

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №29 «Журавушка»

Пальчиковые гимнастики и стихи с движением.



Подготовила О.Н. Тронза

г. Сургут 2018

«Осень»

Ветер по лесу летал,	<i>Плавные, волнообразные движения ладонями</i>
Ветер листики считал:	
Вот дубовый, Вот кленовый	<i>Загибать по одному пальчику</i>
Вот рябиновый резной,	
Вот с березки – золотой,	
Вот последний лист с осинки	
Ветер бросил на тропинку	<i>Спокойно уложить ладони на стол</i>

«За ягодами»

	<i>Пальчики обеих рук</i>
	<i>«здороваются», начиная с</i>
Раз, два, три, четыре, пять,	<i>больших.</i>
В лес идём мы погулять.	<i>Обе руки «идут»</i>
За черникой, за малиной,	<i>указательными и средними</i>
За брусникой, за калиной.	<i>пальцами по столу.</i>
Землянику мы найдём	<i>Загибают пальчики, начиная</i>
И братишке отнесём.	<i>с большого.</i>

«По ягоды»

Мы шли-шли-шли,	
Землянику нашли.	
Раз, два, три, четыре, пять,	
Мы идём искать опять.	
Мы шли-шли-шли,	
И чернику нашли.	
Раз, два, три, четыре, пять,	
Мы идём искать опять.	<i>Маршируют, руки на поясе.</i>
Мы шли-шли-шли,	<i>Наклонились, правой рукой</i>
И бруснику нашли.	<i>коснулись носка левой ноги, не</i>
Раз, два, три, четыре, пять,	<i>сгибая колен.</i>
Мы идём искать опять.	<i>Маршируют.</i>
И так далее.	<i>Опять наклонились др. рукой.</i>

«У Зиночки в корзиночке»

У девчушки Зиночки	<i>Дети делают ладошки</i>
Овощи в корзиночке:	<i>«корзинкой».</i>
Вот пузатый кабачок	<i>Сгибают пальчики, начиная</i>
Положила на бочок,	<i>с большого.</i>
Перец и морковку	
Уложила ловко,	
Помидор и огурец.	
Наша Зина — молодец!	<i>Показывают большой палец.</i>

«Прятки»

Как-то вечером на грядке	<i>Дети идут по кругу, взявшись за</i>
Репа, свёкла, редька, лук	<i>руки, в центре круга –</i>
Поиграть решили в прятки,	<i>водящий с завязанными глазами.</i>
Но сначала встали в круг.	
Рассчитались четко тут же:	<i>Останавливаются,</i>
Раз, два, три, четыре, пять.	<i>крутят водящего.</i>
Прячься лучше, прячься глубже,	<i>Разбегаются, приседают,</i>
Ну а ты иди искать.	<i>Водящий ищет.</i>

«Хлеб»

Муку в тесто замесили,	<i>Сжимают и разжимают</i>
	<i>пальчики.</i>
А из теста мы слепили:	<i>Прихлопывают ладошками,</i>
	<i>«лепят».</i>
Пирожки и плюшки,	<i>Поочерёдно разгибают</i>
Сдобные ватрушки,	<i>пальчики, начиная с мизинца.</i>
Булочки и калачи –	
Всё мы испечём в печи.	<i>Обе ладошки разворачивают</i>
	<i>вверх.</i>
Очень вкусно!	<i>Гладят живот.</i>

«Хлебопек»

Булка колосом росла,	<i>Дети поднимают руки вверх,</i>
----------------------	-----------------------------------

Зерном под жерновом была,
А в печи её испек

Добрый мастер – хлебопёк!

покачивают ими влево-вправо.

Вып. упр. «Кормление птиц».

*Хлопают одной округлой
ладошкой по другой.*

Вып. упр. «Поднос».

*Поднимают большие пальцы
рук.*

«Пальчики»

В гости к пальчику
большому
Приходили прямо к дому:
Указательный и средний,
Безымянный и последний.

Сам мизинчик-малышок

Постучался на порог.
Вместе пальчики — друзья,
Друг без друга им нельзя.

*Выставляют вверх большие
пальцы обеих рук.*

*Поочерёдно называемые
пальцы соединяют с
большими на обеих руках
одновременно.*

*Пальцы сжаты в кулак,
вверх выставляются только
мизинцы.*

*Кулаки стучат друг о друга.
Ритмичное сжатие
пальцев в кулаки.*

«Ласточки»

Ласточки летели,
Все люди глядели.
Ласточки садились,
Все люди дивились.

Сели, посидели.
Взвились, полетели.
Полетели, полетели.
Песенки запели.

*Бегут по кругу, машут
руками,
изображают полёт птиц.
Приседают, руки опускают
за
спиной, как бы складывают
крылья.*

*Бегут по кругу, взмахивают
руками.*

«В лесу»

— Мальчик с пальчик,

Четыре раза сгибаем большой

Где ты был?
— Долго по лесу бродил!

Встретил я медведя, волка,
Зайку, ёжика в иголках.
Встретил белочку, синичку.
Встретил лося и лисичку.
Всем подарки подарил,
Всяк меня благодарил.

