

Картотека пальчиковых гимнастик

Подготовила: Мустафаева К.Ф., воспитатель



Сентябрь
«День знаний. Детский сад»

Понедельник: «Дружные ребята».

Дружат в нашей группе	<i>(подушечки всех пальцев одной руки</i>
Девочки и мальчики.	<i>одновременно дотрагиваются до пальцев</i>
Мы с тобой подружим	<i>другой)</i>
Маленькие пальчики.	<i>(поочередно соединяем одноименные пальцы:</i>
Раз, два, три, четыре, пять...	<i>большой с большим, указательный с</i>
Начинай считать опять	<i>указательным и т.д.)</i>
Раз, два, три, четыре, пять...	<i>(одновременно касаемся</i>
Мы закончили считать .	<i>подушечками пальцев двух рук)</i>

*(пальцы ритмично сжимаются в «замок»
и разъединяются)*

Вторник: «Наша группа».

В нашей группе все друзья. *(Ритмично стучат кулачками по столу,*
Самый младший — это я. (Разжимают пальчики поочередно начиная с мизинца).
Это Маша, Это Саша, Это Юра, Это Даша.

Среда: «Дружба».

Дружат в нашей группе *(Хлопают в ладоши.)*
Девочки и мальчики.
Мы с тобой подружим *(Стучат кулачками друг об друга.)*
Маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять *(Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца.)* Будем снова мы считать.
Раз, два, три, четыре, пять *(Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца, на др. руке.)*
Мы закончили считать.

Четверг: «Как живёшь?».

- Как живёшь? - Вот так! *(показать большой палец)*
- А идешь? - Вот так! *(«шагать» пальчиками по столу) -*
Как даешь? - Вот так! *(протягивать открытую ладонь)*
- Ждёшь обед? - Вот так! *(кулачок подпирает лицо)*
- Машешь вслед? - Вот так! *(помахать рукой)*
- Утром спишь? - Вот так! *(2 ладошки под щекой)*
- А шалишь? - Вот так! *(щёки надули и руками лопнули)*

Пятница: «Девочки и мальчики».

Наши девочки и мальчики *(дети держат руки на поясе)*
Ловко прыгают как мячики *(прыгают)*
Головой слегка качают *(качают головой)*
И красиво приседают *(приседают)*
Ручками хлопают вот так, вот так *(хлопки 4 раза)*
Ножками топают вот так, вот так *(топают 4 раза)*
Кулачки сжимают вот так. вот так *(Показывают один кулачок, портю другой)*
Ладони раскрывают вот так, вот так *(Поочередно раскрывают ладони)*
На ладони мы подуем *(Дуют поочередно на обе ладони)*
Наши пальчики разбудим. *(Шевелят пальчиками)*

Сентябрь

Тема недели: «Осень. Признаки осени»



Понедельник: «Осень».

Осень, осень, - *трем ладошки друг о друга*

Приходи! – *по очереди сжимаем кулачки*

Осень, осень, - *трем ладошки друг о друга*

Погляди! – *положить ладошки на щеки*

Листья желтые кружатся, - *движение ладонями сверху вниз*

Тихо на землю ложатся. – *поглаживаем колени Солнце*

нас уже не греет, - *по очереди сжимаем кулачки*

Ветер дует все сильнее, - *разводим одновременно ручки в разные стороны*

К югу полетели птицы, - *скрестить ручки и пошевелить*

пальчиками Дождик к нам в окно стучится. – *стучим пальчиками по*

ладошкам Шапки, куртки надеваем – *делаем вид* И ботинки обувает

– *постучать ногами*

Знаем месяцы: - *похлопать ладошками по коленкам*

Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. - *кулак, ребро, ладонь*

Вторник: «Осенние листья».

Раз, два, три, четыре, пять, - *загибаем пальчики, начиная с большого*

Будем листья собирать. - *сжимаем и разжимаем кулачки*

Листья березы, - *загибаем пальчики, начиная с большого*

Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба мы соберем,

Маме осенний букет отнесем – *пальчики «шагают» по столу.*

Среда: «Мы идем в осенний лес». (И. Михеева)

Мы идем в осенний лес. - *маршируем на месте*

А в лесу полно чудес! - *разводим руки в стороны, «удивляемся»*

Дождь вчера в лесу прошел - *потряхиваем ладонями обеих рук*

Это очень хорошо. - *хлопаем в ладоши*

Будем мы грибы искать - *приставляем ладонь ко лбу, смотрят то в одну, то в*

другую сторону И в корзинку собирать. - *сводят руки перед собой в «корзинку»*

Вот сидят маслята, - *загибают по одному пальцу на обеих руках одновременно на*
каждое название грибочка На пеньке – *опята,*

А во мху – *лисички,*

Дружные сестрички. - *делают манящие движения руками*

«Подосиновик, груздок, - *грозят указательным пальцем правой руки*

Полезайте в кузовок! – *присесть, обнять себя руками*
Ну, а ты, мухомор, - *встаем, разводим руками в стороны* Украшай осенний бор!

Четверг: «Осень».

Ветер северный подул, - *подуть на пальцы*
все листочки с липы сдул с-с-с – *смахивать руками, будто сдувает листочки*
Полетели, закружились и на землю опустились. - *ладони зигзагами плавно опустить на стол*
Дождик стал по ним стучать кап-кап-кап – *постучать пальцами по столу*
Град по ним заколотил,
Листья все насквозь пробил, - *постучать кулачками по столу*
Снег потом припорошил, - *плавные движения вперед-назад кистями* Одеялом их накрыл. - *ладони прижать крепко к столу*

Пятница: «Осень».

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

Сентябрь

Тема недели: «Овощи. Огород».



Понедельник: «У Зиночки в корзиночке»

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

Вторник: «Овощи» (из стихотворения Ю. Тувима)

С базара однажды хозяйка пришла, (*«шагаем» средним и указательным пальцем по столу*)
С базара хозяйка домой принесла: (*по-очереди загибаем на руках пальцы*)

Капусту, Картошку, Морковку, Свеклу, Петрушку и горох.

Ох!... (хлопок в ладоши)

Овощи спор завели на столе (пальцы на обеих руках сжимаем в кулаки и потом разжимаем)

Кто лучше, нужней и вкусней на земле: (загибаем пальцы на руках по-очереди)

Капуста? Картошка? Морковка? Свекла? Петрушка или горох? Ох!...(хлопок в ладоши)

Среда: «Огород».

Массаж фаланг пальцев (на каждую строчку – разминание фаланги одного пальца; направление массажных движений – от ногтевой фаланги к основанию пальца)

Вырос у нас чеснок, (указательный)

Перец, томат, кабачок, (средний)

Тыква, капуста, картошка (безымянный)

Лук и немножко горошка. (мизинец)

Овощи мы собирали, (мизинец)

Ими друзей угощали, (безымянный)

Квасили, ели, солили, (средний)

С дачи домой увозили. (указательный)

Прощай же на год, (большой палец левой руки)

Наш друг – огород! (большой палец правой руки)

Четверг: «Овощи»

Раз, два, три, четыре, пять (загибаем пальчики)

Будем овощи считать.

Раз - капуста,

Два - лучок,

Три - румяный кабачок.

