

## ПАЛЬЧИКОВЫЙ ИГРОТРЕНИНГ

### Утята (а, у, и)

Встали как-то утром в ряд  
Десять маленьких утят.  
Посчитались,  
Удивились,  
На две группы разделились.  
Перышки почистили,  
Головкой повертели,  
Червячка склевали,  
К речке побежали.

*Постепенно, начиная с мизинцев, разжать кулаки.  
Показать десять пальцев.  
Посчитать пальцы.  
Указательным и большим пальцами изобразить раскрытые клювы.  
Руки в стороны, пальцы растопырены.  
Сложенными щепотью пальцами одной руки гладить по очереди, от основания до кончика, пальцы на другой руке.  
Пальцы на обеих руках сложить в виде головок утят, покрутить ими из стороны в сторону.  
Хватательные движения клювами-пальцами.  
Пальцами «пробежаться» по столу.*

### Ириски от киски (а, у, и, ы, о)

В гости к нам явилась киска.  
Всем дает она ириски:  
Мышке, лебедю, жуку.  
Псу, зайчонку, петуху.  
Рады, рады все гостинцам!  
«выбросить» пальцы.  
Это видим мы по лицам.  
Все захлопали в ладошки.  
Побежали в гости к кошке.

*Из пальцев «сделать» «киску».  
Указательным пальцем правой руки «положить» на подушечки пальцев левой руки «ириски».  
Из пальцев «сделать» указанных в тексте «персонажей».  
Из обоих кулаков одновременно и энергично  
Показать раскрытые ладони.  
Хлопать в ладоши.  
Пальцами «пробежаться» по столу.*

### Мышка мыла лапку (ы, а)

Мышка мылом мыла лапку,  
Каждый пальчик по порядку.  
Вот намылила Большой,  
Сполоснув потом водой.  
Не забыла и Указку,  
Смыв с него и грязь,  
И краску.  
Средний мылила усердно  
(самый грязный был, наверно).  
Безымянный терла пастой -  
Кожа сразу стала красной.  
А Мизинчик быстро мыла:  
Очень он боялся мыла!

*Одной рукой «мыть» другую.  
Указательным пальцем дотронуться до каждого пальца другой руки.  
Всеми пальцами сначала правой, а потом  
левой руки «намыливать» большие пальцы.  
То же - с указательными пальцами.  
То же - со средними пальцами.  
То же - с безымянными пальцами.  
Быстро и осторожно «намыливать» мизинцы.*

### Дружная семья (э, а)

- Эх! - вздохнул Большак,-  
Устал!  
Много дров я накидал.  
- Эй! Указка! Просыпайся!  
Быстро в школу собирайся.  
Этак можно все проспять!  
Середняк, кончай зевать!  
Безымянный, марш во двор!  
Повалился наш забор.  
Вам с Мизинчиком - чинить,  
Мне же - кашу вам варить.

*Сжать кулаки, поднять большие пальцы.  
Согнуть большие пальцы.  
Постучать выпрямленными большими пальцами по столу.  
Большими пальцами постучать по указательным.  
Указательные пальцы несколько раз перекрестить друг с другом.  
Махнуть руками.  
Большими пальцами постучать по средним.  
Большими пальцами постучать по безымянным.  
Кистями обеих рук «упасть» на стол.  
Большими пальцами постучать по мизинчикам.  
Большим пальцем правой руки на ладони левой «варить кашу».*

## Наши пальцы (п - б)

Пальцы встали дружно в ряд:  
Десять крепеньких ребят.  
Эти два - всему указки.  
Все покажут без подсказки.  
Пальцы - два середнячка,  
Два здоровых бодрячка.  
Ну, а эти - безымянны,  
Молчуны, всегда упрямы.  
Два мизинца - коротышки,  
Непоседы и плутишки.  
Пальцы главные средь них,-  
Два больших и удалых.

*Показать ладони с выпрямленными пальцами.  
Сжать пальцы в кулаки.  
Показать два указательных пальца.  
Пальцы придерживать большими.  
Показать два средних пальца.  
Пальцы придерживать большими.  
Показать безымянные пальцы. Остальные  
придерживать большими.  
Показать мизинцы. Все остальные пальцы  
придерживать большими пальцами.  
Показать два больших пальца, остальные  
сжать в кулаки.*

## Дом на горе (кг)

На горе мы видим дом  
Много зелени кругом.  
Вот - деревья, вот - кусты.  
Вот - душистые цветы.  
Окружает все забор.  
За забором - чистый двор.  
Мы ворота открываем,  
К дому быстро подбегаем.  
В дверь стучимся:  
«Тук-тук-тук!»  
Кто-то к нам идет на стук...  
В гости к другу мы пришли  
И гостинцы принесли.