«Кролик»

Маленький кролик,
Пушистенький кролик
Всех нас смеяться заставил до
колик:

Прыгал за белкой, за уткой
скакал,

Лапкой тюльпан поднимал, как
бокал.

Ах, как смешно его уши
торчали!
Мы хохотали, души в нем не
чая,
Но, на опушке заметив лису,
Он подмигнул нам и скрылся в
лесу.

«Довольные звери»

Довольна корова своими
телятами,
Овечка довольна своими
ягнятами,
Кошка довольна своими
котятками,
Довольна коза своими

*палец левой руки.
Четыре раза сгибаем большой
палец правой руки.*

*Большой палец правой руки
поочерёдно соприкасается с
остальными.*

*Четыре пальца последовательно
сгибаются к большому —
кланяются*

*Дети скачут по кругу, сделав
«ушки»
из ладошек и двигая ими вперед-
назад.
Останавливаются, держатся за
животики.
Сначала прыгают на прямых
ногах,
потом — вприсядку.
Останавливаются, поднимают
воображаемый бокал к лицу.
Делают ушки из ладошек.
Опять держатся за животики.
Смотрят из-под руки.
Подмигивают, разбегаются*

*Показывают поочерёдно пальцы
сначала на одной, затем на
другой руке, начиная с больших*

козлятами,
Кем же довольна свинья?
Поросятами!
А я довольна своими ребятами!

«Козочка»

Я козочка Ме-ке-ке,	<i>Идут по кругу.</i>
Я гуляю на лужке.	
Острые рожки,	<i>Показывают «рожки».</i>
Тоненькие ножки.	<i>Прыгают на носочках.</i>
На самой макушке –	<i>Ладонками показывают «ушки»</i>
Бархатные ушки.	
Язык полотняный,	<i>Показывает язык «лопатой».</i>
Хвостик конопляный...	<i>Рукой показывают «хвостик».</i>
Как прыгну — сразу забодаю.	<i>Прыгают, «бодаются».</i>

«Наша обувь»

Посчитаем в первый раз,	
Сколько обуви у нас.	
Туфли, тапочки, сапожки	
Для Наташки и Серёжки,	<i>Попеременные хлопки ладонями</i>
Да ещё ботинки	<i>и удары кулачками по столу.</i>
Для нашей Валентинки,	<i>На каждое название обуви</i>
А вот эти валенки	<i>загибают по одному пальчику,</i>
Для малышки Галеньки.	<i>начиная с большого.</i>

«Стирка»

Дети выполняют действия в соответствии со смыслом стихотворения

Ох, испачкалась одежда, Мы её не берегли,
Обращались с ней небрежно, Мяли, пачкали в пыли.
Надо нам её спасти И в порядок привести.
В тазик воду наливаем, Порошочку насыпаем.
Всю одежду мы замочим, Пятна тщательно потрём,
Постираем, прополощем, Отожмём её, встряхнём.
А потом легко и ловко Всю развесим на верёвках.
А пока одежда сушится Мы попляшем и покружимся.

«Кормушка»

Сколько птиц
к кормушке нашей
Прилетело?
Мы расскажем.
Две синицы, воробей,
Шесть щеглов и голубей,
Дятел в пёстрых перышках.
Всем хватило зёрнышек.

*Ритмично сжимают и
разжимают
кулачки.
На каждое название птицы
загибают по одному пальчику.*

*Опять сжимают и разжимают
кулачки.*

«Воробышек»

Среди белых голубей
Скачет шустрый воробей.

Воробушек-пташка,
Серая рубашка.
Откликайся, воробей,
Вылетай-ка поскорей.

*Дети идут по кругу, изображая
голубей; в центре один ребёнок
— он скачет как воробей.
Дети встают лицом в круг,
идут приставным шагом.
«Воробей» пытается
«вылететь» из круга; «голуби»,
взявшись за руки,
не пускают его.*

«Подарки»

Мы на ёлке веселились,
И плясали и резвились.
После добрый Дед Мороз
Нам подарки преподнёс.

Дал большущие пакеты,

В них же — вкусные
предметы:
Конфеты в бумажках синих,
Орешки рядом с ними,

*Ритмичные хлопки в ладоши.
Ритмичные удары
кулачками.
Дети «шагают» средним и
указательным пальцами
обеих рук.*

*«Рисуют» руками большой
круг.
Делают ритмичные хлопки.*

Груша, яблоко,
Один — золотистый
мандарин.

*Загибают на обеих руках
пальчики, начиная с
большого.*

«Снеговик»

Давай, дружок, смелей, дружок,

Кати по снегу свой снежок.
Он превратится в толстый ком,

И станет ком снеговиком.
Его улыбка так светла!
Два глаза, шляпа, нос, метла.

Но солнце припечет слегка —
Увы! — и нет снеговика.

*Дети идут по кругу друг за
другом,
изображая, что катят
перед собой снежок.
Останавливаются, «рисуют»
двумя руками ком.*

*Показывают руками на лице
улыбку.
Показывают глаза, прикрывают
голову ладошкой, показывают
нос, встают прямо, держат
воображаемую метлу.
Медленно приседают.
Пожимают плечами, разводят
руками.*

«Зимние забавы»

Что зимой мы любим делать?
В снежки играть, на лыжах
бегать,
На коньках по льду кататься,
Вниз с горы на санках мчаться.

