|  |  |
| --- | --- |
| **1.                    «Наши ручки»** Где же наши ручки? Где же наши ручки? Где же, где же наши ручки? Нету наших ручек. Вот, вот наши ручки, Вот наши ручки. | Вытягивают ручки вперед Показывают ручки.    Спрятали ручки за спину Опять показывают ручки. |
| **2.                       «Кулачки»** Кулачки сложили, Кулачками били. Тук-тук! Тук-тук! Тук-тук! | Сложить кулачки обоих рук Бьют кулачками. |
| **3.                          «Очки»** Бабушка очки надела И детишек разглядела. И детишки очки надели Бабушку разглядели. | Колечки подносят к глазам  Дети повторяют действия за воспитателем. |
| **4.                «Дождик, дождик»** Дождик, дождик, Кап да кап, кап… Мокрые дорожки. Все ровно пойду гулять, Пусть промокнут ножки. . | Дети повернули ладошку кверху и  Указательным пальцем имитируют  Капельки дождя и повторяют за взрослым: «Кап..» |
| **5.                       «Пароход»** Пароход плывет по речке, И пыхтит он словно печка: Пых, пых… | Дети обе сложенные ладони поворачивают влево и  вправо, повторяют за взрослым: «Пых..» |
| **6.             «Надоели нам дожди»** Дождик, дождик! Подожди! Надоели нам дожди! Ты по крышам зачастил, Ребятишек разбудил. | Дети по очереди поворачивают ладошки кверху и пальцами другой руки имитируют капельки дождя, повторяя за взрослым: «Кап, кап» |
| **7.          «Ладушки, ладушки»** Ладушки, ладушки, Пекла мама оладушки, Маслом поливала, Деткам давала: «На-на-на» | Дети хлопают в ладошки и повторяют слова: «На-на-на» |
| **8.                     «Рыбки»** Рыбки весело резвятся В чистой тепленькой воде. То сожмутся,  Разожмутся, То зароются в песке. | Имитировать движения в соответствии с текстом, повторяя за взрослым слова текста. |
| **9.        «Ноги ходят по дороге»** Большие ноги Шли по дороге. Топ- топ- топ.. Маленькие ножки Побежали по дорожке Топ- топ- топ. | Четыре пальца правой руки постукивают по левой руке, дети повторяют текст  за взрослыми. |
| **10.          «Еду к деду, еду к бабе»** Еду, еду к бабе, к деду На лошадке В красной шапке, По ровненькой дорожке, На одной ножке Гоп- гоп- гоп… | Дети катают карандаш между ладонями и повторяют слова за взрослыми: «Гоп-гоп-гоп» |
| **11.                  «Катя гуляет»** Раз, два, три, четыре, пять. Собираемся гулять. Завязали Катеньке Шарфик полосатенький. Катя по дорожке идет Топ- топ- топ.. | Дети катают карандаш между ладонями и повторяют слова: «Топ- топ- топ». |
| **12.                              «Белка»** Я – белка в шубке меховой,  Пушистый хвост –  Помощник мой, Он помогает мне скакать Везде успею побывать. Прыг-скок, прыг-скок. | Дети проводят ворсом кисточки по ладошке и повторяю слова за взрослым: «Прыг-скок, прыг-скок» |
| **13. «Пришла весна»** Как на лугу, лугу, По зеленому лугу Разливается вода, Расстилается трава, Расстилается трава, Трава шелковая. | Дети проводят ворсом щетки по наружной кисти от кончиков пальцев до запястья, повторяют за взрослым слова текста. |
| **14.                    «Капустка»** Мы капустку рубим, рубим, Мы капустку солим, солим Мы капустку трем, трем Мы капустку жмем, жмем. | Движения ладонями вверх, вниз. поглаживание подушечек пальцев. потираем кулачок о кулачок. сжимаем и разжимаем кулачки. |
| **15.                    «Лошадки»** По дороге белой, гладкой Скачут пальцы как лошадки Чок-чок-чок. Чок- чок-чок. Скачет резвый табунок | Пальцы скачут по столу, повторяя текст за взрослым:  «чок-чок , чок-чок» |
