ГАСУСО НСО «ОБСКОЙ ПНИ»

ПЛАН ЗАНЯТИЙ

В РАМКАХ АДАПТИВНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

«Пальчиковая гимнастика для всех»

О.С. Шапошникова

Обь

**Пояснительная записка**

**«Пальчиковая гимнастика для всех»**

Давно доказано, что тренировка тонких движений пальцев  является стимулирующей для общего развития человека и для развития/восстановления речи. Ученые, изучавшие психику, также отмечают большое влияние функций руки на развитие головного мозга.

Значительную роль на коррекцию речевого развития клиентов отделений милосердия Обского интерната оказывает  занятия по развитию мелкой моторики в рамках адаптивной физкультуре. Для их успешного проведения создан тематический план по развитию мелкой моторики посредством пальчиковых упражнений с речевым сопровождением.

Целью работы: достижение результативности в восстановлении речи клиентов, с использованием традиционных  и  нетрадиционных методов и приёмов работы по формированию мелкой моторики.

Практическое применение традиционных и инновационных технологий по развитию мелкой моторики: в режимные моменты, на индивидуальных, групповых занятиях.

**Тематический план кружка пальчиковых игр «Пальчиковая гимнастика для всех».**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц,****д.н.** | **ЛЕКСИЧЕСКАЯ ТЕМА** | ***понедельник*** | ***вторник*** | ***среда*** | ***четверг*** | ***пятница*** |
| **январь** | **1** | ***1.Мой город*** | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **Встреча**Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! | **Солнышко и дождик**Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | **ПОВСТРЕЧАЛИСЬ**Повстречались два котенка: "Мяу-мяу!",Два щенка: "Ав-ав!",Два жеребенка: Иго-го!",Два тигренка: "Ррр!"Два быка: "Муу!".Смотри, какие рога.На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строчку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы. | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! |
| **2** | ***2.МОЯ СЕМЬЯ*** | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Ребята**Все ребята спать пошли. (Показываем девять пальцев. Большой палец загнут.) Только Ваню не нашли. Где же Ваня? Нету Вани. Ищут-ищут – не найдут, Ну а Ваня тут как тут. (Разгибаем и показываем большой палец.) Далее так же ищем указательный палец – Машу, средний палец – Мишу, безымянный палец – Катю, мизинец – Дашу. То же самое показываем на другой руке. Постепенно увеличиваем темп. | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **Встреча**Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. |
| **3** | ***3.ГРИБЫ,ХЛЕБ*** | **Ежик**Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Солнышко и дождик**Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком |
| **4** | ***4.ДАРЫ ОСЕНИ*** | **КАПУСТКА**Мы капустку рубим, рубим,Мы капустку солим, солим,Мы капустку трем, трем,Мы капустку жмём, жмём.Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки. | **Ягоды**По тропинке в лес пойдем. (Два пальца левой руки – человечек – шагает по ладошке правой руки.) Много ягод наберем. Земляничку и клубнику (Щепотью левой руки «отщипываем» кончики пальцев правой по 2 раза.) И бруснику, и чернику. И калинку, и малинку — Все положим мы в корзинку. (Сложенные в щепоть пальцы правой руки опускаем в корзинку – левую ладонь, согнутую «лодочкой».) Повторяем упражнение левой рукой. | **Огород**В землю семена кладем, (Указательным пальцем правой руки дотрагиваемся до левой ладошки.) Их зароем (Слегка царапаем ладошку.) И польем. (Трясем кистью над ладошкой.) Вырастет капуста. (Складываем руки в замок.) Вырастет моркошка. (Ладони прижимаем друг к другу.) Лук, (Вытягиваем по два пальчика на обеих руках.) Петрушка (Скрещиваем руки, растопыриваем пальцы.) И подсолнух, (Растопыриваем пальцы, руки прижимаем друг к другу тыльной стороной, ладони отгибаем.) А еще картошка. (Показали кулачки.) Будет славный урожай, (Большой палец Поскорее собирай! (Пощипываем ладонь.) | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. |
| **Февраль, март** | **5,1** | ***5.ДЕРЕВЬЯ, КУСТЫ, ЛЕС*** | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Капкан**Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Ежик**Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | **Две сороконожки**Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! |