*Поочередно соединяют большой
палец с остальными*

«Снежок»

Раз, два, три, четыре,
Мы с тобой снежок слепили.
Круглый, крепкий, очень
гладкий

*Загибают пальчики, начиная с
большого.
«Лепят», меняя положение
ладоней.
Показывают круг, сжимают*

И совсем совсем не сладкий.	<i>ладони вместе, гладят одной</i>
Раз — подбросим.	<i>ладонью другую.</i>
	<i>Грозят пальчиком.</i>
Два — поймаем.	<i>Смотрят вверх, подбрасывают</i>
	<i>воображаемый снежок.</i>
Три — уроним	<i>Приседают, ловят</i>
И ...сломаем.	<i>воображаемый снежок.</i>
	<i>Встают, роняют</i>
	<i>воображаемый снежок.</i>
	<i>Топают.</i>

«Дом»

Этот дом —	
одноэтажный.	
Этот дом —	
он двухэтажный.	
А вот этот —	
трёхэтажный.	
Этот дом —	<i>Разгибают пальцы из</i>
он самый важный:	<i>кулачка,</i>
Он у нас пятиэтажный!	<i>начиная с мизинца.</i>

«Посчитаем»

Дети выполняют движения в соответствии с текстом стихотворения.

Мы по улице шагаем, Этажи в домах считаем:
Раз этаж, два этаж — Двухэтажный домик наш.
По бульвару мы шагаем, Липы с клёнами считаем:
Одна, два, три, четыре, пять... Трудно нам их сосчитать.
Поспешим, прибавим ходу, Подойдём мы к переходу.
К светофору подошли, Красный свет мигнул нам: «Жди!» Вот уж желтый свет погас,
Зелёный — пропускает нас.

«Садись-ка, пальчик в вертолет»

Садись-ка пальчик в
вертолёт,
С тобой отправимся в полёт.
Сядем с этим мы в такси,
Он рад домой нас отвезти.
С тобой поедem мы в
трамвае,
Тихонько песни напевая.
С этим пальчиком в ракете
Полетим к другой планете.
Ну а с этим малышком
В зоопарк пойдём пешком.

*Произносим слова и
поочерёдно загибаем
пальчики.*

«Мчится поезд»

Чух-чух! Чух-чух!
Мчится поезд во весь дух.
Паровоз пытит.
— Тороплюсь! — гудит. —
Тороплюсь! Тороплюсь!

*Дети бегут друг за другом,
положив руки на плечи
стоящему впереди.
Первый ребёнок делает
круговые движения руками,
согнутыми в локтях, и
произносит слова паровоза.*

«Много мебели в квартире»

Раз, два, три, четыре,
Много мебели в квартире.
В шкаф повесим мы рубашку,
А в буфет поставим чашку.
Чтобы ножки отдохнули,
Посидим чуть-чуть на стуле.
А когда мы крепко спали,
На кровати мы лежали.

*Загибают пальчики, начиная с
большого, на обеих руках.

Сжимают и разжимают кулачки.

Загибают пальчики, начиная с*

А потом мы с котом
Посидели за столом,
Чай с вареньем дружно пили.
Много мебели в квартире.

большого.

*Попеременно хлопают в ладоши
и стучат кулачками.*

«Новый дом»

Тук-тук-тук, тук-тук-тук!
Молоток бери мой друг!
Мы построим новый дом,
Есть окошко в доме том.
Есть ещё одно, повыше,
Есть труба вверху на крыше.

*Ударяют, чередуя, кулачком
о кулачок.*

*Ставят рядом ладошки —
«стены».*

*Складывают указательные пальцы
полочкой, остальные соединяют
крышей.*

*Мизинец отставляют в сторону —
труба.*

Дом готов, зовём гостей:
«Приходите поскорей!»

*Делают приглашающий жест
рукой.*

«Спортсмены»

Чтоб болезней не бояться,
Надо спортом заниматься.
Играет в теннис —

теннисист,

Он спортсмен, а не артист.

В футбол играет —

футболист,

В хоккей играет — хоккеист,

В волейбол — волейболист,

В баскетбол — баскетболист.

*Поднимают руки к плечам,
вверх, к плечам, в стороны.*

*Сгибают пальцы в
кулачок, начиная с
мизинца.*

«Пограничник»

Тропинки лесные, Пахучие травы
(движения руки вперёд, вдох носиком).
За темным оврагом Простор полевой,

(Правая рука надо лбом, смотрим вдаль).

Идёт пограничник В дозор от заставы,
В любую погоду – И ночью и днём
(шагаем, маршируем).

«Наши мамы»

Много мам на белом свете,
Всех их любят очень дети!
Журналист и инженер,
Повар, милиционер,
Швея, кондуктор и учитель,
Врач, парикмахер и строитель –
Мамы разные нужны,
Мамы разные важны!

*Разводят руки в стороны, затем
крепко обхватывают себя за
плечи.*

*Поочередно сгибают пальчики,
начиная с мизинца, сначала на
одной, затем на другой руке.*

*Сжимают обе ладошки в
«замочек».*

*Разводят руки, поднимают
ладошки вверх.*

«Помощники»

Дружно помогаем маме,
Мы белье полощем сами.
Раз, два, три, четыре.
Потянулись,

Наклонились.
Хорошо мы потрудились.