| **16.          «Хоровод среди цветов»** Хоровод среди цветов, Вокруг розовых кустов. Среди трав и цветов Водим, водим хоровод. | У ребенка в ладошках грецкий орех,  круговыми движениями кистей ребенок выполняет движения за взрослыми и повторяет слова текста. |
| **17.                «Колокольчики»** Динь-динь, динь-динь Дни подряд Колокольчики звенят. Динт-динь, динь- динь. | У ребенка в ладонях грецкий орех. Круговыми движениями кистей рук ребенок выполняет движения за взрослыми и повторяет слова текста. |
| **18.       «Будем пальчики считать»** Раз, два, три, четыре, пять Будем пальчики считать. Крепкие и дружные Все такие нужные. На другой руке опять Пальчики быстрые Хотя не очень чистые. | Дети загибают пальчики на левой руке.  Сжимают и разгибают кулачки.  Дети загибают пальчики на правой руке. Сжимают и разгибают кулачки. |
|  | |
| **19.      «Этот пальчик хочет спать»** Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик лег в кровать, Этот пальчик чуть вздремнул, Этот пальчик уж уснул, Этот пальчик крепко спит Тише дети не шумите, Пальчики не разбудите. | Дети загибают пальчики, начиная с мизинца. |
| **20.            «Дружат наши дети»** Дружат наши дети Девочки и мальчики. Мы с тобой  подружим Маленькие пальчики. | Дети загибают пальчики, начиная с мизинца. |
| **21.                   «Моя семья»** Этот пальчик – дедушка. Этот пальчик – бабушка. Этот пальчик – папочка. Этот пальчик – мамочка. Этот пальчик – я, Вот и вся моя семья. | По ходу чтения, загибается на ручке ребенка  пальчик, начиная с большого пальчика. |
| **22.                    «На лужок»** На лужок пришли зайчата, Медвежата, барсучата, Лягушата и енот. На зеленый, на лужок, Приходи и ты,  дружок. | Сгибают пальчики поочередно в кулачок. |
| **23.                        «Зима»** Раз, два, три, четыре, пять Собираемся гулять. Катя саночки везет От крылечка до ворот, А Сережа по дорожке  Девочки и мальчики  Прыгают как зайчики. | Дети по очереди разгибают пальчики, сжатые в кулачок. Дети показывают растопыренные пальцы руки. Провести указательным и средним пальцами по столу. Сложив пальчики «щепоткой», делать бросающие движения. Дети машут кистями рук. |
| **24.             «Зимняя прогулка»** Очень холодно зимой, Но мы пойдем гулять с тобой. Я надену шубку, Я надену шарфик, И еще платок, А потом красивые, Теплые пушистые, Крошки – рукавички На ручки натяну. | Загибают поочередно левой руки, начиная с мизинца. |
| **25.         «На полянке дом стоит»** На поляне дом стоит Путь к нему пока закрыт Мы ворота открываем В этот домик приглашаем. | Сложить ладони домиком, так, чтобы большие пальцы не соприкасались. Большие пальцы опускаются и  соприкасаясь друг с другом. Пальцы по-прежнему под углом, только широко расставлены. |
| **26.       «В детский сад идти пора»** Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик – прыг в кровать, Этот пальчик прикорнул, Этот пальчик уж уснул. Встали пальчики, ура! В детский сад идти пора. | Дети поочередно загибают пальчики руки.    Дети машут кистями рук. |
| **27.                      «Сорока»** Сорока – белобока, Кашу варила Деток кормила. Этому дала, Этому дала. Этому дала. Этому дала. А этому не дала. Ты воды не носил, кашу не варил, тебе нет ничего. | Указательный палец правой руки делает Круговые движения на левой ладони.  Поочередно, загибаем пальцы левой  руки.    Большой палец поднять вверх. |