| **2** | ***6.ПЕРЕЛЕТНЫЕ ПТИЦЫ*** | **Паучки**Вот бежит к нам паучок. Наш веселый старичок. (Скругляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок.) А за ним бежит другой: «Поиграть хочу с тобой! (Скругляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим.) Раз, два, три четыре, пять! Тебя буду догонять!» (Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами.) | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **УЛЕЙ**Вот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком |
| **3** | ***7.ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ*** | **Солнышко и дождик**Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | **КАПУСТКА**Мы капустку рубим, рубим,Мы капустку солим, солим,Мы капустку трем, трем,Мы капустку жмём, жмём.Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки. | **Ежик**Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. |
| **4** | ***8.ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ******И ПТИЦЫ*** | **Повстречались два котенка**Повстречались два котенка. (По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки.) Мяу-мяу! Мяу-мяу! (Соприкасаются кончики мизинцев двух рук.) Повстречались два щеночка. (По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки.) Гав-гав! Гав-гав! (Касаются кончики безымянных пальцев двух рук.) Повстречались два козла. (По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки.) Ме- ме-ме! Ме-ме-ме! (Соприкасаются кончики средних пальцев двух рук.)  | **Повстречались два барана.** (По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки.) Бе- бе-бе! Бе-бе-бе! (Соприкасаются кончики указательных пальцев двух рук.) Повстречались два быка. (По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки.) Му-му- му! Му-му-му! (Соприкасаются кончики больших пальцев двух рук.) Эту вкусную траву (Растопыриваем пальцы на двух руках.) Не отдам я никому! (Прячем пальцы под мышками.)  | **Пес**Пес косматый всех кусает, (Обе кисти рук складываем в щепотки. Четыре верхних пальца поднимаются, опускаются, касаясь кончика большого.) Всех царапает и лает. (Пальцы скругляем – это когти. Делаем движения вперед, как будто царапаемся.) Но погладь его немножко– (Правая рука гладит левую.) Станет ласковым, как кошка. | **Кошка**Это – речка, (Волнообразное движение рукой.) Это – мост, (Плавно сгибаем руку.) Это – кошка, (Ставим кисть на четыре пальца.) Это – хвост. (Вытягиваем пятый палец.) Кошка по мосту бежала (Передвигаемся на четырех пальцах по мосту.) И свой хвостик потеряла. (Подгибаем пятый палец.) Где мой хвост? Куда пропал? (Кошка бегает по мосту.) Может, в речку он упал? Тише, кошка, не пищи! Под мостом его ищи. (Кошка залезает под мост.) Снова есть у кошки хвост. (Вытягиваем пятый палец.) Не ходи гулять на мост! (Грозим кошке пальцем.) | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком |
| **Апрель, май** | **1** | ***9.ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ*** | **ЗАЙЦЫ**Скачет зайка косойПод высокой сосной.Под другою соснойСкачет зайка другой.Указательный и средний пальцы правой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить. На вторую строчку - ладонь левой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставить, на третью строчку - ладонь правой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставлены. На последнюю строчку - указательный и средний пальцы левой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить | **Мышки**Правую руку сжимаем в кулачок. Раз, два, три, четыре, пять! Вышли мышки погулять. (Левой рукой разгибаем по одному пальцы на правой руке.) По полянке скачут. (Средний и указательный пальцы левой руки прыгают на раскрытой ладони правой.) Зерна в норке прячут. (Пальцы левой руки скребут по ладони правой.) Раз, два, три, четыре, пять! В норке спрятались опять! (Левой рукой загибаем по одному пальцы на правой руке.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Капкан**Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Ежик**Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! |
| **2** | ***10.ОДЕЖДА, ОБУВЬ,******ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ*** | **Стирка**Мы стираем и стираем, (Трем кулачки друг о друга.) Своей маме помогаем. Полоскаем, полоскаем, (Болтаем руками из стороны в стороны.) Выжимаем, выжимаем. (Вращаем кулачками в противоположные стороны.) А потом белье все вместе (Поднимаем высоко руки.) На веревочку повесим — Мы прищепки прищемили, (Соединяем пальцы, как будто прикрепляем прищепки.) Хорошенько просушили. | **Паучки**Вот бежит к нам паучок. Наш веселый старичок. (Скругляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок.) А за ним бежит другой: «Поиграть хочу с тобой! (Скругляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим.) Раз, два, три четыре, пять! Тебя буду догонять!» (Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами.) | **УЛЕЙ**Вот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Встреча**Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! |