*Встают, наклонившись; руками
двигают влево, вправо.*

*Тянутся, как бы вытирают
правой рукой пот со лба.*

Снова «полощут».

Вытирают руку о руку.

«Как у нас семья большая»

Как у нас семья большая
Да весёлая.
Два у лавки стоят,

*Ритмичные хлопки в ладоши и
удары кулачками попеременно.
Загнуть большие пальцы на обеих
руках.*

Два учиться хотят,

*Загнуть указательные пальцы
на обеих руках.*

Два Степана у сметаны
Объедаются.

Загнуть средние пальцы.

Две Дашки у кашки
Питаются.
Две Ульки в люльке
Качаются.

Загнуть безымянные пальцы.

Загнуть мизинцы.

«Неделька»

В понедельник мы стирали,
А во вторник — подметали.

В среду мы пекли калач,

А в четверг играли в мяч.

В пятницу полы мы мыли,

А в субботу торт купили.

В воскресенье, в воскресенье

Мы пойдём на день
рождения.

*Дети выполняют движения
в соответствии со смыслом
текста стихотворения,
выражают
соответствующие эмоции,
проявляя фантазию.*

«Речка»

Дети идут к центру круга.

К речке быстрой мы
спустились,

Наклонились и умылись.

Раз, два, три, четыре —

Вот как славно освежились.

А теперь поплыли дружно.

Делать так руками нужно:

Вместе — раз, это брасс,

Одной, другой — это кроль.

Все как один плывём,
как дельфин.

Вышли на берег крутой

И отправились домой.

*Наклоняются, трут лицо
руками.*

*На каждую строчку 4
движения*

ладонями к лицу.

*Идут по кругу, взявшись за
руки.*

*Показывают «брасс»,
«кроль», двигаясь по кругу.*

*Идут по кругу друг за
другом,*

*делая руками «брасс» или
«кроль».*

*Идут лицом от центра
круга.*

«Веснянка»

Солнышко, солнышко,
Золотое донышко.
Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Побежал в саду ручей,
Прилетели сто грачей,
А сугробы тают, тают,
А цветочки подрастают.

*Идут по кругу, взявшись за
руки.*

*Бегут по кругу.
«Летят» по кругу.
Медленно приседают.
Тянутся на цыпочках, руки
вверх.*

«Пальчики»

Раз, два, три, четыре, пять!
Пальчики хотят все спать.
Тише, тише, не шумите!
Пальчиков вы не будите!
Утро ясное придёт,
Солнце красное взойдёт,
Будут пальчики вставать,
Наших деток одевать.
Встали пальчики — ура!
Одеваться нам пора.

*Поочерёдно сгибаем
пальчики на обеих руках.
Указательный пальчик
прижимаем к губам.
Разводим руки в стороны.
Поднимаем руки вверх.
Поочерёдно разгибаем
пальчики из кулачков на
обеих руках.
Изображают радость с
поднятыми вверх руками и
растопыренными
пальчиками.*

«Упрямы»

— Братец, принеси дрова!
— Заболела голова!
— Средний, ты наколешь дров?
— Я сегодня не здоров!
— Ну, а ты затопишь печку?
— Ой, болит моё сердечко!
— Ты, меньшей, свари обед!
— У меня силёнок нет!
— Что же, сделаю всё сам,
Но обеда вам не дам!

*Дети выполняют движения в
соответствии со смыслом
текста стихотворения,
выражают соответствующие
эмоции, проявляя фантазию.*

Голодать готовы?
— Мы уже здоровы!

«Башмачок»

	<i>Имитируем шаги</i>
	<i>пальчиками по столу.</i>
	<i>Ритмично ударяем</i>
Наши ножки шагают по дорожке.	<i>пальчиками по столу.</i>
Чок-чок-чок, так стучит наш каблучок.	<i>Выражаем мимикой огорчение.</i>
Чок-чок-чок, оторвался каблучок.	<i>Сжимаем в руках</i>
Ток-ток-ток, возьмём в руки молоток.	<i>предполагаемый молоток.</i>
Тук-тук-тук, починили мы каблук.	<i>Имитируем забивание гвоздей.</i>
Обуем туфельки на ножки,	<i>Имитируем шаги</i>
И пойдём мы по дорожке.	<i>пальчиками по столу.</i>

«Пилот»

Пилот в космической ракете на землю глянул с высоты (*ладонь у лба – смотрим вниз*)
Еще никто, никто на свете такой не видел красоты! (*разводим руки в стороны*)
Ах, какая красота там внизу ему видна! (*ладони рук у щек «удивляемся»*)

«Комар»

Дружно пальчики считаем –	
Насекомых называем.	<i>Сжимают и разжимают пальцы.</i>
Бабочка, кузнечик, муха,	
Это жук с зелёным брюхом.	<i>Поочерёдно сгибают пальцы</i>
Это кто же тут звенит?	<i>в кулачок, начиная с большого.</i>
Ой, сюда комар летит!	<i>Вращают мизинцем.</i>
Прячьтесь!	