| **28.           «Из-за леса, из-за гор»** Из-за леса, из-за гор Едет дедушка Егор. Сам на лошадке, Жена на коровке, Дети на телятках, Внуки на козлятках. | Пальчики передвигаются по столу с разным темпом. |
| **29.  «В гости к большому пальчику»** В гости к пальчику большому Приходили прямо к дому Указательный и средний, Безымянный и последний, Сам мизинчик-малышок Постучался на порог.  Вместе пальчики – друзья, Друг без друга нам нельзя | Поднять вверх большой пальчик  Соединить вместе пальцы, которые перечисляются. Сжать пальцы обеих рук и постучать друг об друга.  Ритмично сжимать и разжимать кулак. |
| **30.            «Мальчик-пальчик»** Мальчик – пальчик, где ты был? С этим братцем в лес ходил, С этим братцем щи варил, С этим братцем песни пел. | На первую строку показать большие пальцы обеих рук и соединить их. Затем поочередно загибать пальцы рук. |
| **31.                       «Белка»** Сидит белка на тележке, Раздает она орешки. Лисичке – сестричке, Воробью, синичке,  Мишке толстопятому, Заиньке усатому. | Пальчик с лисичкой кланяется Пальчик с воробышком кланяется Пальчик с синичкой кланяется Пальчик с мишкой кланяется Пальчик с зайчиком кланяется. |
| **32.               «Улитка, улитка»** Улитка, улитка! Дам кусочек пирога, Пышки Ватрушки, Сдобные лепешки,  Покажи свои рога, Высуни рожки. | Сжать все пальчики в кулак. Разжать пальчики, перевернуть руку ладонью вверх. Загибается мизинец. Загибается средний палец. Загибается безымянный палец. Загибается указательный палец. Все пальчики согнуты, появляются указательный и мизинец «рожки» улитки. |
| **33.                   «Человечки»** Побежали вдоль реки, Дети на перегонки. Побежали, побежали Никого мы не догнали. | Пальцы сначала одной руки бегут  по поверхности стола, потом пальцы другой руки бегут по столу. |
| **34.                       «Утята»** Ты утенок, не пищи, Лучше маму поищи. | Сжимать в кулачки и разжимать пальцы одновременно  обеих рук. |
| **35.                  «Наш малыш»** Этот пальчик – дедушка, Этот пальчик – бабушка, Этот пальчик – папочка, Этот пальчик – мамочка, Этот пальчик – наш малыш. | Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их начиная с большого. |
| **36.        «Встали наши пальчики»** Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик – прыг в кровать! Этот пальчик прикорнул, Этот пальчик уж зевнул. Тише, пальчик, не шуми, Братиков не разбуди. Встали пальчики. Ура! В детский сад идти пора. | Поочередно пригибать пальцы, к ладошке начиная с мизинца.  Остался один большой палец.    Кулачок разжать, широко расставить пальцы в стороны. |
| **37.             «Полетели птички»** Полетели птички, Птички-невелички. Сели птички. Посидели. Опять полетели. | Пальцы переплетены, ладони сжаты.  Поднимать и опускать пальцы в соответствии с ритмом стиха. |
| **38.         «Повстречал ежонка еж»** Повстречал ежонка еж: «Здравствуй, братец, как живешь? | Кончиком большого пальца поочередно касаться кончиком указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. |
| **39.                    «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 загибать пальцы, начиная с большого пальца.      Энергично шевелить пальцами. |
| **40.                        «Ежик»** Ежик топал по дорожке И грибочки нес в лукошке. Чтобы грибочки сосчитать, Нужно пальцы сосчитать**.** | Дети загибают по очереди пальцы сначала на левой руке, потом на правой руке. В конце упражнения руки у них должны быть сжаты в кулачки. |