*Кистями рук сложить «домик».  
Волнообразные движения кистями рук.  
Руками сделать «деревья», «кусты».  
Пальцами показать «бутон», «распускающийся цветок».  
Пальцами показать «забор».  
Погладить ладонями стол.  
Кистями рук показать «ворота»; «ворота открываются».  
Пальцами «пробежаться» по столу.  
Постучать кулаками по столу.  
  
Ладонь приставить к правому уху, «прислушаться».  
Вытянуть руки вперед, как будто преподнося  
что-то.*

## Угощение гномов (к, г)

Стали гномы гостей  
Приглашать,  
Стали гномы гостей  
Угощать.  
Каждому гостю  
Досталось варенье.  
Пальчики склеило  
То угощение.  
Плотно прижалась  
Ладошка к ладошке.  
Гости не могут  
Взять даже ложки!

*Указательным пальцем правой руки надавливать по очереди  
на подушечки пальцев левой руки.  
  
Затем - наоборот.  
«Намазывать» варенье на кончик каждого пальца.  
  
Последовательно, начиная с большого, «склеить»  
соответствующие пальцы на обеих руках.  
Прижать ладони одна к другой.  
  
Плечи приподнять, руки слегка развести в  
стороны - «удивиться».*

## Чехарда (к, г)

У кошки было пять котят,  
А у гусыни - пять гусят.  
Детишки резвые в саду  
Сыграть решили в чехарду.  
У гусят-то - крылышки,  
У котят - лапки.  
На крылышках-то - перышки,  
На лапочках - царапки.  
Перышки-то - мягкие,  
Легкие пушинки.  
Коготки-то острые  
Больно ранят спинки.

*Показать пять пальцев на правой руке, сделать из них «кошку».  
Показать пять пальцев на левой руке, сделать из них «гуся».  
Кистями рук «перепрыгивать» одна через  
другую несколько раз (на столе).  
Кисти рук скрестить: «Птичка машет крыльями»;  
«Цапки-царапки».  
Пошевелить пальцами обеих рук.  
Показать «цапки-царапки».  
Погладить каждый палец сначала на правой,  
потом на левой руке.  
«Цапками-царапками» поскрести по столешнице.*

## Бойцы-молодцы (г, к, м)

Пальцы эти - все бойцы,  
Удалые молодцы.

*Положить обе руки на стол ладонями вниз. По мере чтения стихотворения над столом приподнимать соответствующие пальцы на обеих руках одновременно, а остальные пальцы крепко прижимать к столу.*

Два - больших и крепких малых  
И солдат в боях бывалых.

*Растопырить пальцы на обеих руках.*

*Сжать пальцы в кулак.*

*Приподнять два больших пальца.*

Два - гвардейца-храбреца,

*Приподнять указательные пальцы.*

Два - сметливых молодца.

*Приподнять средние пальцы.*

Два - героя безымянных,

*Приподнять безымянные пальцы.*

Но в работе очень рьяных!

Два мизинца - коротышки -

*Приподнять мизинцы.*

Очень славные мальчишки!

*Хлопнуть ладонями по столу.*

## Мишки (т, д, ш)

Мама мишек будит рано.

*Пальцами обеих рук изобразить «мишек».*

Не встают они с дивана!

*Удивленно пожать плечами.*

- Эй, Большак! Вставай скорей!

*Встряхнуть большой палец сначала на левой, а затем на правой руке.*

Ждут друзья уж у дверей!

*Указать руками на дверь.*

- Ну, а ты, лентяй Указка,-

*Встряхнуть указательные пальцы.*

У тебя засохла краска!

*Изобразить руками ведро.*

Вы должны с Середняком

*Встряхнуть средние пальцы.*

Побелить амбар и дом.

*Плавные движения кистями рук сверху - вниз, снизу - вверх.*

Безымянный, мой бедняжка!

*Погладить безымянный палец пальцами*

Знаю, болен был ты тяжко.

*Другой руки*

Пожалею я тебя,

*Прижать безымянный палец к ладони и*

Полежи еще два дня.

*Погладить его.*

Ты, Мизинчик-малышок,

*Встряхнуть мизинцы.*

Роста у тебя - вершок!

*Показать, какого «роста» мизинчик.*

Но зато проказ и драк

*Погрозить мизинцу пальцем.*

Сосчитать нельзя никак!

