

## Пальчиковая гимнастика



### Предлагаю вашему вниманию пальчиковые игры

Постелили скатерть мы  
Блюдец с чашкой ставим,  
Салфеточку, тарелочку,  
Вилочку и хлебницу.  
Аппетита пожелаем  
И с улыбкой все съедаем.

*взмах двумя руками  
на ладонь ставим кулачок  
ладони вместе  
«вилочка», «тарелочка»*

*руками показать улыбку*

Мыло в руки мы берем  
Ладонь о ладонь трем  
Щеки, шею не забудем  
Чистыми всегда мы будем.

*движения по тексту*

Ты проснулся? Потянись!  
На бочок перевернись.  
Глазки ты свои открой:  
«С добрым утром, дорогой!»

*руки развести в стороны, потянуться  
руки вместе в замок, повернуть  
сжимать и разжимать пальцы  
«фонарики»*

На прогулку мы идем  
Дружно песенку поем  
Мы сегодня наблюдаем,  
Как воробышки летают.

*пальцы «идут» по столу  
ладони раскрыв. и соединяются  
ладонь ко лбу  
помахать руками*

Город строим из песка  
Башня издали видна  
Будет город из песка  
Возвышаться до утра.

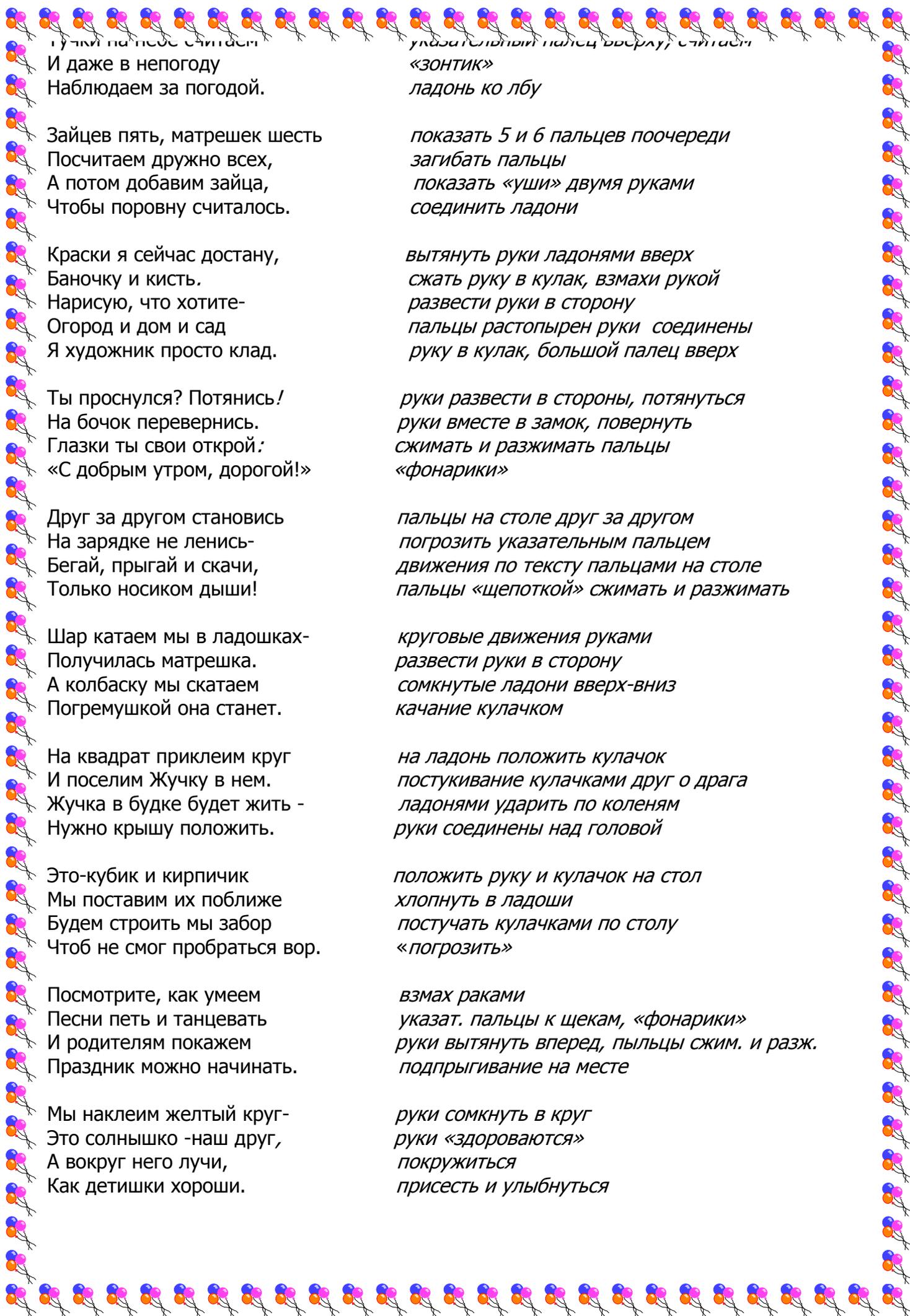
*ладонь ложиться на ладонь  
ладонь ко лбу  
ладонь ложиться на ладонь  
руки вверх*