| **41.          «Две веселые лягушки»** Две веселые лягушки Ни минуты не сидят, Ловко прыгают подружки,  Только брызги вверх летят. | Дети сжимают руки  в кулачки и кладут их на стол пальцами вниз. Резко разжимают пальцы (руки как бы подпрыгивают над столом) и кладут ладони на стол. Затем резко сжимают кулачки и опять кладут их на стол. |
| **42.** Дружно пальчики сгибаем, Крепко кулачки сжимаем. Раз, два, три, четыре, пять –  Начинаем разгибать. | Дети сжимают пальцы в кулачки, а затем расслабляют их и разжимают. |
| **43.                    «Пальчики»** Кто из пальчиков ловчее? Ручку кто держать умеет? Пальцы дружно отвечают,  Головами все кивают. | Дети сгибают руки в локтях, держат кисти рук перед лицом, сгибают и разгибают одновременно, не сжимая их в кулачки. |
| **44.           «Мы рисуем бегемота**» Мы рисуем бегемота. Кто желает поработать? Каждый палец рвется в бой  И кивает головой. | Дети сгибают руки в локтях, Держат кисти перед лицом, сгибают и разгибают пальцы по очереди, начиная  С большого пальца правой руки. |
| **45.     «Пальцы в гости приходили»** Пальцы в гости приходили, «Тук, тук, тук – стучались в дверь. Только дверь им не открыли: Думали, что страшный зверь. | Дети постукивают по столу подушечками всех десяти пальцев одновременно. |
| **46.                        «Дятел»** Вдруг в лесу раздался стук. Это дятел долбит сук. Он деревья не калечит, Он деревья клювом лечит. | Дети постукивают по столу подушечкой указательного пальца правой руки. Затем то же самое проделывают левой рукой. |
| 47. Вася, Петя, Миша, Боря Сели рядом на заборе. Малыши сидят, мечтают, Вместе  ножками качают. | Упражнение выполняют стоя. Дети немного приподнимают  руки, Так что кисти смотрят вниз, и начинают активно «качать» восемью пальчиками  (без больших). |
| **48.                      «Зайчата»** Вот встречаются зайчата. Как согреться нам, ребята? Чтобы побыстрей согреться, Надо спинками тереться. | Дети трут тыльные стороны ладоней друг о друга. |
| **49.                      «Карась»** В парке есть глубокий пруд. Караси в пруду живут. Чтобы стаю нам догнать, Нужно хвостиком махать. | Дети вытягивают ладони и качают запястьями вправо – влево. |
| **50.               С добрым утром!** С добрым утром, глазки. Вы проснулись? С добрым утром, ушки. Вы проснулись? С добрым утром, ручки. Вы проснулись? С добрым утром, ножки. Вы проснулись? С добрым утром, солнце. Мы проснулись! | Дети поглаживают глазки, смотрят в бинокль. Прикладывают ладони к ушкам.  Поглаживают, кисти рук, хлопают в ладоши. Поглаживают ножки, притопывают.  Руки протягивают к солнцу и улыбаются. |
| **51.                  «Раз, два, три»** Раз, два, три, четыре, пять Будем пальчики считать Все они умелые Дружные и смелые.  На другой руке опять Будем пальчики считать Все они умелые  Дружные и смелые.  Раз, два, три, четыре, пять. Стали ручки танцевать. | Раскрывают поочередно пальчики правой руки, шевелят пальчиками. Сжимают и разжимают кулачки.    Раскрывают поочередно пальчики левой руки, шевелят пальчиками. |
| **52.** Раз, два, три, четыре, пять Начинаем мы играть. Этот пальчик – хитроносик, Этот котик – вытриносик, Этот ежик – ворчунишка, Этот  мишка – потоптышка, Этот зайчик – побегайка, С другой ручки начинай-ка. | Загибают поочередно пальчики правой и левой руки. |
| **53.              «Веселые мышата»** В домике у Миши Веселые мыши Скачут и играют Горюшка не знают. Только Миша за порог, Шасть по норкам и молчок. | Взрослый щекочет ладошку, затем отдергивает. |