*Сосчитать на пальцах «проказы» мизинчика*

## Листочки (е, л)

Ветер северный подул -

*Подуть на пальцы.*

«С-с-с»,- все листья

*Произнести звук «с-с».*

С липы сдул...

Полетели, закружились

*Ладони обеих рук зигзагами плавно*

И на землю опустились.

*опустить на стол.*

Дождик стал по ним стучать:

*Постучать пальцами по столу.*

«Кап-кап-кап, кап-кап-кап!»

Град по ним заколотил,

*Постучать кулаками по столу.*

Листья все насквозь пробил.

Снег потом припорошил,

*Плавные движения кистями рук вперед -*

назад - вперед...

Одеялом их накрыл.

*Ладони крепко прижать к столу.*

## Зайка (с, з)

Зайка - скок, зайка - скок!

*«Зайка» из пальцев скачет по столу.*

За кусток - и молчок.

*Кисть левой руки - «куст», кисть правой -*

«зайка». Он прячется» за куст.

Из-за кустика выглядывает,

*Показать названные действия руками.*

На ребяташек поглядывает.

Зоя пальчиком грозит,

*Погрозить «зайке» пальцем.*

Зайке спрятаться велит:

«Бродит серый волк в лесу,

*Пальцами правой руки показать «волка».*

Он поймал вчера козу.

*Пальцами левой руки - «козу».*

Та его - рогами в бок!  
Волк отпор ей дать не смог.  
А коза давай бодать,  
По кустам его гонять!  
Волк помчался по дороге,  
И едва унес он ноги!»

*«Коза... бодает» ладонь правой руки.*

*«Коза бодается».*

*Вокруг «кустов» бегают «волк».*

*Пальцами «пробежаться» по столу.*

## **Цыплята (ц)**

Пять цыпляток,

Пять комочков

Во дворе стоят у бочки.

Захотелось им напиться.

Из щелей течет водица.

Возле лужицы

Цыплятки пьют.

У всех озябли лапки.

Вот поджали коготочки,

Побежали греться к квочке.

*Большой и указательный пальцы – «клювик», остальные прижаты к ладони - «головка цыпленка».*

*Все пальцы сжаты в кулак.*

*Пальцами изобразить «бочку».*

*Приоткрыть пальцы - «клювики».*

*Перебирать пальцами, опуская руки сверху вниз, - «струйки воды».*

*Показать, как пьют цыплятки, запрокидывая головки назад.*

*Пальцы дрожат мелкой дрожью.*

*Прижать скрюченные пальцы к ладони.*

*«Пробежаться» пальцами по столу.*

## **Мышка и кошка (ш, ж)**

Мышку кошка обижала,  
пальцами левой - «кошку».

Мышка в норку забежала.  
пальцев левой руки.

Погрозил кошке злой:

«Разберусь еще с тобой!

Станешь чистить свою шубку,

Я с тобой сыграю шутку!

Вылью быстро банку с клеем,

Коготки твои я склею.

Долго в душе будешь мыться,

Но не сможешь ты отмыться!»

*Пальцами правой руки изобразить «мышку»,*

*«Мышка» забегает в «норку», сделанную из*

*Погрозить пальчиком правой руки ~кошке».*

*Обеими руками изобразить движения «Кошка умывается».*

*Хлопнуть ладонями о стол.*

*Пальцами изобразить «банку», наклонить ее.*

*Пальцы на обеих руках «склеились».*

*Потереть каждый палец на обеих руках по очереди.*

## **Женины гости (ж)**

К Жене гости прибежали.

Все друг другу руки жали.

- Здравствуй, Жора!

- Здравствуй, Жанна!

- Рад, Сережа!

- Рад, Снежана!

- Не хотите ль пирожок?

- Может, коржик?

Иль рожок?

Вот драже вам на ладошку.

Все берите понемножку.

С ручек все стряхнули крошки

И захлопали в ладошки.

*Пальцы «бегут» по столу.*

*Рукопожатия. Попеременно то правая, то левая рука сверху.*

*Пальцы по очереди «здороваются» с большими пальцами обеих рук.*

*Из ладоней сложить «пирожок».*

*Показать раскрытые ладошки.*

*Пальцы сложить в виде рожка.*

*Постучать по раскрытой ладони кончиками пальцев другой руки.*

*Двумя пальцами (большим и указательным, большим и средним и т.д.) брать с ладошки «драже».*

*Энергично встряхнуть кистями рук.*

*Похлопать в ладоши.*

## **Овечки (ч)**

У овечек на шубках - колечки.

Те овечки пасутся у речки.