Убираем мы листву  
В помощь мы возьмем метлу  
Ведерки и грабли  
Молодцы мы. Правда?

*волнообразные движения руками  
качание руками влево-вправо  
руки в форме цветка, пальцы растопырены  
поглаживание головы руками*

За погодой наблюдаем

*ладонь ко лбу*



ушки на носе считаем

И даже в непогоду  
Наблюдаем за погодой.

указательный палец вверх, считаем

«ЗОНТИК»  
ладонь ко лбу

Зайцев пять, матрешек шесть  
Посчитаем дружно всех,  
А потом добавим зайца,  
Чтобы поровну считалось.

показать 5 и 6 пальцев поочередно  
загибать пальцы  
показать «уши» двумя руками  
соединить ладони

Краски я сейчас достану,  
Баночку и кисть.  
Нарисую, что хотите-  
Огород и дом и сад  
Я художник просто клад.

вытянуть руки ладонями вверх  
сжать руку в кулак, взмахи рукой  
развести руки в сторону  
пальцы растопырен руки соединены  
руку в кулак, большой палец вверх

Ты проснулся? Потянись!  
На бочок перевернись.  
Глазки ты свои открой:  
«С добрым утром, дорогой!»

руки развести в стороны, потянуться  
руки вместе в замок, повернуть  
сжимать и разжимать пальцы  
«фонарики»

Друг за другом становись  
На зарядке не ленись-  
Бегай, прыгай и скачи,  
Только носиком дыши!

пальцы на столе друг за другом  
погрозить указательным пальцем  
движения по тексту пальцами на столе  
пальцы «щепоткой» сжимать и разжимать

Шар катаем мы в ладошках-  
Получилась матрешка.  
А колбаску мы скатаем  
Погремушкой она станет.

круговые движения руками  
развести руки в сторону  
сомкнутые ладони вверх-вниз  
качание кулачком

На квадрат приклеим круг  
И поселим Жучку в нем.  
Жучка в будке будет жить -  
Нужно крышу положить.

на ладонь положить кулачок  
постукивание кулачками друг о друга  
ладонями ударить по коленям  
руки соединены над головой

Это-кубик и кирпичик  
Мы поставим их поближе  
Будем строить мы забор  
Чтоб не смог пробраться вор.

положить руку и кулачок на стол  
хлопнуть в ладоши  
постучать кулачками по столу  
«погрозить»

Посмотрите, как умеем  
Песни петь и танцевать  
И родителям покажем  
Праздник можно начинать.

взмах руками  
указат. пальцы к щекам, «фонарики»  
руки вытянуть вперед, пальцы сжим. и разж.  
подпрыгивание на месте

Мы наклеим желтый круг-  
Это солнышко -наш друг,  
А вокруг него лучи,  
Как детишки хороши.

руки сомкнуть в круг  
руки «здороваются»  
покружиться  
присесть и улыбнуться