| **54.         «Скорее, мышка, домой»** Это мышка-норушка, А это ее избушка Скорее мышка домой И дверь за собой закрой. | Взрослый шагает двумя пальчиками по руке малыша, щекочет под мышкой, потом под подбородком. Все дети обычно опускают голову, стараются зажать пальцы. |
| **55.             «Пальчик ест кашу»** Этот пальчик воду носит. Этот пальчик сыплет просо. Этот пальчик кашу варит. Этот пальчик кашу ставит. А этот пальчик ест да хвалит. Он ел, оттого и потолстел. | Поочередно загибаем пальчики, начиная с мизинчика. |
| **56.** Утро настало. Солнышко встало. -Эй, братец Федя Разбуди соседей. - Вставай, Большак! - Вставай, Указка! - Вставай, середка! - и крошка Митрошка! Привет, Ладошка. Все потянулись и проснулись. | Поочередно загибаем пальчики левой и правой руки. |
| **57.** Раз, два, три, четыре. Кто живет в моей квартире? Раз, два, три, четыре, пять Всех могу я сосчитать. Папа, мама, брат, сестренка, Кошка Мурка, два котенка, Мой щенок, щегол и я –  Вот и вся моя семья! | Поочередно загибаем пальчики левой и правой руки. |
| **58.              «Пять пальчиков»** У детишек – шалунишек, Девочек и мальчиков, Знаем мы, на каждой ручке Пять веселых пальчиков. Раз, два, три, четыре, пять. | Дети показывают ладони, покачивают запястьями влево - вправо.  Поочередно загибают пальчики. |
| **59.«Пальцы – дружная семья»** Пальцы – дружная семья, Друг без друга им нельзя. Вот большой! А это – средний, Безымянный и последний –  Наш мизинец, малышок! У-у-у! указательный забыли. Будем их соединять И движения выполнять..  Мы рога козы покажем    И  рога оленя даже..    Мы про зайку не забудем –  Ушками водить мы будем.    Чтобы четко говорить, Надо с пальчиками дружить**!** | Сжимаем пальцы каждой руки в кулачки и разжимаем их. Поочередно поднимаем пальцы обеих рук кверху. Каждый палец руки присоединяем поочередно к большому.    Поиграем пальчиками. Выдвигаем указательный и мизинец вперед, загибая остальные пальцы, затем рога поднимаем к голове. Широко раздвигаем пальцы обеих , скрестив руки, поднимаем ветвистые рога к голове.  Выдвигаем вперед указательные и средние пальцы обеих рук, поднимаем к голове. Двигаем пальцы, наклоняем их вперед, а потом сжимаем пальцы в кулачки и разжимаем. Каждый палец руки поочередно Присоединяем к большому. |
| **60.** Пошли пальчики гулять,    А вторые догонять,  Третьи пальчики бегом,  А четвертые пешком,  Пятый пальчик поскакал, И в конце пути упал. | Пальчики сжаты в кулаки, большие опущены вниз и прыжками двигаются по столу. Ритмичные движения указательными пальцами. Движения средних пальцев в быстром темпе. Медленное движение пальцев безымянных. Имитир. Прыжки мизинцами. Хлопок руками по столу. |
| **61.                   «Замок»** На двери висел замок  Кто открыть его бы мог?  Покрутили.  Постучали  И открыли. | Ритмичные  быстрые соединения пальцев двух рук в замок. Пальцы в замке, руки тянутся в разные стороны. Движения сцепленными пальцами от себя, к себе. Пальцы сцеплены, основания ладоней стучат. Пальцы расцепляются, ладони в сторону. |
| **62.                    «Апельсин»** Мы делили апельсин Апельсин всего один. Это долька для кота, Это долька для ежа, Это долька для улитки, Это долька для чижа, Ну а волку – кожура. | Начиная с мизинца, загибать попеременно все пальцы. |
| **63.                      «Прятки»** В прядки пальчики играли И головки убирали. Вот так, вот так, Так головкиубирали. | Сжимание и разжимание пальцев. |

**КАРТОТЕКА**

**ПАЛЬЧИКОЙ ГИМНАСТИКИ**