Прячут руки за спину.

«Гусеница»

Этот странный дом без окон
У людей зовётся «кокон».
Свив на ветке этот дом,
Дремлет гусеница в нём.
Спит без просыпа всю зиму.
Но зима промчалась мимо —
Март, апрель, капель, весна ...
Просыпайся, соня-сонюшка!
Под весенним ярким
солнышком.
Гусенице не до сна.
Стала бабочкой она!

*Дети выполняют движения в
соответствии
со смыслом текста
стихотворения, проявляя
фантазию*

«В школу»

В школу осенью пойду.
Там друзей себе найду,
Научусь писать, читать,
Быстро, правильно считать.
Я таким ученым буду!
Но свой садик не забуду.

*Дети «шагают» пальчиками
по
столу.
Загибают по одному
пальчику
на обеих руках.
Грозят указательным
пальчиком правой руки.*

«Дни недели»

В понедельник мы стирали,
А во вторник — подметали.
В среду мы пекли калач,
А в четверг играли в мяч.
В пятницу полы мы мыли,
А в субботу торт купили.
В воскресенье, в воскресенье
Мы пойдём на день
рождения.

*Дети выполняют движения
в соответствии со смыслом
текста стихотворения,
выражают
соответствующие эмоции,
проявляя фантазию.*

«Листья»

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем листья собирать.

*Загибать пальчики, начиная с
большого.*

Листья берёзы,
Листья рябины,
Листики тополя,
Листья осины,

Сжимать и разжимать кулачки.

Листики дуба мы соберём,
Маме осенний букет отнесём.

*«Шагают» по столу средним и
указательным пальчиками.*

«Ветер»

*Бежать по кругу на
носочках,*

Ветерок спросил, пролетая: *руки на поясе;*
— Отчего ты, рожь, золотая? *менять направление бега.*

Остановиться, руки вверх,

А в ответ колоски шелестят: *наклоны в стороны.*
— Золотые руки растят! *Два наклона к носочкам.*

«Грибы»

Я корзинку в лес беру,
Там грибы я соберу.

Удивляется мой друг :

*Показывают удивление, разводят
руки в стороны.*

«Сколько здесь грибов вокруг!»

Подосиновик, масленок,

Поочерёдно сгибают пальчики

Подберёзовик, опёнок,

на обеих руках, начиная с мизинца

Боровик, лисичка, груздь —

правой руки.

Не играют в прятки пусть!

Рыжики, волнушки

Найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой,
Все грибы несу с собой.
А мухомор не понесу.
Пусть останется в лесу.

*Большой палец левой руки
отставляют вверх.*

Грозят ему.

«Компот»

Будем мы варить компот,
Фруктов нужно много. Вот:

*Левую ладошку держат
«ковшиком», указательным
пальцем правой руки
«мешают».*

*Загибают пальчики по
одному,
начиная с большого.*

Будем яблоки крошить,
Грушу будем мы рубить.
Отожмём лимонный сок,
Слив положим и песок.
Варим, варим мы компот.
Угостим честной народ.

*Опять «варят» и
«мешают».
Делают ладошками
характерное, приглашающее
движение.*

«Огород»

В огород пойдём,
Урожай соберём.
Мы морковки натаскаем
И картошки накопаем.
Срежем мы кочан капусты,
Круглый, сочный, очень
вкусный,
Щавеля нарвём немножко
И вернёмся по дорожке.

Идут по кругу, взявшись за руки.

Таскают.

Копают.

Срезают.

*Показывают круг руками – 3
раза.*

Рвут.

Идут по кругу, взявшись за руки.

«Пирожки»

Падал снег на порог.

Кот слепил себе пирог.
А пока лепил и пёк,
Ручейком пирог утёк.

Пирожки себе пеки
Не из снега — из муки.

*Два раза медленно опускают
ладони на стол.*

*Прижимая ладонь к ладони,
показывают, как лепят пирог.
«Бегут» пальчиками обеих рук
по столу.*

*Опять показывают, как пекут
пирог.*

«Рожь»

Ветерок спросил, пролетая:
Отчего ты, рожь, золотая?

А в ответ колоски шелестят:
Золотые руки растят!

*Бегут по кругу на
носочках,
руки на поясе;
меняют направление
бега.*

*Останавливаются, руки
вверх,
наклоны в стороны.
Два наклона к носочкам.*

«Зайка»

Раз, два, три, четыре, пять!
Негде зайке скакать.

Всюду ходит волк, волк

Он зубами — щёлк, щёлк.
Прячься, зайка, в кусты!
А ты, волчище, уходи!

*Поочерёдно загибают пальчики
Поднимаем указательный и
средний пальцы правой руки,
изображая заячьи ушки.*

*Поднимаем вверх большой палец
левой руки и ритмично опускаем
мизинец, изображая волка.*

Грозят пальчиком!

«Лес»

В весенний, ясный,
Теплый день
На голый лес упала тень.