| **3** | ***11.НАРОДНАЯ КУКЛА******И ТРАДИЦИИ*** | **Охотники** По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Паучки**Вот бежит к нам паучок. Наш веселый старичок. (Скругляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок.) А за ним бежит другой: «Поиграть хочу с тобой! (Скругляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим.) Раз, два, три четыре, пять! Тебя буду догонять!» (Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами.) |
| **4** | ***12.Игры и игрушки.*** | **Ежик**Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | **ПРЯТКИ**В прятки пальчики игралиИ головки убирали.Вот так, вот так,И головки убирали.Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: поочередное сгибание пальчика на обеих руках | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Кошка**Это – речка, (Волнообразное движение рукой.) Это – мост, (Плавно сгибаем руку.) Это – кошка, (Ставим кисть на четыре пальца.) Это – хвост. (Вытягиваем пятый палец.) Кошка по мосту бежала (Передвигаемся на четырех пальцах по мосту.) И свой хвостик потеряла. (Подгибаем пятый палец.) Где мой хвост? Куда пропал? (Кошка бегает по мосту.) Может, в речку он упал? Тише, кошка, не пищи! Под мостом его ищи. (Кошка залезает под мост.) Снова есть у кошки хвост. (Вытягиваем пятый палец.) Не ходи гулять на мост! (Грозим кошке пальцем.) | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! |
| **Июнь, июль** | **1** | ***13.МОЙ ДОМ-МЕБЕЛЬ*** | **Часы**Имитируем движения, описанные в стихотворении. Если бьет девятый час, Пальцы моются у нас. Если бьет десятый час, Пальцы в сад идут у нас. Если бьет уж первый час, Пляшут пальчики у нас. Если бьет уж третий час, Пальцы прыгают у нас. Если бьет четвертый час, Пальцы плавают у нас. Если бьет девятый час, Пальцы кушают у нас. Если бьет десятый час, Пальцы спать идут у нас.  | **Дом**Молотками мы стучали, (Имитируем движения.) В доски гвозди забивали. Красили, пилили, Потолок белили. Получился новый дом Вот с таким большим окном. (Описываем руками большую окружность.) Мы по лесенке бежали (Человечек бежит по ступенькам-пальчикам.) И в квартиру постучали. Тук-тук-тук! (Стучим.) | **Замок**Пальцы складываем в замок. Тянем в разные стороны, пытаясь открыть. Дверь закрыта на замок. Чтоб никто открыть не смог. Только ключик покрути – (Вращаем рукой, согнутой в кулачок.) И скорее заходи! (Раскрываем руки в стороны.) Капризная ворона Складываем обе кисти в щепотки – это вороны. – Будешь жучка? – He-а! (Мотает головой.) – А гусеницу? – Не-а! – А бабочку? – Не-а! – А конфетку? – Да! – На-на-на! («Кладем» вороне в рот конфеты.) – Ням-ням-ням! | **Две сороконожки**Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком |
| **2** | ***14.МОЙ ДОМ-******ПОСУДА, ПРОДКУТЫ*** | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Суп**Чтобы вкусный суп сварить, (Выполняем движение – мешаем ложкой суп.) Надо овощи помыть. (Выполняем движение – моем овощи.) А потом порезать ловко (Ребром правой руки «режем» по ладошке левой.) Лук, картошку и морковку. Чтобы вкусный суп сварить, (Выполняем движение – мешаем ложкой суп.) Надо в чан воды налить. (Складываем из правой руки стаканчик и наливаем.) И капусту порубить, (Ребром левой руки рубим ладошку правой.) И немножко посолить. (Выполняем движение– солим.) И еще немножко (С левой ладошки берем по одному горошку.) Положить горошку. Закипела вдруг вода. (Волнообразные движения руками.) Значит, суп сварился? Да! (Киваем.) | **КАПУСТКА**Мы капустку рубим, рубим,Мы капустку солим, солим,Мы капустку трем, трем,Мы капустку жмём, жмём.Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки. | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Репка**Тянет репку дедушка, (Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее.) Тянет репку бабушка, Тянет репку внучка, Тянет репку Жучка,Тянет репку мышка, Мышка-шалунишка. Вытянули репку– (Показываем кулачок.) Гладкую и крепкую! (Гладим кулачок.) |
| **3** | ***15.ПРОФЕССИИ*** | **Мастера**Ножничками режем – (Указательным и средним пальцем на обеих руках показываем, как режем ножницами.) Чик-чик-чик! Часики по стрелочке — Тик-тик-тик! (Сгибаем правую руку в кулак, разгибаем указательный палец и выполняем им круговые движения – это стрелка часов.) Молоточек тукает — Тук-так-так! (Бьем кулаком одной руки о другую.) Если мы работаем, То вот так! (Показываем большой палец на обеих | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком |
| **4** | ***16.ЗИМА*** | **Дорожка**Дорожка – тыльная сторона руки. От сгиба локтя до ладони движется кисть на пальчиках, имитируя походку животных. Вот по узенькой дорожке Медленно крадется кошка. А потом прошелся слон Весом ровно десять тонн. Вот лошадка пробежала. И корова прошагала. Муравьишка пробежал. И зайчишка проскакал. Дворник тут с метлой пришел И дорожку всю подмел. (Правой кистью подметаем дорожку.) | **Мороз**Вот пришел к нам мороз. (Ладошками хлопаем по коленям, изображая шаги.) Щиплет щеки, щиплет нос. (Щиплем щеки и нос.) Ручками помашем, (Машем руками.) Ножками попляшем. (Топаем ногами.) Раз-два-три, раз-два-три, (Имитируем движения при лепке.) Будем мы лепить снежки. Раз-два-три-четыре-пять, (Сжимаем пальчики.) Будем пальчики сжимать. Уходи, мороз седой (Машем рукой.) Да с лохматой бородой! (Приставляем запястья к подбородку, двигаем пальцами.) | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Паучки**Вот бежит к нам паучок. Наш веселый старичок. (Скругляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок.) А за ним бежит другой: «Поиграть хочу с тобой! (Скругляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим.) Раз, два, три четыре, пять! Тебя буду догонять!» (Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами.) |
| **5** | ***17.Новогодний праздник*** | **Встреча**Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **Мороз**Вот пришел к нам мороз. (Ладошками хлопаем по коленям, изображая шаги.) Щиплет щеки, щиплет нос. (Щиплем щеки и нос.) Ручками помашем, (Машем руками.) Ножками попляшем. (Топаем ногами.) Раз-два-три, раз-два-три, (Имитируем движения при лепке.) Будем мы лепить снежки. Раз-два-три-четыре-пять, (Сжимаем пальчики.) Будем пальчики сжимать. Уходи, мороз седой (Машем рукой.) Да с лохматой бородой! (Приставляем запястья к подбородку, двигаем пальцами.) | **Репка**Тянет репку дедушка, (Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее.) Тянет репку бабушка, Тянет репку внучка, Тянет репку Жучка,Тянет репку мышка, Мышка-шалунишка. Вытянули репку– (Показываем кулачок.) Гладкую и крепкую! (Гладим кулачок.) |
| **Август, сентябрь** | **1** | ***18.ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ*** | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Мороз**Вот пришел к нам мороз. (Ладошками хлопаем по коленям, изображая шаги.) Щиплет щеки, щиплет нос. (Щиплем щеки и нос.) Ручками помашем, (Машем руками.) Ножками попляшем. (Топаем ногами.) Раз-два-три, раз-два-три, (Имитируем движения при лепке.) Будем мы лепить снежки. Раз-два-три-четыре-пять, (Сжимаем пальчики.) Будем пальчики сжимать. Уходи, мороз седой (Машем рукой.) Да с лохматой бородой! (Приставляем запястья к подбородку, двигаем пальцами.) | **Пирожки**Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | **Репка**Тянет репку дедушка, (Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее.) Тянет репку бабушка, Тянет репку внучка, Тянет репку Жучка,Тянет репку мышка, Мышка-шалунишка. Вытянули репку– (Показываем кулачок.) Гладкую и крепкую! (Гладим кулачок.) | **УЛЕЙ**Вот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. |
| **2** | ***19.ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ ПОНЯТИЯ*** | **Здравствуй, ручка!** Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | **Солнышко и дождик**Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | **Две сороконожки**Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | **Паучки**Вот бежит к нам паучок. Наш веселый старичок. (Скругляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок.) А за ним бежит другой: «Поиграть хочу с тобой! (Скругляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим.) Раз, два, три четыре, пять! Тебя буду догонять!» (Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами.) | **Мороз**Вот пришел к нам мороз. (Ладошками хлопаем по коленям, изображая шаги.) Щиплет щеки, щиплет нос. (Щиплем щеки и нос.) Ручками помашем, (Машем руками.) Ножками попляшем. (Топаем ногами.) Раз-два-три, раз-два-три, (Имитируем движения при лепке.) Будем мы лепить снежки. Раз-два-три-четыре-пять, (Сжимаем пальчики.) Будем пальчики сжимать. Уходи, мороз седой (Машем рукой.) Да с лохматой бородой! (Приставляем запястья к подбородку, двигаем пальцами.) |