Четыре - свекла,

Репка - пять.

Все успели посчитать!

Пятница: «Огород»

Левая рука:

Вырос у нас чесночок, (Дети разминают указательный палец)

Перец, томат, кабачок, (средний палец)

Тыква, капуста, картошка, (безымянный палец)

Лук и немного горошка. (мизинец)

Правая рука:

Овощи мы собирали. (разминают мизинец)

Ими друзей угощали, (безымянный палец)

Квасили, ели, солили, (средний палец)

С дачи домой увозили. (указательный палец)

Прощай же на год, Наш друг-огород.

Сентябрь

Тема недели: «Фрукты. Сад».



Понедельник: «Друзья – садоводы».

Палец толстый и большой

В сад за сливами пошёл. *(Ладонка собрана в «кулачок». Отгибаем большой пальчик, выпрямляем его, затем сгибаем наполовину. Снова сгибаем и так несколько раз)*

Указательный с порога

Указал ему дорогу. *(Отгибаем указательный пальчик, далее «сгибаем-разгибаем»)*

Средний палец самый меткий, Он сбивает сливы с ветки. *(Отгибаем средний пальчик, «сгибаем-разгибаем» его. При этом*

нужно стараться не сгибать указательный и большой пальцы)

Безымянный подбирает, *(Отгибаем также безымянный, постараться не шевелить предыдущими пальчиками)*

А мизинчик-господинчик

В землю косточки бросает! *(Отгибаем мизинчик)*

Вторник: «Фруктовая ладошка».

Этот пальчик - апельсин, *(Поочерёдно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого).*

Он, конечно, не один,

Этот пальчик – слива,

Вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос,

Высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша,

Просит: «Ну-ка, скушай!»

Этот пальчик – ананас,

Фрукт для вас и для нас. *(Показывают ладошками вокруг и на себя).*

Среда: «Яблонька».

У дороги яблонька стоит, *(Руки сплести над головой, пальцы разжаты).*

На ветке яблочко висит. *(Сложить запястья вместе).*

Сильно ветку я потряс, *(Руки над головой, движения вперед-назад).*

Вот и яблочко у нас. *(Ладони перед грудью, имитируют, что держат яблоко).*

В сладко яблочко вопьюсь,

Ах, какой приятный вкус. *(Соединить запястья, ладони развести).*

Четверг: «Компот».

Будем мы варить компот

Фруктов нужно много. Вот: *(Левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают»)*

Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить.
Отожмем лимонный сок,
Слив положим, сахарок. *(Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Варим, варим мы компот).*
Угостим честной народ. *(Опять «варят» и «мешают»)*

Пятница: «Яблоко».

Яблоко спелое, красное, сладкое,
Яблоко хрусткое, с кожицей гладкою.
(пальцы обеих рук сжимают в кулаки, разгибают по одному пальцу на каждое слово определение на обеих руках одновременно)
Яблоко я
пополам разломлю,
(складывают ладони вместе и разводят пальцы в разные стороны – раскрывают ладони)
Яблоко с другом своим разделю.
(выставляют ладони вперед)

Сентябрь

Тема недели: «Грибы. Ягоды».



Понедельник: «Грибы».

Массаж (или самомассаж) подушечек пальцев (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечки одного пальца).

Вылезли на кочке - мизинец
Мелкие грибочки: - безымянный
Грузди и горькушки, - средний
Рыжики, волнушки. - указательный
Даже маленький пенек - большой
Удивленья скрыть не мог. - большой
Выросли опята, - указательный
Скользкие маслята, - средний
Бледные поганки - безымянный
Встали на полянке. – мизинец

Вторник: «Ягодки».

(Чуть приподнимите перед собой руку, так чтобы расслабленная кисть оказалась приблизительно на уровне лица. Пальчики расслаблены, свисают вниз.)

С ветки ягодки снимаю
(Пальцами другой руки поглаживаете каждый пальчик от основания до самого кончика, как

будто снимая с него воображаемую ягоду.)

И в лукошко собираю.

(Обе ладошки складываете перед собой чашечкой.)

Будет полное лукошко.

(Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрываете другой также сложенной ладошкой.)

Я попробую немножко.

Я поем еще чуть-чуть.

(Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой достаем воображаемые ягодки и отправляем их в рот.)

Легким будет к дому путь!

Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.

Среда: «Корзина с ягодами».

Вот корзина – так корзина! *(изображают удивление, разводят руки в стороны)*

В ней крыжовник, в ней малина,

И лесная земляника, И садовая

клубника,

Там брусника и черника! *(загибают пальцы, начиная с большого, одновременно на правой и левой руках)*

К нам ты в гости приходи-ка! *(делают приглашающий жест – движение руками на себя)*

Ягод, что найдем мы в ней,

Нет полезней и вкусней! *(поочередно ритмично ударяют кулак о кулак и ладонь о ладонь)*

Четверг: «За ягодами».

Раз, два, три, четыре, пять,

(пальцы обеих рук соединяются, начиная с большого)

В лес идем мы погулять. *(обе руки идут по столу)*

За черникой, За

малиной, За

брусникой, За

калиной. Землянику

мы найдем

И братишке отнесем. *(загибают пальцы, начиная с большого)*

Пятница: «Грибы».

Я корзину в лес беру,

(указывают на себя, делают ладошки корзинкой)

Там грибы я соберу.

(разводят ладошки в стороны и снова соединяют)

Удивляется мой друг:

(показывают удивление, поднимая плечи вверх)

«Сколько здесь грибов вокруг?!»

Подосиновик, масленок,

(поочередно сгибают пальцы, начиная с мизинца правой руки)

Подберезовик, опенок,

Боровик, лисичка, груздь,

Не играют в прятки пусть!

Рыжики, волнушки
Найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой,
Все грибы несу домой.
А мухомор не понесу,
(грожат указательными пальцами)
Пусть останется в лесу! (машут, прощаясь)

Октябрь

Тема недели: «Лес. Деревья»



Понедельник: «Клён».

За окном сосулька тает,
Ветер тучи рвёт в клочки. (*«рвать» клочки*),
Разжимает, разжимает (*разжимать кулачки*), Клён тугие кулачки.
Прислонился он к окошку. (*ладони вместе прижать к щеке*)
И, едва растает снег,
Мне зелёную ладошку (*протянуть ладошки вперед*),
Клён протянет раньше всех. (*сжимать и разжимать кулачки*)

Вторник: «Берёзка».

Падали листочки осенью с берёзки
(*сжимаем кулачок*).
Зимушка снежинки вешала на ветки
(*смыкаем поочередно пальчики большой и указательный, большой и средний и т.д.*).
А весной почки лопались на ветках
(*хлопаем в ладоши*).
Угощала соком белая берёзка
(*ручки в горсть — «пъём»*).
Летом зеленели листья на берёзе,
Укрывая деток от летнего зноя.
(*закрывают ладонями голову*)

Среда: «Деревья».