*Дети встали в кружок.
Педагог читает стихи.
Междометия произносят*

Охватил зайчонка	<i>дети.</i>
Страх — ах, ах, ах:	<i>Педагог показывает, каким</i>
— Страшный коршун	<i>должно быть выражение</i>
В небесах — ах, ах, ах!	<i>лица,</i>
Убегайте все быстрее — эй,	<i>какой должна быть</i>
эй, эй!	<i>интонация.</i>
— Берегитесь	
Злых когтей — эй, эй, эй!	<i>Дети изображают игру на</i>
Там где коршун, —	<i>барабане.</i>
Там беда — да, да, да!	<i>Увеличивают силу голоса</i>
Острый клюв —	
Не ерунда — да, да, да!	<i>Дети разбегаются и</i>
Заяц лапой	<i>прячутся.</i>
Бьет в чурбан — бан, бан,	
бан!	
Как в огромный	
Барабан — бан, бан, бан!	
Полетел сигнал тревоги над	
землёй:	
Уноси	
Быстрее ноги — ой, ой, ой!	

«Белка»

Сидит белка на тележке,	<i>Хлопки ладонями и удары</i>
Продаёт она орешки.	<i>кулачками друг о друга</i>
	<i>попеременно.</i>
Лисичке-сестричке,	<i>Загибают по одному</i>
Воробью, синичке,	<i>пальчику,</i>
Мишке толстопятому,	<i>начиная с большого.</i>
Заиньке усатому.	
Кому в платок,	
Кому в зобок,	<i>Ритмичные хлопки ладонями</i>
Кому в лапочку.	<i>и удары кулачками.</i>

«Медведь»

Как на горке — снег, снег,

И под горкой — снег, снег,

И на ёлке — снег, снег,

И под елкой — снег, снег.

А под снегом спит медведь.

Тише, тише... Не шуметь!

*Дети стоят кружком, в центре
которого*

«спит медведь»; руки

постепенно

поднимаются вверх — вдох.

Приседают, опуская руки —

выдох.

Опять встают и поднимают

руки — вдох.

Приседают, опускают руки —

выдох.

Сильно понижают голос.

На цыпочках бегут по кругу.

На последних ловах «медведь»

просыпается и бросается

ловить детей.

«Медведь»

Медведь в берлоге крепко спит,

Всю зиму до весны сопит.

Спят зимою бурундук,

Колючий ёжик и барсук.

Только зайнке не спится —

Убегает от лисицы.

Мелькает он среди кустов,

Напетлял — и был таков!

Сжимают пальцы в кулачок,

начиная с мизинца.

Показывают большой палец,

вращая им.

Соединяют большой палец правой

руки с указательным пальцем

левой руки и наоборот.

«Хитрая лисичка»

Хитрая лисичка

Вышла погулять.

Захотелось ей

Кого-нибудь поймать —

Или птичку, или рыбку,

Или зайку, или мышку.

Но

Птички улетают,

Рыбки уплывают,

Дети ходят по кругу, вып. упр.

«Лисичка».

Хлопают в ладоши, затем

сцепляют пальцы в «замок».

Вып. упр. «Птичка», затем

«Рыбка».

Вып. упр. «Зайчик», затем

«Мышка».

Разводят руки в стороны.

Вып. упр. «Птичка», двигая

Зайки убегают,

скрещенными руками по кругу.

Мышки прячутся в нору.

*Вып. упр. «Рыбка», движения
рук от себя.*

*Вып. упр. «Зайчик», движения
рук от себя.*

Хлопают в ладоши за спиной.

«Стирка»

Постираю чисто, с толком

*Делают движения кулачками,
имитирующие стирку.*

Рубашку, кофту и футболку,

*Пальцами правой руки поочерёдно
потряхивают пальцы левой руки.*

Свитерок и брюки —

*При повторе то же с другой
рукой.*

Устали мои руки!

Встряхивают обе руки.

«Полощем белье»

Дружно помогаем маме,

Встают, наклонившись; руками

Мы белье полощем сами.

двигают влево, вправо.

Раз, два, три, четыре.

Потянулись,

*Тянутся, как бы вытирают
правой рукой пот со лба.*

Наклонились.

Снова «полощут».

Хорошо мы потрудились.

Вытирают руку о руку.

«Праздник»

Праздник приближается,

Поднимают руки вверх

Ёлка наряжается.

*«к макушке ёлки» и, опуская
вниз, разводят в стороны.*

Мы развешали игрушки:

*Поочерёдно соединяют
большой палец с*

Бусы, шарики, хлопушки.

остальными.

А здесь фонарики висят,

Крутят ладошками в

Блеском радуют ребят.

воздухе —

«фонарики».

«Прогулка»

Раз, два, три, четыре, пять, Мы во двор пошли гулять.	<i>Загибают пальчики по одному. «Идут» по столу указательным и средним пальчиками. «Лепят» комочек двумя ладонями. «Крошат хлебушек» всеми пальчиками.</i>
Бабу снежную лепили, Птичек крошками кормили,	<i>Ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки.</i>
С горки мы потом катались, А ещё в снегу валялись.	<i>Кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной. Отряхивают ладошки. Движения воображаемой ложкой;</i>
Все в снегу домой пришли. Съели суп и спать легли.	<i>руки под щёчку</i>

«Дед Мороз»

Этот пальчик – Дед Мороз.	<i>Дети руки сжимают в кулачки, выставив вперёд большие пальцы.</i>
У него есть красный нос, Есть седая борода.	<i>Поочерёдно отгибают из кулачков указательные пальцы, средние пальцы. Делают ладонями движения, подзывая к себе Деда</i>
Очень ждём его всегда!	<i>Мороза.</i>
Со Снегуркой он придёт И подарки принесёт.	<i>Ходят друг за другом по кругу. Хлопают в ладоши.</i>

«Снегири»

Вот на ветках, посмотри,
В красных майках снегири.
Распушили перышки,
Греются на солнышке.