| **3** | ***20.НАРОДЫ МИРА*** | **Путешественники**Кладем ладонь на тыльную сторону другой ладони. Большие пальцы вытягиваем в стороны – выполняем движения, как будто самолет летит. Мы летим на самолете Высоко-высоко! Мы плывем на пароходе (Волнообразные движения рукой.)Далеко-далеко! На ракете мы летим, (Складываем ладони вместе, поднимаем вверх.) Быстро на машине мчим. (Зигзагообразные движения рукой.) А теперь на паровозе (Руки сгибаем в локтях, сжимаем кулаки, вращаем руками.) Чух-чух-чух! Чух-чух-чух! Быстро-быстро мчится поезд, Во весь дух, во весь дух. А теперь мы отдохнем. (Кладем руки на колени.) Завтра снова в путь пойдем. | **МОЯ СЕМЬЯ**Этот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | **Капкан**Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) | **Охотники**По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | **Здравствуй, ручка!**Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) |
| **Ноябрь раль** | **1** | ***21.ЖИВОТНЫЙ МИР СЕВЕРА*** | **Зоопарк**Долго мы шагали — В зоопарк попали! (Ладонями хлопаем по коленям, имитируя шаги.) Слоник нас встречает, (Приставляем ладони к голове – это уши. Киваем.) Головой качает. Крокодил рот открыл– (Поднимаем одну руку вверх, другую опускаем вниз – это пасть.) Кушать хочет крокодил. Обезьянки дразнятся. (Две кисти пред лицом изображают длинный нос, шевелим пальцами. Ах, они проказницы! Из-под камня у ручья (Рука извивается.) Выползает к нам змея. А у маленьких зайчат (Ладошки сверху Ушки серые торчат. | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | Мороз Вот пришел к нам мороз. (Ладошками хлопаем по коленям, изображая шаги.) Щиплет щеки, щиплет нос. (Щиплем щеки и нос.) Ручками помашем, (Машем руками.) Ножками попляшем. (Топаем ногами.) Раз-два-три, раз-два-три, (Имитируем движения при лепке.) Будем мы лепить снежки. Раз-два-три-четыре-пять, (Сжимаем пальчики.) Будем пальчики сжимать. Уходи, мороз седой (Машем рукой.) Да с лохматой бородой! (Приставляем запястья к подбородку, двигаем пальцами.) | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. | Встреча Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! |
| **2** | ***22.ЖИВОТНЫЕ ЖАРКИХ СТРАН*** | ЧЕРЕПАХАВот моя черепаха, она живет в панцире.Она очень любит свой дом.Когда она хочет есть, то высовывает голову.Когда хочет спать, то прячет её обратно.Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно. | Слон К нам пришел огромный слон. (Ставим кисть на четыре пальца – это ноги слона, средний палец вытягиваем вперед – это хобот.) Деткам кланяется он. (Сгибаем средний палец.) Медленно ступает, (Передвигаем четыре пальца друг за другом – слон ходит.) Хобот наклоняет. (Сгибаем средний палец.) Хочет слоник наш поспать. (Кладем кисть.) Положи его в кровать. Одеялом накрывай (Накрываем второй ладонью.) И немножко покачай. (Качаем.) Баю-бай! Баю-бай! Милый слоник, засыпай! | Змеи Две змеи шипят, шипят, (Руки – это змеи, они шипят друг на друга.) Напугать хотят ребят. Плавно извиваются, (Волнообразные движения руками.) Медленно качаются. (Качаем руками из стороны в сторону.) Могут подружиться, (Прижимаем руки друг к другу.) Могут покружиться. (Крутим кистями.) Могут покусаться, (Змеи щиплют друг друга.) Могут приласкаться. (Гладим.) Могут зацепиться, (Одна рука держит другую.) Вместе покружиться. (Волнообразные движения руками.)Прячьтесь, змеи! Еж идет! (Прячем руки под мышки.) | Ежик Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. |
| **3** | ***23.Наша армия.*** | ПАЛЬЧИК-МАЛЬЧИК- Пальчик-мальчик, где ты был?- С этим братцем в лес ходил,С этим братцем щи варил,С этим братцем кашу ел,С этим братцем песни пел.На первую строчку показать большие пальцы на обеих руках. Затем поочередно соединять их с остальными пальцами. | Солдаты Два пальца на каждой руке – человечки. Они маршируют, высоко поднимая «колени». Аты-баты, аты-баты! Мы отважные солдаты! А теперь, ребятки, (Показываем две руки с растопыренными пальцами.) Встали по порядку! Каждого мы знаем. Всех пересчитаем. (Считаем пальцы, загибая их.)Первый, второй, третий, четвертый, пятый, Шестой, седьмой, восьмой, девятый, десятый. | Здравствуй, ручка! Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | Капкан Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. |
