**Пальчиковая гимнастика. Игровые упражнения.**

**«Семья»**

Как у нас семья
Большая да веселая (топают в ладоши и ударяют кулачок об кулачок попеременно)
Два у лавки стоят, (Загибают большие пальцы)
Два учиться хотят. (Загибают указательные пальцы)
Два Степана сметаны объедаются. (Загибают средние пальцы)
Две Дашки у кашки питаются. (Загибают безымянные пальцы)
Две Ульки в люльке качаются. (Загибают мизинцы)

**«Зима»**

Раз, два, три, четыре, пять, (Загибать пальчики по одному)
Мы во двор пришли гулять.
Бабу снежную лепили. (Имитировать лепку комков)
Птичек крошками кормили, (Крошить хлебушек всеми пальчиками)
С горки мы потом катались. (Вести указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)
А еще в снегу валялись. (Класть ладошки на стол то одной, то другой стороной)
Все в снегу домой пришли, (Отряхивать ладошки)
Съели суп и спать легли. (Производить движения воображаемой ложкой, положить руки под щеку)

**«Новый год»**

Перед нами ёлочка, (показывают «ёлочку»: руки, согнутые в локтях, перед собой; пальцы рук переплетены, большие пальцы, поднятые вверх, - верхушка «ёлочки»)
Шишечки, иголочки, (показывают «шишечки» - сжатые кулачки и «иголочки» - растопыренные пальцы)
Шарики, фонарики, (показывают «шарики»: ладошка – «полуковшик» со слегка раздвинутыми пальцами обращена вверх; «фонарики»: так же сложенные ладошки обращены вниз)
Зайчики и свечки, (показывают «зайчиков» - кулачки с поднятыми указательным и средним пальцами; «свечки» - сложенные ладони со сведёнными пальцами)
Звёзды, человечки (показывают «звёзды» - сложенные ладошки с растопыренными пальцами; «человечков» - положение «ушки» вниз)

**«Продукты питания»**

Мышка зёрнышко нашла, и на мельницу снесла.
Намолола там муки, испекла всем пирожки:
Мышонку – с капустой,
Мышонку – с картошкой,
Мышонку – с морковкой,
Мышонку – с морошкой.
Для большого толстячка –
Аж четыре пирожка:
С капустой, с картошкой, с морковкой, с морошкой.

**«Повар»**Повар готовил обед, (Ребром ладони дети стучат по столу)
А тут отключили свет.
Повар леща берет (Загибают большие пальцы)
И опускает в компот.
Бросает в котел поленья, (Загибают средние пальцы)
Угли бьет поварёшкой. (Загибают безымянные пальцы)
Сахар сыплет в бульон. (Загибают мизинец)
И очень доволен он. (Разводят руками)

**«Ягоды»**

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.

**«Ягодки»**

Здравствуй, полянка большая!
Здравствуй, трава – мурава!
Здравствуй, ягодка лесная!
Ты поспела и вкусна.
Мы корзиночку несём –
Всю тебя мы соберём. Пальцы правой руки здороваются с пальцами левой, похлопывая друг друга кончиками.

**«Дружба»**

Дружат в нашей группе (пальцы рук соединяют
Девочки и мальчики. в замок)
Мы с тобой подружим
Маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять (пальцы с мизинчика поочередно
Начинаем мы считать. соединяют друг с другом)
Раз, два, три, четыре, пять
Мы закончили считать (руки вниз, встряхивают кистями)

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 им нельзя.

**«Насекомые»**

Прилетела к нам вчера (машут ладошками
Полосатая пчела. на каждое название насекомого)
А за нею шмель-шмелек (загибают пальчик)
И веселый мотылек,
Два жука и стрекоза,
Как фонарики глаза. (делают кружочки из пальчиков)
Пожужжали, полетали, ( подносят к глазам)
От усталости упали. (опускают руки вниз)

**2. Физминутки**

**«Лошадка»**

Я люблю свою лошадку, *(скачут на воображаемой лошадке)*

Причешу ей шерстку гладко, *(поглаживающие движения сверху вниз по туловищу)*

Гребешком приглажу хвостик *(«гладят хвостик»)*

И верхом поеду в гости. *(скачут на воображаемой лошадке)*

**«Осень»**

Туча небо кроет,

Солнце не блестит, *(взмахи руками над головой)*

Ветер в поле воет, *(изображают рупор)*

Дождик моросит. *(взмахи руками перед собой)*

Воды зашумели

Быстрого ручья, *(топают ногами на месте)*

Птички улетели

В тёплые края. *(изображают улетающих птичек)*

**«Огород»**

Огород у нас в порядке –

Мы весной вскопали грядки.