Головой вертят,
Улететь хотят.
— Кыш! Кыш! Улетели!
За метелью! За метелью!

*По 4 хлопка руками по бокам и
по 4 наклона головы на строку.
На первое слово каждой строки
— частое потряхивание руками,
на второе — один хлопок по
бокам.*

*По два поворота головы на
каждую строку.
Дети разбегаются по группе,
взмахивая руками, как крыльями.*

«Посчитаем»

Раз, два, три, четыре, пять —
Буду транспорт я считать.
Автобус, лодка и мопед,
Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолет,
Корабль, поезд, вертолет.

*Сжимают и разжимают
пальчики.
Поочередно сжимают
пальчики обеих рук в кулачки,
начиная с мизинца левой
руки.*

«Машины»

На улице нашей
Машины, машины,
Машины малютки,
Машины большие.
Спешат грузовые,
Фырчат легковые.
Торопятся, мчатся,
Как будто живые.
Эй, машины, полный ход,
Я — примерный пешеход:
Торопиться не люблю,
Вам дорогу уступлю.

*Дети двигаются из одного
конца группы в другой,
держа в руках
воображаемый руль.
Сделав разворот, двигаются
в другую сторону.
Когда все «машины
проехали»,
один из детей — пешеход,
«переходя улицу»,
произносит эти слова.
Пешеходы — все дети по
очереди.*

«Транспорт»

Будем пальчики сгибать —
Будем транспорт называть:
Автомобиль и вертолёт,
Трамвай, метро и самолёт.
Пять пальцев мы в кулак
зажали,
Пять видов транспорта
назвали.

*Сжимают и разжимают
пальчики.*

*Поочерёдно разжимают пальчики,
начиная с мизинца.*

*На каждое слово сжимают
пальцы
в кулачок, начиная с большого.*

«Самолет»

Самолёт построим сами,
Понесёмся над лесами.
Понесёмся над лесами,
А потом вернёмся к маме.

*Дети бегают по группе,
разведя руки в стороны.*

«Ракета»

А сейчас мы с вами, дети,
Улетаем на ракете.
На носки поднимись,

А потом руки вниз.
Раз, два, три, потянись.
Вот летит ракета ввысь!

Дети маршируют.

*Тянутся, подняв руки над
головой, сомкнув их.*

Опускают руки.

Тянутся.

Бегут по кругу.

«Полет»

Руки в стороны — в полёт
Отправляем самолёт.

*Дети бегут на носочках по
кругу, расставив руки в
стороны.*

Правое крыло вперёд,
Левое крыло вперёд,
Полетел наш самолёт.

*Поворот через правое плечо.
Поворот через левое плечо.
Бегут по кругу, расставив*

*руки
в стороны.*

«Теплоход»

Шаг вперёд, руки опущены.

Два шага вперёд.

От зелёного причала
Оттолкнулся теплоход.

Раз, два —

Два шага вперёд.

Он назад шагнул сначала.

Руки вытянуты вперёд и

А потом шагнул вперёд —

сомкнуты — это нос

Раз, два —

теплохода;

И поплыл, поплыл по речке,

движения по кругу мелкими

Набирая полный ход.

шажками.

«Шофер»

Качу,

Лечу

Бегут по кругу, крутят

Во весь опор.

воображаемый руль.

Я сам — шофер

Я сам — мотор.

Останавливаются, нажимают

Нажимаю

на воображаемую педаль

На педаль —

правой ногой, бегут по кругу

И машина

в противоположном

Мчится вдаль.

направлении.

«Помощники»

Раз, два, три, четыре,

Удар кулачками друг о друга,

Мы посуду перемыли:

хлопок в ладоши; повторить.

Одна ладонь скользит по другой по

Чайник, чашку, ковшик, ложку

кругу.

И большую поварёшку.

Загибают пальчики по одному,

Мы посуду перемыли,

начиная с большого.

Только чашку мы разбили,

Одна ладонь скользит по другой.

Ковшик тоже развалился,
Нос у чайника отбился,
Ложку мы чуть-чуть сломали –
Так мы маме помогали

*Загибают пальчики по одному,
начиная с большого.*

*Удар кулачками друг о друга,
хлопок в ладоши; повторить.*

«Кухня»

Дети выполняют движения в соответствии с текстом стихотворения.

Что за шум на кухне этой?
Будем жарить мы котлеты.
Мясорубку мы возьмём,
Быстро мясо провернём.
Миксером взбиваем дружно
Всё, что нам для крема нужно.
Чтобы торт скорей испечь,
Включим мы электропечь.
Электроприборы – это чудо!
Жить без них нам было б худо.