Всем в лесу на удивленье *(трут ладони друг о друга)*
Разные растут деревья: *(открывают ладони и растопыривают пальцы)*
Вот уперлась в небеса
Вся смолистая сосна. *(соединяют локти — «ствол», раскрывают ладони — «крона»)*
Распустила ветви-косы
Белоствольная береза. *(«фонарики» с движением сверху вниз)*
Как во полюшке былинка,
Тонкая растет осинка. *(показывают указательный палец, остальные — сжаты в кулак)*
Дуб раскинул свои ветви,
И не страшен ему ветер. *(вытягивают руки вверх, растопыривают пальцы)*
Липа цветом зацвела, *(собирают пальцы в щепотку — «бутон»)*
Пчелок в гости позвала. *(делают круговые вращения указательным пальцем — пчелы летят)*
Ель иголки распушила *(опускают руки в стороны вниз, растопыривают пальцы)*
И грибочки все закрыла. *(показывают гриб: указательный палец — ножка, ладонь сверху — шляпка)*
Шелестят листвою деревья, *(трут ладони друг о друга — «шуршат»)*
Словно разговор ведут, *(стряхивают ладони)*
Руки-ветви распустили,
Птичек в гости к себе ждут. *(сцепляют большие пальцы рук, разводят ладони в стороны — показывают птиц).*

Четверг: «Прогулка в лесу».

Пальчики пошли гулять,
(шагаем по столу)
Раз, два, три, четыре, пять.
(загибают поочередно пальчики от большого к мизинцу)
Были в поле и в лесу,
(перекрещиваем руки в запястьях и растопыриваем пальчики в разные стороны)
Видели они лису.
(над головой делаем острые ушки, как у лисички)
Пальчики пришли домой,
(шагаем пальчиками по столу)
Пальчик потерялся: ой!
(указательным одной руки прижимаем большой палец другой руки)

Пятница: «Листья».

Разбросала осень листья, *(делают волнообразные движения ладонями)*
Разукрасила их кистью. *(делают плавные взмахи ладонями вверх-вниз)*
Мы в осенний парк пойдем, *(«шагают» пальцами обеих рук)*
В букеты листья соберем. *(скрещивают ладони с растопыриванием пальцев)*
Лист кленовый, лист с осинки, *(поочередно загибают пальцы, начиная с большого, на обеих руках одновременно на название каждого листа)*
Лист дубовый, лист рябинки,
Рыжий тополиный лист
На дорожку спрыгнул вниз. *(звонко хлопают в ладони)*

Октябрь

Тема недели: «Перелётные птицы».



Понедельник: «Грачи».

Мы лепили куличи. (*«Лепить пирожок»*)

Прилетели к нам грачи. (*«Помахать крыльями»*)

Первый грач испек пирог, (*Загибать пальчики по очереди на одной руке*).

А второй ему помог. Третий

грач накрыл на стол,

А четвертый вымыл пол,

Пятый долго не зевал И

пирог у них склевал.

Раз, два, три, четыре, пять, (*Загибать пальчики на другой руке*).

Вторник: «Десять птичек- стайка».

Десять птичек — стайка.

Пой-ка, подпевай-ка: (*Спокойные взмахи расслабленными ладонями*)

Эта птичка — соловей, (*Загибаем по очереди пальцы начиная с мизинца левой руки*)

Эта птичка — воробей, Эта птичка — совушка, сонная головушка. Эта птичка — свистель,

Эта птичка — коростель,

Эта птичка — скворушка, серенькое перышко. (*Загибаем по очереди пальцы начиная с мизинца, правой руки*)

Это-зяблик, это — стриж. Это — развеселый чиж.

Ну а это — злой орлан.

Птички-птички, по домам (*Обе ручки быстро сжать в кулачки, «пряча птичек»*)

Среда: «Кукушка».

Ку-ку, ку-ку, кукушечка,

(ладони прижмите к щекам и покачайте головой из стороны в сторону четыре раза)

Лети скорей в лесок,

(слегка разведите руки в стороны и три раза взмахните ладонями, как крыльями)

Ку-ку, ку-ку, кукушечка,

(ладони прижмите к щекам и покачайте головой из стороны в сторону четыре раза)

Подай свой голосок.

(слегка разведите руки в стороны и три раза махните ладонями, как крыльями)

Четверг: «Ласточка».

Ласточка, ласточка,
Милая касаточка,
Ты где была,
Ты с чем пришла?
— За морем бывала,
Весну добывала,
Несу, несу Весну-
красну.

(на каждую строчку большой пальчик «здоровается» дважды со всеми пальцами, начиная с указательного, сначала на правой, потом на левой руке)

Пятница: «Птички».

В гости к нашей сестричке
Весной прилетали птички:

(поднять обе руки и помахать кистями, изображая крылья птиц)

Эта птичка — совушка,
Ну а эта — скворушка.
Эта птичка — воробей,
Ну а эта — соловей.
Эта — дятел, эта — стриж,
Эта же — поющий чиж,
Эта птичка — коростель,
Эта птичка — свиристель,
Ну а это издалика
Прилетела к нам сорока.

(называя птиц, поглаживать, разминать или растирать поочередно каждый палец)

Октябрь

Тема недели: «Домашние животные и птицы».



Понедельник: «Домашние птицы и их птенцы».

Есть у курицы цыпленок,
*(большие пальцы поочередно
касаются остальных, начиная с мизинца)*
У гусыни — есть гусенок,
У индюшки — индюшонок,
А у утки есть утенок.
У каждой мамы малыши

(показывают пальчики, играя ими)

Все красивы, хороши!

(шевелим ладошками в разные стороны)

Вторник: «Домашние животные и их детёныши».

Довольна корова своими телятами,

(пальцы зажаты в кулак,

поочередно разгибаем пальцы, начиная с больших)

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами.

Кем же довольна свинья?

Поросятами!

А я довольна своими ребятами!

(показывают на себя и разводят ладони в сторону)

Среда: «Домашние птицы».

Куры, гуси, да индюшки

Наклевались петрушки,

Закусили лебедой,

Побежали за водой.

(дети активно и ритмично сближают кончики пальцев правой руки с большим пальцем, начиная с указательного).

Далее рука меняется, далее выполнение двумя руками одновременно.

Четверг: «Детёныши домашних животных».

У мамы кошки есть котенок,

(поочередно соединяем пальцы правой руки с большим)

У мамы козочки — козленок.

(поочередно соединяем пальцы левой руки с большим)

А у собаки есть сынок -

(сжимаем — разжимаем пальцы обеих рук)

не собачонок, а щенок!

(одновременно соединяем пальцы обеих рук с большими пальцами)

Пятница: «Котёнок».

поочередно «кусаем» пальцами одной руки ногтевые фаланги от указательного пальца к мизинцу и обратно, на ударные слоги стиха.

Кусается сильно котенок — глупыш,

Он думает: это не палец, амышь.

(смена рук)

Но я же играю с тобою, малыш,

А будешь кусаться — скажу тебе: «Кыш!»

Октябрь

Тема недели: «Дикие животные. Подготовка диких животных к зиме».



Понедельник: «Шуба».

Шуба серая у волка,
Шуба ежика в иголках,
Шуба рыжая лисы —
Удивительной красы.
Шуба белая у зайца,
У медведя — бурая.

(поочередно загибают пальцы на руке, перечисляя диких животных и цвета их «шуб»)

Не страшны ему дожди
И погода хмурая.