Их пасут две собачки лохматые,

Что виляют хвостами мохнатыми.

А пастух на пригорке у дерева

*Из пальцев по очереди делать «колечки».*

*Пальцами обеих рук изобразить «собак».*

*Кистями рук помахать, как хвостиками.*

*Руками изобразить «гору», затем – «дерево».*

На свирели играет затейливо.  
Быстро бегают ловкие пальчики,  
На полянке цветут одуванчики.  
Колокольчик под ветром колыхнется.  
Нам мелодия чудная слышится.

*Пальцами обеих рук «играть на воображаемой свирели»*

*Обеими руками изобразить «цветок».*

*Покачать из стороны в сторону кистями рук.*

*Кисть правой руки прижать к правому уху, прислушаться.*

## **Щели (щ)**

Вот забор.  
В заборе - щели.  
Пальцы в них  
Пролезть хотели.  
Сунул голову Большой -  
большим и указательным правой.  
Дальше не пройти никак!  
Вслед за ним застрял Указка.  
Середняк хотел - напрасно!  
Безымянный - безуспешно!  
Хоть один прошел? Конечно!  
Щуплый маленький мальчишка,  
Брат Мизинчик, коротышка,  
Весь прошел забор, и вот -  
По двору уже идет.  
Помощь братьям оказал:  
Из щелей их всех достал.

*Пальцы правой руки плотно прижать друг к другу «забор».  
Раздвинуть пальцы.*

*Просунуть большой палец левой руки между*

*Крепко зажать большой палец.*

*Указательный - между указательным и средним.*

*Средний - между средним и безымянным.*

*Безымянный - между безымянным и мизинцем.*

*Мизинец несколько раз согнуть - разогнуть.*

*Помахать мизинцем.*

*Каждый палец по очереди освободить из «плена».*

## **Щука (ч, щ)**

Щука хищная, зубастая,  
Для лещей, плотвы опасная.  
Ищет, чем бы поживиться?  
Кто-то там в воде резвится.  
Чей-то рядом хвост мелькает.  
Хвать! Тут щука не зеваet!  
Но попалась на крючок.  
Тащит щуку рыбакоч.

*Двумя руками изобразить зубастую пасть щуки.*

*«Щука» щелкает «зубами»-пальцами.*

*Две ладони сложить «лодочкой», руками*

*совершать движения, напоминающие движения рыб в воде.*

*Помахать кистями рук, как хвостом.*

*«Пасть» щуки захлопывается.*

*Указательным пальцем изобразить «крючок».*

*Перебирать руками воображаемую леску, тащить из воды «щуку».*

## **Хризантемы (х)**

АХ! Какие хризантемы!  
Мы сорвем их без проблемы.  
УХ! Охапку мы набрали!  
ЭХ! Прихватим и для Вали!  
ЭХЕ-ХЕ... Цветов не стало.  
Их и раньше было мало...  
ОХ! Зачем мы их сгубили?  
Ведь не мы же их растили!

*Пальцами показать, как «цветок распускается».*

*Обеими руками срывать воображаемые цветы.*

*Обеими руками показать «охапку».*

*Махнуть рукой и «рвать» цветы дальше.*

*Удивленно пожать плечами, развести руки в стороны.*

*Прижать к щекам обе руки и горестно*

*покачать головой.*

## **Десять котят (л,р)**

На сельский двор пришли играть  
Десять маленьких котят.  
Один залез в хозяйский дом,  
Уснул на куче там с бельем,  
И их осталось девять.  
Второй пошел на сеновал  
И к мышкам угодил на бал.  
И вот уже их восемь.  
А третий стал ловить гусят.  
Гусь защищал своих ребят.

*Пальцами «шагать» по столу.*

*Показать десять пальцев, затем сделать из них «кошку».*

*Показать один палец. Сделать из пальцев «дом».*

*Ладони под щеку.*

*Показать девять пальцев.*

*Показать два пальца.*

*Пальцами показать, как «мышки танцуют».*

*Показать восемь пальцев.*

*Показать три пальца. Изобразить «гусят».*

*«Гусь» вытягивает шею, щиплется.*

И стало их лишь семь.  
 Четвертый вздумал хвост поймать  
 И стал на лапы все хромать.  
 Котят осталось шесть.  
 Тут пятый прыгнул на забор,  
 Перемахнул в соседний двор.  
 Друзей всего лишь пять.  
 Шестой в кладовочку проник,  
 Но был наказан в тот же миг.  
 Четыре вот уж их.  
 Седьмой пошел искать друзей  
 И заблудился среди полей,  
 Троих оставив в горе...  
 Восьмой гонялся за осой  
 И в бочку угодил с водой.  
 Считаем... Стало двое.  
 Девятый скушал белену.  
 В сон провалился, в пелену,  
 Оставив одного.  
 А тот, задравши хвост трубой,  
 Помчался к мамочке домой,  
 Свалился кубарем в овраг  
 И выбраться не мог никак!  
 ИТАК, ПРОПАЛИ ВСЕ!  
 Вы зря печалитесь, друзья!  
 Под вечер в сборе вся семья.  
 Ведь папа кот и мама кошка  
 Собрали всех котят в лукошко.