«Маленькая учительница»

Девочка Иринка
Порядок наводила,
Девочка Иринка
Кукле говорила:
«Салфетки должны
быть в салфетнице,
Масло должно
Быть в маслёнке,
Хлебушек должен
Быть в хлебнице,
А соль?
Ну, конечно, в солонке!»

*Поочерёдно соединяют
большой палец с
остальными, массируя
подушечки.*

«Чайник»

Я — чайник, ворчун,
хлопотун, сумасброд,
Я вам напоказставляю
живот,
Я чай кипячу, клоочу
и кричу;
— Эй, люди, я с вами
«почайпить» хочу!

*Дети стоят, изогнув одну
руку,
как носик чайника, другую
держат на поясе; животик
надут.
Топают.*

*Делают призывные
движения
правой рукой.*

«Помощник»

Посуду моет наш Антошка.

Моет вилку, чашку, ложку.
Вымыл блюдце и стакан,
И закрыл покрепче кран.

*Потирают ладошки друг о
друга — «моют посуду».
Разгибают пальцы из
кулачка,
начиная с мизинца.
Выполняют имитирующее
движение.*

«Посуда»

Вот большой стеклянный
чайник,

Очень важный, как
начальник.

Вот фарфоровые чашки,
Очень хрупкие, бедняжки.

Вот фарфоровые блюда,
Только стукни —
разобьются.

Вот серебряные ложки,
Голова на тонкой ножке.
Вот пластмассовый поднос.
Он посуду нам принёс..

*Надули животик: одна рука
на поясе,*

*другая изогнута, как носик.
Присели, одна рука на поясе.*

*Кружатся, рисуя руками
круг.*

*Потянулись, руки сомкнули
над головой.*

Легли на ковёр, вытянулись.

«Солнышко»

Солнышко,
Колоколнышко,

Ты пораньше взойди,

Нас пораньше разбуди.

Нам в поле бежать,
Нам весну встречать.

*Дети стоят в маленьком кругу;
шагают назад, максимально
расширяя круг, держась за руки.*

*Поднимают руки вверх,
тянутся на носочках – вдох,
фраза на выдохе.*

*Опускают руки – выдох, фраза
на выдохе.*

*Бегут по кругу, взявшись за
руки.*

«Клен»

За окном сосулька тает,

Ветер тучи рвет в клочки.

Разжимает, разжимает
Клён тугие кулачки.

Прислонился он к окошку.

И, едва растает снег,

Мне зелёную ладошку

Клен протянет раньше всех.

Дети стоят лицом в круг.

*4 прыжка на носочках, руки
на поясе.*

*Руки вверх; наклоны
туловища влево-вправо...*

*Руки перед грудью, локти
опущены; медленно*

разжимают кулачки.

4 прыжка.

Наклоны.

Поворачиваются лицом др. к

*др., протягивают друг другу
правые ручки –
рукопожатие.*

«Грядка»

Я давно весну ждала.
У меня свои дела.
Мне участок в огороде
Нынче мама отвела.
Я возьму свою лопатку,
Я пойду, вскопаю грядку.
Мягкой грядка быть должна,
Это любят семена.
Посажу на ней морковку
И редиску. А с боков
Будут кустики бобов.

*Дети идут по кругу, взявшись за
руки.*

*Идут в противоположную
сторону.*

*Остановились, изображают,
как копают.
Показывают, как рыхлят грядку
граблями.
Идут по кругу, изображая, что
разбрасывают семена.*

«Весна, весна красная!»

Весна, весна красная!
Приди, весна, с радостью,
С радостью, с радостью,
С великой милостью:

Со льном высоким,

С корнем глубоким,
С хлебом обильным.

*Дети идут по кругу, взявшись за
руки.*

*Идут в противоположную
сторону по кругу.
Остнавливаются, поднимают
руки вверх, встают на носочки,
вдох.
Приседают, опускают руки,
выдох*

«Пчела»

Прилетела к нам вчера
Полосатая пчела.
А за нею шмель-шмелёк
И весёлый мотылёк,
Два жука и стрекоза,

Машут ладошками

*На каждое название
насекомого
загибают один пальчик.*

Как фонарики глаза.

Пожужжали, полетали,
От усталости упали.

*Делают кружочки из
пальчиков
и подносят к глазам.
Машут ладошками.
Роняют ладони на стол.*

«Мотылек»

Мотылёк-мотылёк,
Принеси нам ветерок:
От ворот — поворот
Гнать кораблик в ручеёк.
Вей, вей, ветерок,
Натяни парусок,

Гони катерок
С запада на восток.

*Бегут по кругу, расставив
руки в стороны.
Поворот; бегут в обратную
сторону.
Останавливаются,
поворачиваются лицом в
круг; взмахи руками,
потягиваются.
Бегут по кругу, взявшись
за руки.*

Все зверюшки на опушке
Ищут грузди и волнушки.
Белочки скакали,
Рыжики срывали.

Лисичка бежала,
Лисички собирала.
Скакали зайчатки,
Искали опятки.
Медведь проходил,
Мухомор раздавил.

*Дети идут в хороводе.
Скачут вприсядку, срывают
воображаемые грибы.
Бегут, собирают
воображаемые грибы.
Скачут стоя, «срывают»
грибы.
Идут вразвалку, в конце
строки топают правой
ногой.*