



Пальчиковая гимнастика.

Засолим капусту

Мы капусту рубим,
Резкие движения прямыми кистями рук вверх и вниз.
Мы морковку трем,
Пальцы рук сжаты в кулаки, движения кулаков к себе и от себя.
Мы капусту солим,
Движение пальцев, имитирующих посыпание солью из щепотки.
Мы капусту ждем.
Интенсивное сжатие пальцев рук
в кулаки.
Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца

По грибы

(потешка)
Раз, два, три, четыре, пять,
Мы идём грибы искать!
Этот пальчик в лес пошёл,
Этот пальчик гриб нашёл.
Этот пальчик чистить стал.
Этот пальчик всё съел,

Оттого и потолстел.
(попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)

Осень

Ветер по лесу летал,
Дети делают кистями плавные
Движения вперед – к груди.
Ветер листики считал:
Вот дубовый,
Поочередно загибают пальцы на руке.
Вот кленовый,
Вот рябиновый резной,
Вот с березки – золотой,
Вот последний лист с осинки
Ветер бросил на тропинку.
Встряхивают кистями рук.

Этот пальчик

Детям предлагается согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем, слушая потешку, по очереди разгибать их начиная с большого пальца.
Этот пальчик - дедушка,
Этот пальчик - бабушка,
Этот пальчик - папочка,
Этот пальчик - мамочка,
Этот пальчик - Я,
Вот и вся моя семья.

Пчёлы

Вот улей, (показываем кулачек)
Здесь живут пчелы.
Вот они показались из домика,
(поочередно отгибаем пальчики)
Одна, две, три, четыре, пять!
3-3-3-3-3....." (щекочем ребенка)

Солнышко

Утром солнышко встаёт выше, выше, (руки высоко вверх).
Ночью солнышко зайдет ниже, ниже. (руки вниз).
Хорошо-хорошо солнышку живётся,
(делаем ручками фонарики)
И нам вместе с солнышком весело живётся
(хлопаем в ладоши)

Счёт

Один, два, три, четыре, пять -
(разжимаем поочередно пальчики из кулачка)
Вышли пальчики гулять.
Один, два, три, четыре, пять -
(зажимаем пальчики в кулачок)
В домик спрятались опять!

Апельсин

Мы делили апельсин
(левая рука в кулачке, правая её обхватывает)
Много нас – а он – один
Эта долька – для ежа
(правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке)
Эта долька – для чижа
Эта долька – для котят
Эта долька - для утят
Эта долька - для бобра
А для волка – кожура!
(встряхиваем обе кисти)

Котик

(выполнять действия по смыслу)
Котик лапкой умывается
Видно, в гости собирается
Вымыл носик.
Вымыл ротик.
Вымыл ухо.
Вытер сухо.

Ладошки

Ладошки вверх,
Ладошки вниз,
А теперь их на бочок
И зажали в кулачок.

Пальчики.

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять!
Раз, два, три, четыре, пять,
В домик спрятались опять.
(поочередно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке)