнем.

(гладим ладонь другой ладонью)

Пусть обнимутся ладошки,

Поиграют пусть немножко.

(скрестить пальцы, ладони прижать, пальцы двух рук быстро легко стучат)

Каждый пальчик нужно взять

И покрепче обнимать.

(каждый палец зажимаем в кулачке).

**ПУТЕШЕСТВЕННИКИ**

Уже круг, шире круг,

Видим руки. Нету рук.

Упражненье начинаем, Руки выше поднимаем.

Кулачки зажали. Тихо посчитали:

1, 2, 3, 4, 5 – ручки могут отдыхать.

Улыбнулись, рассердились,

Очень сильно удивились.

Оказались за рулём – Мы машину вдаль ведём.

Крепко руль держали. Ехали – устали.

Улыбнулись, рассердились,

Очень сильно удивились.

На корабль мы не попали,

Волны сильно нас качали.

Чтоб случайно не упасть, Ноги нужно напрягать.

1, 2, 3, 4, 5 – ноги могут отдыхать.

**ПУТЕШЕСТВЕННИКИ**

Улыбнулись, рассердились, очень сильно удивились.

Вот мы на велосипеде Едем, едем, едем, едем.

Все проехали дороги, Отдыхают наши ноги.

Улыбнулись, рассердились, Очень сильно удивились.

Набежала черная туча – Мы глаза зажмурим лучше.

Всё лицо мы напрягаем, Теперь спокойно отдыхаем.

Улыбнулись, рассердились, Очень сильно удивились.

Дождь пошел и сильный ветер – Задрожали наши дети.

Всё тело наше в напряженье,

Очень трудно без движенья.

1, 2, 3, 4, 5 – теперь мы можем отдыхать.

Всем, конечно, очень нравится

Лечь, глаза закрыть, расслабиться.

**«ПУТЕШЕСТВИЕ»**

Тук-тук-тук, тук-тук-тук,

Наши ушки слышат стук.

*(возле уха каждый палец стучит о большой 3 раза)*

Вот ладошечки шуршат,

*(потирание ладоней друг о друга)*

Наши пальчики трещат.

*(потирание кулачков друг о друга)*

Теперь в ладоши громко бей, *(хлопки)*

А теперь ты их согрей*. (ладони на щёки)*

К путешествию готовы? *(кулаки на коленях)*

Да!

*(руки вверх, ладони раскрыть)*

В путь отправимся мы снова:

*(вращательные движения кистями)*

Сядем мы на самолет

И отправимся в полет.

*(руки вытянуты в стороны, ладони напряжены)*

Мы теперь на корабле,

Нас качает на волне.

*(ладони лодочкой, одна вверх, вторая вниз)*

Едет поезд,

*(ребром ладони двигаем по коленям)*

Колеса стучат.

*(кулачки стучат по коленям)*

В поезде много веселых ребят.

*(подушечками пальцев поочередно нажимаем на колени).*

**«НОВЫЙ ГОД»**

Наступает Новый год!

*(хлопаем в ладоши)*

Дети водят хоровод.

*(кисти сцеплены пальцами, руки вытянуть, кисти внутрь-наружу)*

Висят на елке шарики,

*(поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар)*

Светятся фонарики.

*(фонарики)*

Вот сверкают льдинки,

*(сжимать и резко разжимать кулаки по очереди)*

Кружатся снежинки.

*(легко и плавно двигать кистями)*

В гости дед Мороз идет,

*(пальцы шагают по коленям)*

Всем подарки он несет.

*(трем друг об друга ладони)*

Чтоб подарки посчитать,

Будем пальцы загибать:

*(хлопаем по коленям, одна рука – ладонью, другая кулаком, а затем меняем)*

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

*(по очереди массажируем каждый палец)*

**«Осень»**

Осень, осень,

*(трем ладошки друг о друга)*

Приходи! *(зажимаем кулаки по очереди)*

Осень, осень, *(трем ладошки друг о друга)*

Погляди*! (ладони на щеки)*

Листья желтые кружатся, *(плавное движение ладонями)*

Тихо на землю ложатся. *(ладони гладят по коленям)*

Солнце нас уже не греет, *(сжимаем и разжимаем кулаки по очереди)*

Ветер дует всё сильнее, *(синхронно наклоняем руки в разные стороны)*

К югу полетели птицы, *(«птица» из двух скрещенных рук)*

Дождик к нам в окно стучится. *(барабанить пальцами то по одной, то по другой ладони)*

Шапки, куртки надеваем *(имитируем)*

И ботинки обуваем *(топаем ногами)*

Знаем месяцы*: (ладони стучат по коленям)*

Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь.

*(кулак, ребро, ладонь)*

**«НАЙДИ ЖИВОТНЫХ»**

Мы тихонько в лес зайдём *(пальцы шагают по столу (коленям).*

Что же мы увидим в нем? *(одна ладонь закрывает глаз, вторая ухо (меняем)*

Там деревья подрастают,

К солнцу ветки направляют. *(одна рука «растет» через отверстие, образованное пальцами второй руки, и наоборот)*

Тики-ти, тики-ти, *(два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза – кулаками)*

Животных мы хотим найти. (*одна рука – ребро, вторая рука – кулак (и наоборот)*

Дети по очереди называют диких животных.

По деревне мы шагаем, *(пальцы шагают по столу (коленям).*

Видим будки и сараи*. (одна ладонь закрывает глаз, вторая ухо (меняем)*

Тики-ти, тики-ти, *(два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза – кулаками)*

Животных мы хотим найти*. (одна рука – ребро, вторая рука – кулак (и наоборот)*

Дети по очереди называют домашних животных.

В жарких странах оказались *(пальцы шагают по столу (коленям).*

Очень долго удивлялись*. (одна ладонь закрывает глаз, вторая ухо (меняем)*

Тики-ти, тики-ти, *(два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза – кулаками)*

Животных мы хотим найти*. (одна рука – ребро, вторая рука – кулак (и наоборот)*

Дети по очереди называют животных жарких стран.

**«ГРИБЫ ДА ЯГОДЫ»**

Я в лесу нашёл грибок. Я сорвать его не смог:

*(ладонь одной руки лежит на кулаке другой (меняем)*

Дождь грибочек поливал,

*(пальцы ласково гладят по щекам)*

И грибочек подрастал.

*(руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг)*

Называем грибы.

Ягодка росла в лесу. Я домой ее несу.

*(кулак одной руки лежит на ладони другой (меняем)*

Солнце ягодку согрело,

*(пальцы ласково гладят по щекам)*

Наша ягодка поспела.

*(делаем круги, соединяя по очереди все пальцы с большим, одновременно на двух руках)*

Называем ягоды.

**«ЭТО ЗВЕРИ»**

У зверей четыре лапы.

*(поднимаем и опускаем четыре пальца на обеих руках)*

Когти могут поцарапать.

(*пальцы двигаются как коготки)*

Не лицо у них, а морда.

*(соединить пальцы двух рук, образовав шарик, по очереди разъединить пальцы, опуская их вниз)*

Хвост, усы, а носик мокрый.

*(волнообразные движения рукой – хвост; «рисуем» усы, круговые движения пальцем по кончику носа)*

И, конечно, ушки

*(растираем ладонями уши)*

Только на макушке.

*(массажируем две точки на темени)*