*Показать семь пальцев.*  
*Показать четыре пальца.*  
*Пальцы «идут», «хромая», по столу.*  
*Показать шесть пальцев.*  
*Показать пять пальцев. Пальцами изобразить «забор».*  
*Правая рука «перепрыгивает» через левую и «шлепается» на стол.*  
*Показать пять пальцев.*  
*Показать шесть пальцев. Указательным пальцем левой руки «проникнуть» в неплотно сжатый кулак правой.*  
*Щелчок по указательному пальцу.*  
*Показать четыре пальца.*  
*Показать семь пальцев. Пальцы, «петляя», «шагают» по столу.*  
*Показать три пальца.*  
*Показать восемь пальцев.*  
*Из пальцев левой руки изобразить «бочку». Пальцы правой «падают» в «бочку».*  
*Показать два пальца.*  
*Показать девять пальцев.*  
*Ладони под щеку.*  
*Показать один палец.*  
*Ладонь с выпрямленными пальцами на столе - «хвост».*  
*Пальцы «бегут» по столу.*  
*Руками изобразить «моталочку».*  
*Пожать плечами.*  
*Махнуть рукой.*  
*Крепко сжать обе руки.*  
*Пальцами правой руки изобразить «кота», пальцами левой - «кошку».*  
*Сделать «корзиночку-лукошко» из ладоней обеих рук.*

## **Мышки и пышки . (ш, с, ч, л, р)**

Десять очень славных мышек  
 Десять взять решили пышек.  
 Печь горячую открыли,  
 К сковородке подскочили.  
 Лапки все пообжигали.  
 В норку к маме побежали.  
 Стала мама всех лечить,  
 Лапки в масле мочить.  
 Пластырь клеить всем на ранки,  
 А потом давать баранки.

*Показать десять пальцев, затем на обеих руках показать «мышек».*  
*Показать десять пальцев. Ладонями изобразить «пирожок».*  
*Кистью руки показать, как открывается дверца у печи.*  
*Пальцы «бегут» по столу.*  
*Каждый палец по очереди отскакивает от стола.*  
*Неплотно сжатый кулак левой руки - «норка», туда по очереди «забегают» пальцы правой руки, затем - наоборот.*  
*Каждый палец правой руки по очереди крепко прижимается к центру ладони левой руки, затем - наоборот.*  
*Указательным пальцем правой руки «наклеить» на подушечки пальцев левой руки «пластырь», затем - наоборот.*  
*На обеих руках одновременно делать «колечки»: большой - указательный, большой - средний и т. д.*

## **Мак (с, л, р)**

На пригорке вырос мак.  
 Он склонил головку так.  
 Бабочка над ним порхает,  
 Быстро крыльями мелькает.  
 По тугому стебельку  
 Жук ползет: «Что там вверху?»  
 Вот дополз он до цветка,  
 Отогнул два лепестка.  
 Внутри забрался, поворчал,

*Пальцами левой руки сделать «бутон».*  
*«Бутон» наклонить.*  
*Кисти рук перекрестить, помахать, как бабочки крылышками.*  
*Локоть левой руки поставить на стол, рукой изобразить «цветок». Правая рука - «жук», перебегая пальцами-лапками, ползет вверх по руке-стебельку.*  
*Правой рукой отогнуть на левой руке большой и указательный пальцы.*

Круглый домик увидал.

Лапкой в стенку постучал,

Но ответ никто не да.

Облетели лепестки,

Высох домик от жары.

Стал греметь, как погремушка.

Вот так славная игрушка!

*Пальцы правой руки вложить в ладошку левой.*

*Пальцы левой руки сложить щепотью - «коробочка мака».*

*Каждым пальцем правой руки постучать в*

*«коробочку мака».*

*Правой рукой отогнуть пальцы левой руки.*

*Пальцы левой руки сложить щепотью.*

*Пальцы левой руки сжать в кулак, «погреметь»,  
как погремушкой.*