(качают головой из стороны в сторону)

Вторник: «Белочка».

Сидит белка на тележке,
(хлопают ладонями и ударяют кулаками друг о друга попеременно)

Продает она орешки:

Лисичке-сестричке,

Воробью, синичке,

Мишке толстопятому,

Заиньке усатому —

(загибают по одному пальцы, начиная с большого)

Кому в платок,

Кому в зобок,

Кому в лапочку.

(ритмично хлопают ладонями и ударяют кулаками)

Среда: «Ёжик».

Мы нашли колючий шарик,

Нам его не удержать.

Шарик крутится в ладошках,

Шарик хочет убежать.

(дети крутят между ладонями массажные мячи)

Шарик наш живой и теплый, На кого же он
похож?

(смотрят на мяч, держа его в ладонях)

Прыгнул шарик на дорожку —

Оказалось...это еж!

(дети опускают руки, мячи падают и катятся по полу)

Четверг: «Зайка».

Мчится без оглядки,

(хлопаем в ладошки)

Лишь сверкают пятки.

(ударяем кулачками друг о друга)

Мчится что есть духу,

(руки сцепляем в замок и шевелим пальчиками)

Хвост короче уха.

(ударяем кулачками друг о друга)

Живо угадай-ка:

Кто же это?

(хлопаем в ладошки)

Зайка!

(показываем указательными пальцами «зайку»)

Пятница: «Лиса».

Лиса, лисонька, красавица,

Всем она очень нравится.

(потирают руки)

Хвост пушистый,

Мех золотистый.

(растопыривают пальчики, поворачивают и поглаживают их)

По лесу важно бродит,

(«ходят» пальцами по столу)

Страх на зайцев наводит.

(стучат кулаками по столу)

Ноябрь

Тема недели: «Моя страна. «Моя Родина- Россия». День народного единства».



Понедельник: «Москва».

Город чудный, город древний,

Ты вместил в свои концы *(хлопок, кулачок)*

И посадки, и деревни,

И палаты, и дворцы...

На твоих церквах старинных
Вырастали деревья. *(поочерёдно загибать пальчики)* Глаз не схватит улиц длинных... Это
матушка – Москва.
(сгибать, разгибать пальчики)

Вторник: «Моя земля».

Как велика моя земля *(сжимают и разжимают пальцы)*, как широки просторы!
Озера, реки и поля, леса, степь *(загибаем пальцы на обеих руках начиная с больших)* и горы
(делаем из рук «горы» над головой).

Среда: «Мой город. Моя страна».

Люблю по городу гулять, *(дети «шагают» пальчиками обеих рук по столу)*
Люблю смотреть, *(показывают указательным пальчиком на глаза)*
Люблю считать *(на каждое название достопримечательности)*
Космонавтов - раз, Ленина - два, *(дети загибают по одному пальчику)* Улица Победы – три.
А четыре - я живу в квартире.
Пять – гуляю в парке я опять.
Шесть – на Белую схожу
И на волны погляжу.
Семь – Дворец культуры,
Красив и огромен
И стоит на площади он.
Восемь – ёлка в Новый год.
Девять – повстречался мне
Памятник большой войне.
Я тихонько постою и цветочки положу!
Десять – наш кинотеатр Октябрь.
В магазине хлеб куплю.
Очень город я люблю! *(хлопают в ладоши)*

Четверг: «Российская семья».

Живут в России разные народы *Массаж пальцев рук С*
давних пор,
Одним – тайга по нраву,
Другим – родной простор.
Каждого народа язык свой и наряд *Руки вперед, пальцы соединить.*

Один черкеску носит,

Другой надел халат.

Одни – рыбак с рожденья,

Ладони имитируют плавание рыбки

Другой – оленевод

Пальцы расставлены в стороны, руки перекрещены над головой.

Одни кумыс готовит,

Круговое поглаживание живота рукой

Другой готовит мед.

Тыльной стороной ладони вытирают рот.

Одним милее осень

Руки опускают сверху вниз, потряхивая кистями.

Другим – милей весна

Приседают, поглаживают «траву».

А Родина – Россия

«Домик».

У нас у всех одна.

Берутся за руки.

Пятница: «Как живешь?».

Как живешь? - Вот так! *(Большие пальцы обеих рук - вверх, остальные собраны в кулак)*

А плывешь? - Вот так! *(Руками изображают движение пловца.)*

Как бежишь? - Вот так! *(Руки согнуть в локтях, движение вдоль туловища)*

Вдаль глядишь? - Вот так! *(Поочередно прикладывая ладони колбу)*

Машешь вслед? - Вот так! *(Энергичные движения кистями рук)*

Ночью спишь? - Вот так! *(Ладони под голову.)*

А шалишь? - Вот так! *(Кулачками обеих рук хлопнуть по надутым щекам.)*

Ноябрь

Тема недели: «Рыбы. Животные морей, океанов, водоёмов».



Понедельник: «Рыбки».

(Пальцы обеих рук сложены «щепотью». Руки двигаются волной от плеча, изображая ныряющих рыбок.)

Рыбки плавали, ныряли

В чистой тепленькой

воде. То сожмутся,

(На последнем слове пальцы рук очень плотно сжимаются.)

Разожмутся,

(Пальчики сильно растопыриваются в стороны.)

То зароются в песке.

(Снова сложив пальчики, руками поочередно совершаете движения, как будто раскапываете песок.)

Вторник: «Какие бывают рыбы?».

Мы в подводном мире, друг,

(выполняют движения руками, как будто плывут брасом, одновременно сжимая и разжимая ладони обеих рук)

Рыбы плавают вокруг:

(делают поочередные волнообразные движения то правой, то левой рукой)

Рыба – меч, рыба – пила,

Рыба – удильщик и рыба - игла. *(поочередно соединяют пальцы обеих рук с большим, начиная с мизинца)*

Среда: «Подводный мир».

Посмотри скорей вокруг!

(делают ладошку у лба козырьком)

Что ты видишь, милый друг?

(приставляют пальцы колечками к глазам)

Здесь прозрачная вода.

(разводят ладони в стороны)

Плывет морской конек сюда.

(делают волнообразные движения ладонями)

Вот медуза, вот кальмар,

(опускаем ладони вниз в виде шапочек, двигаем ими; вытягиваем пальцы вперед, шевеля ими) А вот это – рыба – шар.

(соединить пальцы обеих рук в виде шара)

А вот, расправив восемь ног,

(поднимаем ладони тыльной стороной и шевелим пальцами, как ногами)

Гостей встречает осьминог.

Четверг: «Рыбкин дом».

Эта рыбка строит дом,

(складывают ладони домиком)

Строит дом на дне речном.

(приседают, приближают ладони к полу)

Нет у рыбки инструментов:

(мотают головой (отрицательный жест),

разводят руки в стороны)

Носит носом, роет ртом.

(загибают поочередно пальцы сначала на правой, затем на левой руке)

Раз — глоток.

Два — бросок.

Роет Колюшка песок.

Рвет подводные травинки,

Строит стены, потолок.

Чуть появится зевака -

Рвется в драку, забияка:

Эй, зевака, без оглядки

(подносят ладони «рупором» ко рту)

Удирай во все лопатки,

Удирай во все лопатки

Со строительной площадки!

Пятница: «Рыбка».

Рыбка плавает в водиче,

Рыбка быстро уплыла (снова «плывут»).

Тема недели: «Зимующие птицы».



ВДВОЁМ И СНОВА СКУЧАЛИ

Один улетел и остался один.
Один посидел, да и взял, улетел.

Среда: «Кормушка».

Сколько птиц к кормушке нашей *(Ритмично сжимают и разжимают кулачки.)*
Прилетело? Мы расскажем.
Две синицы,
Воробей, *(На каждое название птицы загибают по одному пальчику.)*
Шесть щеглов и голубей,
Дятел в пестрых перышках.
Всем хватило зернышек. *(Опять сжимают и разжимают кулачки.)*

Четверг: «Птицы».

Мы распахнём пошире дверь

И выпустим на волю голубей.

И, крыльями взмахнув легко,

Они взлетают высоко.

Вернувшись из полёта,

Воркуют друзья:

Жить без свободы птицам нельзя!

*Руки скрестить на груди, потом резко
развести их в стороны, ладонями вверх.*

*Махи руками – имитация полёта
голубей.*

*Выполняют «птичку»: ладони
повёрнуты к себе, большие пальцы
выпрямлены и переплетены – головка,
остальные сомкнутые пальцы – крылья.
Помахать ими.*

Пятница: «Воробьи».

*Показать пять пальцев, а затем
загибать их по одному.*
Пять воробьёв на заборе сидели,
Один улетел, а другие запели.
И пели, пока не сморила усталость,
Один улетел, а четверо осталось.
Сидели вчетвером и немного устали,
Один улетел, а трое остались. Сидели
втроём и немного устали, Один
улетел, а двое остались. Сидели
вдвоём и снова скучали Один улетел
и остался один.
Один посидел, да и взял улетел.

Ноябрь

Тема недели: «Семья. «Мы, славим женщину - чьё имя мать».



Понедельник: «Мамы».

Много мам на белом свете,
(разводят руки в разные стороны
и обнимаем себя за плечи)
Всех их очень любят дети.
Журналист и инженер, Повар и
милиционер, Швея, кондуктор
и учитель, Врач, парикмахер и
строитель –
(загибаем пальцы сначала на одной, затем
на другой руке, начиная с мизинца)
Мамы разные нужны,
(сжимаем руки в «замочек»)
Мамы разные важны!
(разводим руки, поднимаем их вверх)

Вторник: «Мама устала».

У мамы на кухне есть множество дел:
(сжимают – разжимают пальцы на обеих руках)
В кастрюле бульон закипел,
(поочередно загибают пальцы на обеих руках одновременно)
Котлеты поджарили в сковороде,
В креманки уже разлито желе,
В салатнице папин любимый салат,
А к чаю купила она мармелад.
Семью накормила *(попеременно ударяют кулак о кулак и ладонь о ладонь)*
И снова – дела:
Посуду помыть *(делают круговые движения ладоней друг о друга)*
И прибрать со стола.
Но разве так можно?
(пожимают плечами, руки с растопыренными пальцами опущены вниз)
Подумайте сами!
Давайте поможем заботливой маме! *(делают жест руками от груди вперед)*
Посуду помыть
не составит труда, *(потирают круговыми движениями ладони друг об друга)*
А мама приляжет – устала она. *(сложенные вместе ладони подкладывают под щеку)*
С. Чешева

Среда: «Мамочка».

Мамочка, мамочка,
Любимая моя,
Ведь ты знаешь, мамочка,
Как я люблю тебя.

Четверг: «Семья».

Кто приехал?
Мы, мы, мы!
Мама, мама, это ты?
Да, да, да!
Папа, папа, это ты?
Да, да, да!
Братец, братец, это ты?
Да, да, да!
Ах, сестричка, это ты?
Да, да, да!
Все мы вместе, да, да, да!

Пятница: «За работу».

Ну-ка, братцы, за работу.
Покажи свою охоту.
Большаку дрова рубить
Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А тебе посуду мыть.
А потом всем песни петь,
Песни петь да плясать,
Наших деток забавлять.

*Поочерёдно загибаем пальчики
правой руки, начиная с
большого, затем то же на левой
руке. Правую руку сжать в
кулак, ладошкой левой крепко
его обхватить.*

*Пальцы обеих рук сложены
вместе. Быстро хлопают кончики
больших пальцев.
Кончики больших пальцев прижаты,
а кончики остальных одновременно
хлопают.
Хлопают кончики больших пальцев.
Хлопают кончики указательных.
Хлопают кончики больших пальцев.
Хлопают кончики средних пальцев.
Хлопают кончики больших пальцев.
Хлопают кончики безымянных.
Хлопают кончики больших пальцев.
Хлопают кончики мизинцев.
Хлопать в ладоши.*

*Поочередно разгибать
пальцы,
начиная с большого, а на
слова
«Песни петь да плясать»-
энергично шевелить ими.*

Ноябрь

Тема недели: «Части тела. Предметы гигиены».



Понедельник: «Пальчики».

Как у нашей Галечки
Есть на ручках пальчики.
Есть мизинчик, безымянный,
Средний, указательный
И большой. Их имена
Запомним обязательно. Раз,
два, три, четыре, пять –
Начинай считать опять.
Пять, четыре, три, два, раз –
Сколько пальчиков у нас?
Е. Сереброва

Вторник: «Глазки».

Это глазки. Вот, вот.
Это ушки. Вот, вот.
Это нос, это рот.
Там спинка. Тут живот.
Это ручки. Хлоп-хлоп.
Это ножки. Топ- топ.
Ох устали вытрем лоб!

Дети показывают части тела и выполняют движения в соответствии с текстом.

Среда: «Пальчик».

Тише, тише не шумите» Этот
пальчик хочет спать Этот
пальчик лег в кровать Этот
пальчик чуть вздремнул Этот
пальчик уж уснул Этот
крепко-крепко спит Тише,
тише, не шумите...

Солнце красное взойдет,
Утро ясное придет,
Будут птицы щебетать,
Будут пальчики вставать!

*Загнуть большой палец
Загнуть указательный палец
Загнуть средний палец
Загнуть безымянный палец
Загнуть мизинец Погрозить
пальцем*

Разогнуть кулачек.

Четверг: «Моем ручки».

Ах вода, вода, вода! (ритмично потираем ладошки имитируя «мытьё рук»)

Будем чистыми всегда!

Брызги-вправо, брызги –влево! (пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая воду)

Мокрым стало наше тело!

Полотенчиком пушистым (энергичные движения имитируют поочередное вытирание каждой руки полотенцем)

Вытрем ручки очень быстро

Пятница: «Части тела».

У меня есть голова

Грудь, живот, а там спина

Ножки чтобы поскакать ,

Ручки чтобы поиграть

(указываем на части тела)

Декабрь

Тема недели: «Обувь. Одежда. Головные уборы».



Понедельник: «Варежка».

Маша варежку надела:

«Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал». Сжать пальцы в кулачок.

Маша варежку сняла: Все пальцы разжать, кроме большого.

«Поглядите – ка, нашла! Разогнуть большой палец.