| **4** | ***24.ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАНИЕ*** | Фигуры Пальцы мы сложили вдруг. Сразу получился… (Круг.) (Складываем из пальцев круг.) А вот так. Кто угадал? Что получится?… (Овал.) (Складываем из пальцев овал.) Вместе три угла сложили —… (Треугольник получили.) (Складываем из пальцев треугольник.) А потом, потом, потом, Получился у нас… – (Ромб.) (Складываем из пальцев ромб.) Я спросить хочу ребят: – Ну а это что? (Квадрат.) (Складываем из пальцев квадрат.) | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | Луна и звезды Звездочки сияют, (Сжимаем-разжимаем пальцы – это звезды мерцают.) Путь нам освещают. А еще горит луна. (Складываем ладонь полукругом, поднимаем руку вверх– это луна.) Высоко висит она. Тучка выплывает, (Второй ладошкой закрываем луну.) Месяц закрывает. Плачут звезды: где луна? (Звезды мерцают.) Где же спряталась она? Сильный ветер набежал, (Дуем.) Тучку серую прогнал. (Убираем ладошку.) Вновь луна сияет, (Показываем луну.) Путь нам освещает. | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | Пирожки Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! |
| **декабрь** | **1** | ***25.О ЛЮБИМЫХ МАМАХ*** | Цветочек Вот цветочек вырастает. (Медленно поднимаем правую руку, согнутую в кулак.) Лепесточки раскрывает. (Раскрываем кулачок.) Над цветком пчела летит (Левую кисть складываем в щепоть и совершаем круговые движения над правой ладонью.) И тихонечко жужжит, Собирает сладкий сок– (Пощипываем правую ладонь.) Угощайся, мой дружок! | МОЯ СЕМЬЯЭтот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | Пирожки Вот мы тесто замесили, (Сгибаем, разгибаем пальцы.) Мяли, мяли, посолили. (Делаем движения, как будто солим.) Порубили на куски (Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом.) И слепили пирожки. (Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая.) Что за вкусный пирожок! (Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок.) Угощайся, мой дружок! | Здравствуй, ручка! Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. |
| **2** | ***26.Я И МОЕ ЗДОРОВЬЕ*** | ПЯТЬ ПАЛЬЦЕВНа моей руке пять пальцев,Пять хватальцев, пять держальцев.Чтоб строгать и чтоб пилить,Чтобы брать и чтоб дарить.Их не трудно сосчитать:Раз, два, три, четыре, пять!Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках | Здравствуй, ручка! Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | МОЯ СЕМЬЯЭтот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | Репка Тянет репку дедушка, (Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее.) Тянет репку бабушка, Тянет репку внучка, Тянет репку Жучка,Тянет репку мышка, Мышка-шалунишка. Вытянули репку– (Показываем кулачок.) Гладкую и крепкую! (Гладим кулачок.) | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. |
| **3** | ***27.ТРАНСПОРТ*** | Лодочки Лодочки красивые На волнах качаются. (Складываем из ладошек лодочки, качаем.) Лодочки красивые С чайками встречаются. (Руки перекрещиваем. Машем кистями – это чайки.) Начинают волны (Делаем волнообразные движения с большой амплитудой.)В море подниматься. Маленькие чайки (Чайки опускаются вниз.) В лодочки садятся. | ЛОДОЧКАДве ладошки прижмуИ по морю поплыву.Две ладошки, друзья, -Это лодочка моя.Паруса подниму,Синим морем поплыву.А по бурным волнамПлывут рыбки тут и там.На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок. | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. |
| **4** | ***28.ТЕАТР*** | Музыканты Мы на дудочке играли: (Пальчики бегают перед лицом по воображаемой дудочке.) Ду-ду-ду! Ду-ду-ду! Мы на кнопки нажимали: Ду-ду-ду! Ду-ду-ду! А потом на пианино: (Пальчики бегают перед грудью – играем на пианино.) Тра-ля-ля! Тра-ля-ля!Быстро-быстро заиграем: Тра-ля-ля! Тра-ля-ля! А потом на барабане: (Сжимаем руки в кулаки, барабаним перед собой.) Бам-бам-бам! Бам-бам-бам! Громко-громко барабанит Барабан, барабан! Сразу папа прибежал, (Прячем руки за спину.) Барабан у нас отнял.  | Репка Тянет репку дедушка, (Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее.) Тянет репку бабушка, Тянет репку внучка, Тянет репку Жучка,Тянет репку мышка, Мышка-шалунишка. Вытянули репку– (Показываем кулачок.) Гладкую и крепкую! (Гладим кулачок.) | МОЯ СЕМЬЯЭтот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | Ежик Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | Здравствуй, ручка! Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) |
|  | **1** | ***29.ВЕСНА*** | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | Дерево Из-под серых влажных кочек Появился вдруг росточек. (Поднимаем ладони, прижатые друг к другу.) Крошкой не остался, Быстро вверх поднялся. Ветки появились, (Разводим руки в стороны и вверх, растопыриваем пальчики.) Листья распустились. (Разворачиваем ладони наружу.) Ветер завывает, (Дуем на ладони.) Дерево качает. (Качаем руками.) Листья на ветру дрожат, (Трясем ладонями.) Отрываются, кружат. (Крутим кистями.) Листья падают, кружатся. Тихо на траву ложатся. (Кладем руки на колет.) | Ежик Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. |