Мы пололи огород,

Поливали огород. *(действия по тексту)*

В лунках маленьких не густо,

Рассадили мы капусту. *(сажают)*

Лето всё она толстела, *(показывают руками круг перед собой)*

Разрасталась вширь и ввысь. *(руки в стороны, а затем вверх)*

А теперь ей тесно белой, *(руки разведены в стороны)*

Говорит – посторонись! *(отталкивающие движения руками)*

**«Яблоня»**

В саду фруктовом яблоня *(машут руками над головой)*

Посажена была. *(сажают яблоню)*

Она цветами белыми *(руки подняты вверх, ладони изображают нераспустившийся цветок)*

Весною расцвела. *(«цветок» распускает лепестки)*

Следил наш старый дедушка,

Известный садовод,  *(изображают старого дедушку с палочкой)*

Чтоб наливала яблоня *(машут руками над головой)*

Румяный сладкий плод. *(пощипывают щёки)*

**«Осень»**

Опустел скворечник,

Улетели птицы, *(машут руками, как крыльями)*

Листьям на деревьях

Тоже не сидится. *(приседают)*

Целый день сегодня

Всё летят, летят… *(встают, идут по кругу и машут руками)*

Видно, тоже в Африку

Улететь хотят. *(бегут по кругу)*

**«Давай дружок»**

Давай, дружок, смелей, дружок,

Кати по снегу свой снежок.*(дети идут по кругу друг за другом, изображая, что катят перед собой снежок)*

Он превратится в толстый ком, *(останавливаются, «рисуют» двумя руками ком)*

И станет ком снеговиком. *(«рисуют» снеговика из трёх кругов разного размера)*

Его улыбка так светла! *(показывают руками на лице улыбку)*

Два глаза, шляпа, нос, метла. *(показывают глаза, прикрывают голову ладошкой, показывают нос, встают прямо, держат воображаемую метлу)*

**Ждут красавицу колючую** *(«рисуют» руками ёлочку)*

В каждом доме в декабре. *(«дом»)*

На ветвях зажгут фонарики, *(«фонарики»)*

Искры брызнут в серебре. (*руки над головой, пальцы оттопырены)*

Сразу станет в доме празднично,

Закружится хоровод. *(берутся за руки и становятся в хоровод)*

Дед Мороз спешит с подарками –

Наступает Новый год. *(идут по кругу с воображаемым мешком за плечами)*

**«Теплоход»**

От зелёного причала

Оттолкнулся теплоход. *(шаг вперёд, руки опущены)*

Раз, два –

Он  назад шагнул сначала. *(два шага назад)*

А потом шагнул вперёд –

Раз, два. *(два шага вперёд)*

И поплыл, поплыл по речке,

Набирая полный ход. *(руки вытянуты вперёд и сомкнуты – это «нос» теплохода; движения по кругу мелкими шажками)*

**«Краски весны»**

Снова нет ручьям покоя –

День и ночь журчат в кустах. *(бегут по кругу друг за другом)*

Ходит солнце золотое

В чистых-чистых небесах. *(спокойно идут друг за другом)*

Льёт лучи на лес и луг *(приседают – встают)*

И на все цветы вокруг. *(«цветок» над головой)*

**«Самолёт»**

Руки в стороны – в полёт

Отправляем самолёт. *(дети бегут на носочках по кругу, расставив руки в стороны)*

Правое крыло вперёд, *(поворот через правое плечо)*

Левое крыло вперёд –  *(поворот через левое плечо)*

Полетел наш самолёт. *(бегут по кругу, расставив руки в стороны)*