Ищешь, ищешь и найдёшь, Сжать пальцы в кулачок, отделить большой палец.

Здравствуй, пальчик, как живёшь?

Вторник: «Считаем обувь».

Раз, два, три, четыре, пять

Будем обувь считать:

Раз – туфли,

Два – сапожки,

Три ботинки,

Четыре – босоножки

И, конечно, тапки – пять.

Ножкам надо отдыхать.

Ребенок загибает пальцы на руке.

Среда: «Перчатка».

Я перчатку надеваю,
Я в неё не попадаю.
Поглаживают по очереди одной рукой другую, как будто надевают перчатки.
Сосчитайте-ка ребятки,
Сколько пальцев у перчатки.
Начинаем вслух считать:
Раз, два, три, четыре, пять.
Загибают пальчики

Среда: «Головные уборы».

Белый пух, снежный пух,
Все-все-все в пуху вокруг.
Пух на шапках (*показываем на названные вещи*),
Пух на шубках,
Пух на бровках,
Пух на губках.
Как щекотно — ух! (*щекочем талию*)
Кто щекочет — пух!

Четверг: «Обувь».

Как у нашей кошки	<i>Загибают по одному пальчику, начиная с больших,</i>
На ногах сапожки.	<i>на обеих руках на каждое название обуви.</i>
Как у нашей свинки	
На ногах ботинки.	
Как у пса на лапках	
Голубые тапки.	
А козленок маленький	
Надевает валенки.	
А сыночек Вовка —	
Новые кроссовки.	
Вот так. Вот так.	<i>Ритмично выполняют хлопки ладонями и удары кулачками.</i>
Новые кроссовки.	

Пятница: «Шапочки».

В шапочках желтых мы стали цыплята,	<i>Ребенок машет руками, как цыпленок</i>
<i>крылышками.</i>	
В шапочках белых мы стали зайчата,	<i>Показывает заячьи ушки</i>
В шапочках красных мы стали грибочки,	
В шапочках черных — черника на	<i>Присаживается на корточки.</i>
кочках, В шапочках синих дождевиками	<i>Встает, ставит руки на пояс.</i>
стали И по дорожкам легко поскакали.	<i>Прыгает вперед на двух ногах.</i>

Декабрь

Тема недели: «Зима. Признаки зимы».



Понедельник: «Зима пришла».

Ла-ла-ла, ла-ла-ла,
Туча по небу плыла.
Пальцы обеих рук соединить подушечками и округлить в форме шара (туча).
Вдруг из тучи над землёй
Полетел снежинок рой.
Руки поднять вверх, пальцы развести в стороны. Поворачивать кисти, медленно опуская руки (снежинки летят).
Ветер дунул, загудел –
Подуть на кисти рук (губы округлить и слегка вытянуть вперёд).
Рой снежинок вверх взлетел.
Встряхнуть кистями рук, поднимая вверх, вращать ими (снежинки летят).
Ветер с ними кружится,
Может быть подружится.
Вращать кистями, попеременно скрещивая руки.

Вторник: «Зима».

Копая, копаю лопаткой снежок *(имитируем движения),*
Построю из снега домик-теремок *(над головой из ладошек делаем крышу).*
И окна, и двери я вырублю в нем,
Почищу дорожки, посыплю песком.
А зайке скажу: «Приходи ко мне жить!
Мы будем, зайчишка, с тобою дружить

Среда: «Пришла зима».

Раз, два, три, четыре, пять *(Загибаем пальчики по одному)*
Мы во двор пришли гулять. *(«Идём» по столу указательным и средним пальчиками)*
Бабу снежную лепили, *(«Лепим» комочек двумя ладонями)*
Птичек крошками кормили, *(Крошащие движения всеми пальцами)*
С горки мы потом катались, *(Проводим указательным пальцем пр.р. по ладони л.р.)*
А ещё в снегу валялись. *(Кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)*
Все в снегу домой пришли. *(Отряхиваем ладошки)*
Съели суп и спать легли. *(Движения воображаемой ложкой, руки под щёки)*

Четверг: «Снежок».

Раз, два, три, четыре,
Мы с тобой снежок слепили.
Круглый крепкий, очень гладкий
И совсем-совсем не сладкий.
Раз подбросим.

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

Два поймаем.
Три уроним
И ломаем.

ладони.
Грозят пальчиком.
Смотрят вверх, подбрасывая
воображаемый снежок.
Роняют воображаемый снежок.
Топают ногой.

Пятница: «Мы во двор пошли гулять».

Раз, два, три, четыре, пять,
Мы во двор пришли гулять.
Бабу снежную лепили,
Птичек крошками кормили,
С горки мы потом катались,
А еще в снегу валялись. Все
в снегу домой пришли.
Съели суп, и спать легли.

Загибают пальчики, начиная
с большого.
«Идут» по столу указательным
и средним пальчиками.
«Лепят» комочек двумя
ладонями.
«Крошат хлебушек»
Ведут указательным пальцем
правой руки по ладони левой.
Кладут ладошки на стол то
одной, то другой стороной.
Движения воображаемой
ложкой. Руки под щеку.

Декабрь

Тема недели: «Новый год».



Понедельник: «Ёлочка».

Перед нами елочка:
Шишечки, иголочки.
Шарики, фонарики,
Зайчики и свечки,
Звезды, человечки.

Пальцы рук сплетены, из
больших пальцев – верхушка
«елочки».
Кулачки, указательные
пальчики выставлены.
«Шарики» из пальцев вверх,
вниз «Ушки» из указат. и
среднего пальцев; обе ладони
сложены, пальцы сжаты.
Ладони сложены, пальцы
растопырены, средний и указательный
стоят на столе.

Вторник: «Наряжаем ёлку».

Раз, два, три, четыре, пять
Будем елку наряжать. Мы
повесим шарик,
Яркие фонарики,
Веселого Петрушку
И разные игрушки:
И мишку-шалунишку,
И зайку-трусишку.

*Поочередно соединяют
подушечки пальцев обеих рук,
начиная с большого.
Соединяют ладони «домиком» над
головой и разводят руки в
стороны. Соединяют подушечки
пальцев обеих рук, образуя шарик.
Прижимают ладони друг к другу,
пальцы раздвинуты, выполняют
вращательные движения
ладонями вперед-назад.
Показывают длинный нос.
Вытягивают ладони вперед.
Показывают «Мишкины лапы» и
покачиваются из стороны в
сторону. Прикладывают раскрытые
ладони к голове.*

Среда: «Новогодние игрушки».

Посмотри: на нашей елке (*сложить ладошки вместе*)
Очень колкие иголки.
От низа до макушки (*показываем низ и верх*)
Висят на ней игрушки —
Звездочки и шарик, (*сложить две руки, словно шарик*)
Яркие фонарики (*крутим фонарики*).

Четверг: «Ёлочка».