| **2** | ***30.КНИЖНАЯ НЕДЕЛЯ*** | МЫ РИСОВАЛИМы сегодня рисовали,Наши пальчики устали.Наши пальчики встряхнем,Рисовать опять начнем.Плавно поднять руки перед собой, встряхивать кистями. | МОЯ СЕМЬЯЭтот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | Здравствуй, ручка! Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | Репка Тянет репку дедушка, (Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее.) Тянет репку бабушка, Тянет репку внучка, Тянет репку Жучка,Тянет репку мышка, Мышка-шалунишка. Вытянули репку– (Показываем кулачок.) Гладкую и крепкую! (Гладим кулачок.) | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. |
| **3** | ***31.КОСМОС,******ПЛАНЕТЫ СОЛНЕЧЕОЙ СИСТЕМЫ*** | Луна и звезды Звездочки сияют, (Сжимаем-разжимаем пальцы – это звезды мерцают.) Путь нам освещают. А еще горит луна. (Складываем ладонь полукругом, поднимаем руку вверх– это луна.) Высоко висит она. Тучка выплывает, (Второй ладошкой закрываем луну.) Месяц закрывает. Плачут звезды: где луна? (Звезды мерцают.) Где же спряталась она? Сильный ветер набежал, (Дуем.) Тучку серую прогнал. (Убираем ладошку.) Вновь луна сияет, (Показываем луну.) Путь нам освещает. | Встреча Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! |
| **4** | ***32.Наш дом-Земля.******Перелетные птицы.*** | Шел гусенок по тропинке. Видит: вкусные травинки. (Растопыриваем пальчики.) Ам-ам-ам, ам-ам-ам! (Гусенок щиплет пальчики, как травку.) Никому я их не дам. (Два пальчика – человечек – идут по ноге до колена.) Шел утенок через бор И увидел мухомор. (Показываем мухомор – к кулачку приставляем указательный палец.) «Знаю точно я, друзья: Мухоморы есть нельзя!» | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | Капкан Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) | Луна и звезды Звездочки сияют, (Сжимаем-разжимаем пальцы – это звезды мерцают.) Путь нам освещают. А еще горит луна. (Складываем ладонь полукругом, поднимаем руку вверх– это луна.) Высоко висит она. Тучка выплывает, (Второй ладошкой закрываем луну.) Месяц закрывает. Плачут звезды: где луна? (Звезды мерцают.) Где же спряталась она? Сильный ветер набежал, (Дуем.) Тучку серую прогнал. (Убираем ладошку.) Вновь луна сияет, (Показываем луну.) Путь нам освещает. | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. |
|  | **1** | ***33.ОБЖ. ПДД*** | Охотники По дорожке мы бежали– (Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек.) Бегемота мы поймали. (Хватаем левой рукой большой палец.) По дорожке мы бежали — Крокодила мы поймали. (Хватаем левой рукой указательный палец.) По дорожке мы бежали — И слоненка мы поймали. (Хватаем левой рукой средний палец.) По дорожке мы бежали — Обезьянку мы поймали. (Хватаем левой рукой безымянный палец.) По дорожке мы бежали — Попугайчика поймали. (Хватаем левой рукой мизинец.) Повторяем упражнение левой рукой. | Луна и звезды Звездочки сияют, (Сжимаем-разжимаем пальцы – это звезды мерцают.) Путь нам освещают. А еще горит луна. (Складываем ладонь полукругом, поднимаем руку вверх– это луна.) Высоко висит она. Тучка выплывает, (Второй ладошкой закрываем луну.) Месяц закрывает. Плачут звезды: где луна? (Звезды мерцают.) Где же спряталась она? Сильный ветер набежал, (Дуем.) Тучку серую прогнал. (Убираем ладошку.) Вновь луна сияет, (Показываем луну.) Путь нам освещает. | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. |
| **2** | ***34.День Победы.*** | Солдаты Два пальца на каждой руке – человечки. Они маршируют, высоко поднимая «колени». Аты-баты, аты-баты! Мы отважные солдаты! А теперь, ребятки, (Показываем две руки с растопыренными пальцами.) Встали по порядку! Каждого мы знаем. Всех пересчитаем. (Считаем пальцы, загибая их.)Первый, второй, третий, четвертый, пятый, Шестой, седьмой, восьмой, девятый, десятый. | Встреча Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! | Здравствуй, ручка! Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем правую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем правую руку.) Здравствуй, здравствуй, ручка! Как твои дела? Здравствуй, здравствуй, ручка! Как же ты жила? (Жмем левую руку.) Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (Трясем левую руку.) | Ежик Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | Капкан Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) |