Перед нами ёлочка: *Показывают «ёлочку»: руки, согнутые в локтях, перед собой; пальцы рук переплетены, большие пальцы, поднятые вверх, - верхушка «ёлки».*
Шишечки, иголки, Показывают «шишечки» - сжатые кулачки и «иголки» - растопыренные пальцы.
Шарик, фонарик, Показывают «шарик»: ладошка – «полуковшик» со слегка раздвинутыми пальцами обращена вверх; «фонарик»: так же сложенные ладошки обращены вниз.
Зайчики и свечки, Показывают «зайчиков» - кулачки с поднятыми указательным и средним пальцами; «свечки» - сложенные ладони со сведёнными пальцами.
Звёзды, человечки. Показывают «звёзды» - сложенные ладошки с растопыренными пальцами; «человечков» - положение «ушки» вниз

Пятница: «Мы во двор пошли гулять».

Ждали праздника мы долго.
Наконец пришла зима.
Наконец пришла зима
В гости ёлку привела.
К ёлке все мы подошли,

*Трём ладошку о ладошку.
Сжать кулаки, прижать их друг к
другу.
Пальцы «идут» по столу, по
коленкам.*

Хороводы завели.
Покружились, поплясали,
Даже чуточку устали.
Дед Мороз скорей приди,
Нам подарки принеси.

*Пальцы показывают Ёлочку,
указательные пальцы сцепляются
Круговые движения кистями рук.
Кисти рук опустить, расслабить.
Ладони прижать друг к другу, потом
протянуть вперёд.*

Январь

Тема недели: «Сказки».



Понедельник: «Любимые сказки».

Будем пальчики считать,	(хлопают в ладоши)
Будем сказки называть	
Рукавичка, Теремок,	(поочередно загибают пальчики на левой руке)
Колобок – румяный бок.	
Есть Снегурочка – краса,	
Три медведя, Волк – Лиса.	
Не забудем Сивку-Бурку,	(поочередно загибают пальчики на правой руке)
Нашу вещую каурку.	
Про жар-птицу сказку знаем,	
Репку мы не забываем	
Знаем Волка и козлят.	(сжимают кулачки)
Этим сказкам каждый рад.	(хлопают в ладоши)

Вторник: «Репка».

Тянут, тянут бабка с дедкой,	(Дети вытягивают большие пальцы)
Из земли большую репку.	(указательные)
К ним пришла тут внучка,	(средние)
Подбежала Жучка,	(безымянные)
Кошка тоже потянула.	(мизинцы)
Хоть держалась крепко,	(берут репку)
Вытянута репка!	(поднимают руки вместе с репкой)

Среда: «Сказки».

Мышка быстренько бежала	(бег пальцами по столу)
Мышка хвостиком виляла	(имитация движения)
Ой, яичко уронила	(сжать ручки в кулачки «яичко»)

Посмотрите-ка, разбила	(показать «яичко» на вытянутых руках)
Вот ее мы посадили	(наклониться)
И водой ее полили	(имитация движения)
Вырастала репка хороша и крепка	(развести руки в стороны)
А теперь ее потянем	(имитация движения)
И из репы кашу сварим	("держим ложку" имитация еды)
И будем мы от репки здоровые и крепкие	(показать «силу»)
Мы славна семья козлят	
Мы любим, прыгать и скакать	(хлопаем в ладоши)
Мы любим, бегать и играть	
Любим рожками бодаться	(пальчиками обеих рук показывают «рожки»)

Четверг: «Репка 2».

Мышка быстренько бежала	(бег пальцами по столу)
Мышка хвостиком виляла	(имитация движения)
Ой, яичко уронила	(сжать ручки в кулачки «яичко»)
Посмотрите-ка, разбила	(показать «яичко» на вытянутых руках)
Вот ее мы посадили	(наклониться)
И водой ее полили	(имитация движения)
Вырастала репка хороша и крепка	(развести руки в стороны)
А теперь ее потянем	(имитация движения)
И из репы кашу сварим	("держим ложку" имитация еды)
И будем мы от репки здоровые и крепкие	(показать «силу»)
Мы славна семья козлят	
Мы любим, прыгать и скакать	(хлопаем в ладоши)
Мы любим, бегать и играть	
Любим рожками бодаться	(пальчиками обеих рук показывают «рожки»)

Пятница: «Теремок».

Стоит в поле теремок, теремок. (Дети соединяют кончики пальцев рук над головой.)
 Он не низок не высок, не высок. (Приседают, опуская руки вниз, встают, поднимая руки вверх)
 На двери висит замок, да замок (Руки сомкнуты ладонями и пальцами.)
 Кто его открыть бы смог? (Поднимают плечи вверх, опускают.)
 Слева зайка, справа мышка, (Дети занимают свои места около теремка.)
 Отодвиньте-ка задвижку. (Тянут руки в разные стороны, но пальцы в «замке».)
 А лягушка, и медведь (Занимают свои места около теремка.)
 Тоже терем хотят отпереть. (Сильно сжимают пальцы.)
 А лисичка и волчок открывают теремок! (Открывают «замок» — рассоединяют пальцы по одному и раз водят руки в стороны).

Январь

Тема недели: «Электробытовые приборы».



Понедельник: «Магнитофон».

Магнитофон! Магнитофон!

Что слышит, то и пишет он. (*Сжимаем – разжимаем кулачки обеих рук*).

Пищат мышата из норы,

Пищат над ухом комары.

Кузнечики и птицы

Поют без репетиций. (*Загибаем по одному пальчику на обеих руках*). Ну а

потом – среди зимы (*Распрямляем по одному пальчику на обеих руках*)

Всех в лето приглашаем мы (*Соединяем одноименные пальчики обеих рук, начиная с больших*).

Услышать каждый хочет,

Как летний гром грохочет. (*Ладони от себя, разводим и соединяем пальчики*.)

Вторник: «Пылесос».

Пылесос, пылесос, *Ритмичное сгибание пальцев обеих рук (ладони смотрят вперёд)*

Ты куда суёшь свой нос? *то же, но ладони обращены друг к другу*.

Я жужжу, я жужжу, *Соприкосновение кончиков пальцев* Я
порядок навожу.

Среда: «Электроприборы».

Что за шум на кухне этой?

сгибание мизинцев

Будем жарить мы котлеты. *сгибание безымянных пальцев*

Мясорубку мы возьмем *вращение средних пальцев вокруг друг друга*

Быстро мясо провернем. *вращение указательных пальцев вокруг друг друга*

Миксером взбиваем дружно *вращение больших пальцев*

Все, что нам для торта нужно, *соединение мизинцев*

Чтобы торт скорей испечь, *соединение безымянных пальцев*

Включим мы электропечь. *соединение средних пальцев*

Электроприборы – это чудо! *движение указательными пальцами*

Жить без них нам было б худо. *Пожимаем плечами*

Четверг: «Ток».

Ток бежит по проводам
Свет несёт в квартиру нам,
Чтоб работали приборы,
Холодильник, мониторы,
Кофемолка, пылесос, Ток
энергию несёт.

*поочерёдно стучат пальчиками одной руки о
пальчики другой руки*

*загибают пальцы одновременно на обеих
руках
стучат кулаком одной руки о кулак другой*

Пятница: «Пылесос».

Пылесос, пылесос,
Ты куда суёшь свой нос?
Я жужжу, я жужжу,
Я порядок навожу.

*Ритмичное сгибание пальцев обеих рук
(ладони смотрят вперёд)*

*то же, но ладони обращены друг к
другу.*

Соприкосновение кончиков пальцев.