| **3** | ***35.Первоцветы.******Труд людей.*** | Травка Если дождик поливает, Наша травка вырастает. (Пальцы на двух руках постепенно разгибаются.) Если ветер завывает, (Дуем на пальцы.) Нашу травку он качает. (Наклоняем руки с растопыренными пальцами в разные стороны.) Гром гремит и всех пугает, (Стучим кулачками друг об друга.) Нашу травку наклоняет. (Постепенно сгибаем пальцы.) А садовник – чик-чик-чик! (Указательными и средними пальцами изображаем ножницы.) Нашу травку всю постриг! (Показываем кулачки.) | Встреча Показываем разных животных и то, как они говорят. Вот пришли к нам два гуся: Га-га-га! Га-га-га! Вот пришли два попугая: Да-да-да! Да-да-да! Вот пришли к нам два зайчонка: (Шевелим пальцами-ушками.) Раз-два-три! Раз-два-три! Вот пришли к нам две собачки: Посмотри! Посмотри! Две козы к нам прибежали, И друг дружку забодали! | Капкан Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) | МОЯ СЕМЬЯЭтот пальчик - дедушка,Этот пальчик - бабушка,Этот пальчик - папочка,Этот пальчик - мамочка,Этот пальчик - я,Вот и вся моя семья!Поочередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. |
| **4** | ***36.Подводный мир океанов, морей и прудов.*** | РЫБКИРыбки весело резвятсяВ чистой тепленькой воде.То сожмутся, разожмутся,То зароются в песке.Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом. | Дождик Копчиками пальцев стучим по ножкам. Дождик капает из тучки, Дождик каплет на дорожки. Подрастайте, наши ручки! (Гладим руки.) Подрастайте, наши ножки! (Гладим ноги.) Первый скоро подрастет, (Тянем за каждый палец по очереди.) И второй не отстает. Третий подрастает, Четвертый догоняет. Пятый стал совсем большой, Подрастает и шестой. А седьмой, седьмой, седьмой Станет больше, чем восьмой. А потом девятый Станет выше брата. Дождик все сильней, сильней! (Трясем кистями рук.) Наши пальцы все длинней! (Растопыриваем пальцы, поднимаем вверх.) | Ежик Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | Солнышко и дождик Прилетела тучка. (Двигаем ладонь – это тучка.) Спрятались ромашки. (Раскрытые ладошки сжимаем и прячем.) Падают дождинки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на шеках, На носу и на ушах. Выглянуло солнышко, (Поднимаем ладонь с растопыренными пальцами.) Расцвели ромашки. (Поднимаем руки, сжатые в кулачки, раскрываем их.) Прыгают веснушки (Кончиками пальцев касаемся лица.) На детские мордашки: И на лбу, и на щеках, На носу и на ушах. | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! |
| **5** | ***37.Цветущая весна.******Обитатели луга-насекомые*** | УЛЕЙВот маленький улей, где пчелы спрятались,Никто их не увидит.Вот они показались из улья.Одна, две, три, четыре, пять!Ззззз!Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели. | Паучки Вот бежит к нам паучок. Наш веселый старичок. (Скругляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок.) А за ним бежит другой: «Поиграть хочу с тобой! (Скругляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим.) Раз, два, три четыре, пять! Тебя буду догонять!» (Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами.) | Две сороконожки Две сороконожки (Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам.) Бежали по дорожке. А потом кричали: – Купите нам сапожки! Посажу на стульчик (Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок.) Я сороконожку. И на ножку каждую Надену по сапожку. Чтоб по улицам ходить, (Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам.) Громко каблучками бить! | Ежик Очень колются иголки (Растопыренные пальцы правой руки покалывают левую ладонь.) У колючей нашей елки. Ежик по лесу ходил, (Левая кисть встает на пальчики и идет – это еж.) На иголки наступил. (Пальцы правой руки колют ее.) Мы помажем ранку, (Правой рукой гладим левую.) Лапку забинтуем, (Правой рукой вращаем вокруг левой.)А потом, конечно, (Левой рукой вращаем вокруг правой.) Вылечим другую. Будет ежик наш ходить. (Шлепаем ладошками по коленям.) Новы валенки носить! | Капкан Очень хитрый-хитрый пальчик (Два пальчика – человечек – идут по тыльной стороне руки.) Здесь расставил свой капканчик. (Пальцы гладят раскрытую ладошку.) Мышку – хвать! И зайку – хвать! (Ставим указательный палец на ладонь. Пальцы сжимают его. Ставим на ладонь средний палец. Ладонь сжимается и ловит его.) Невозможно убежать! (Пытаемся изо всех сил вытянуть пальцы.) А потом поймал верблюда. (Ловим сразу четыре пальца.) Разве вырвешься отсюда? (Тянем.) Но попался вдруг кабан – (Попалось Разломал он весь капкан! (Раскрываем ладонь.) |

ЛИТЕРАТУРА

1. САВЕЛЬЕВА Е.А. «Пальчиковые и жестовые игры в стихах для дошкольников»- М.: Центр педагогического образования,2011г.
2. ЛИФИЦ Е.А., ЛИФИЦ И.В. «Развитие речи, движение мелкой моторики»- М.: Мозаика –синтез,2011г
3. Е.А.УЛЬЕВА «Пальчиковые игры 4-7 лет»