Январь

Тема недели: «Дикие животные жарких стран. Животные севера».



Понедельник: «Тюлени».

Тёпы-тяпы, тёпы-тяпы, (Ладонками с плотно сомкнутыми
пальчиками похлопывают по коленям или по столу (руки при этом
неподвижны). Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти
Носят мамы, папы, дети.

Вторник: «Белые медведи».

Белые медведи мороза не боятся, (Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы
правой руки в стороны и соединять.)

Нравится им в море ледяном купаться. Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы
левой руки в стороны и соединять.

Не страшны им в Арктике

Клыкастые моржи, Поднимать пальцы правой руки по одному, начиная с большого.

На рыбу и тюленей охотятся они. Поднимать пальцы левой руки по одному, начиная с большого.

Среда: «Пингвины».

Жили-были три пингвина. (хлопки)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Хорошо и дружно жили (ладошка «моет» ладошку)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Как-то утром на рыбалку. (хлопки)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Зашагали вперевалку. (ладошки «шагают»-«шлепают» по столу)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Наловили много рыбы (вращение кистей рук к себе)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
И еще поймать могли бы. (вращение кистей рук от себя)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Съели дружно все до крошки. (хлопки)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Кроме маленькой рыбешки. (хлопки)
Пик, Пак, Пок. (удары по столу)
Дружно бросились в драку, (удары кулачками друг о друга)
Пик, Пак, Пок. (хлопки)
Учинив большую свалку. (удары кулачками о стол) Пик, Пак, Пок. (хлопки)
Чтобы жить все время дружно, (ладошка «моет» ладошку)
Пик, Пак, Пок. (хлопки)
Уступать друг другу нужно, (ладошка «моет» ладошку) Пик, Пак, Пок. (хлопки)

Четверг: «Слон».

В зоопарке стоит слон,
Уши, хобот – всё при нём.
Головой своей кивает,
Будто в гости приглашает.

Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой – указательным и большим. Шевелить средним пальцем, качать кистью.

Пятница: «Крокодил».

Крокодил плывет по речке,
(ладонь ребенка выставлена вперед параллельно полу)
Выпучив свои глаза.
(указательный и большой пальцы соединены)

Он зеленый весь, как тина,
(большой палец руки находится под ладонью)
От макушки до хвоста.
(прижать и выставить вперед указательный и мизинец)

Февраль

Тема недели: «Дом. Части дома».



Понедельник: «Дом».

Я хочу построить дом, (Руки над головой «домиком».)
Чтоб окошко было в нём, (Руки перед глазами. Концы пальцев рук сомкнуты в «окошко».)
Чтоб у дома дверь была, (Ладони повернуты к себе, сомкнуты боковыми частями.)
Рядом чтоб сосна росла. (Пальцы растопырены. Руки тянем вверх.)
Чтоб вокруг забор стоял (Руки перед собой кольцом, пальцы соединены.)
Пёс ворота охранял. (Одна рука «пёс», мизинец отсоединить от других пальцев.)
Солнце было, (Скрестить кисти рук, пальцы растопырены.)
Дождик шёл, («Стряхивающие» движения.)
И тюльпан в саду расцвёл. (Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят вверх.)

Вторник: «Строим дом».

Тук-тук-тук, тук-тук-тук! (Ударяют, чередуя, кулачком о кулачок).
Молоток бери, мой друг!
Мы построим новый дом, (Ставят рядом ладошки «стены»)
Есть окошко в доме том. (Складывают указательные пальцы «палочкой»,
остальные соединяют «крышей».)
Есть ещё одно повыше,
Есть труба вверху на крыше. (Мизинец отставляют в сторону – труба.)
Дом готов, зовём гостей: (Показывают оба указательных пальца)
«Проходите поскорей!» (Делают приглашающий жест рукой.)

Среда: «Дом».

Я хочу построить дом,
(Руки сложить домиком, и поднять над головой)
Чтоб окошко было в нём,
(Пальчики обеих рук соединить в кружочек)
Чтоб у дома дверь была,

*(Ладони рук соединяем вместе вертикально
 Рядом чтоб сосна росла.
 (Одну руку поднимаем вверх и "растопыриваем" пальчики)
 Чтоб вокруг забор стоял,
 Пёс ворота охранял,
 (Соединяем руки в замочек и делаем круг перед собой)
 Солнце было, дождик шёл
 (Сначала поднимаем руки вверх, пальцы "растопырены". Затем пальцы опускаем
 вниз, делаем "стряхивающие" движения)
 И тюльпан в саду расцвёл
 (Соединяем вместе ладони и медленно*

Четверг: «Дом с воротами».

На поляне дом стоит.	<i>Пальцы обеих рук под углом друг к другу широко расставлены, соприкасаются только кончики.</i>
Ну, а к дому путь закрыт.	<i>Большие пальцы обеих рук подняты вверх, остальные пальцы в горизонтальном положении вместе, кончики</i>
Мы ворота открываем,	<i>средних пальцев соприкасаются. ладони поворачиваются параллельно друг другу.</i>
В этот домик приглашаем	<i>Руки разводятся в стороны ладонями вверх. Русский поклон.</i>

Пятница: «Мой дом».

*Дети загибают на обеих руках пальцы: по одному пальцу на каждое двуступище.
 У лисы в лесу глухом Есть
 нора – надёжный дом. Не
 страшны зимой метели
 Белочке в дупле на ели.
 Под кустами ёж колючий
 Нагребает листья в кучу.
 Из ветвей, корней, травы
 Хатки делают бобры. Спит
 в берлоге косолапый, До
 весны сосёт там лапу. Есть
 у каждого свой дом, Всем
 тепло уютно в нём.
 Ударяют ладонями и кулачками поочередно*

Февраль

Тема недели: «Мебель».



Понедельник: «Мебель».

Мебель я начну считать:
Кресло стол, диван, кровать,
Пальцы обеих рук поочерёдно зажимать в кулачки.
Полка, тумбочка, буфет,
Шкаф, комод и табурет.
Много мебели назвал –
Десять пальчиков зажал!
Поднимать зажатые кулачки вверх.

Вторник: «Много мебели в квартире».

Раз, два, три, четыре,
Много мебели в квартире.
Ритмично сжимать и разжимать кулачки.
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.
Загибать пальчики, начиная с больших, на каждое название мебели.
А потом мы с котом
Посидели за столом, Чай с
вареньем дружно пили.
Много мебели в квартире!
Ритмично попеременно хлопать в ладоши и стучать кулачком о кулачок.

Среда: «Стул».

Ножки, спинка и сиденье –
Вот вам стул на удивленье.
Левая ладонь – вертикально вверх. К её нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе)

Четверг: «Мебель в нашем доме».

В нашей комнате – столовой
– Есть отличный стол
дубовый, Стулья – спинки все
резные, Ножки гнутые, витые.
И ореховый буфет Для
варенья и конфет.

В комнате для взрослых – спальне –
Есть для платьев шкаф зеркальный,
Две широкие кровати С одеялами
на вате И березовый комод, Мама
там белье берет.

А в гостиной кресла есть,
Телевизор смотрят здесь.
Есть диван и стол журнальный,
В стенке – центр музыкальный.
(На каждое название предмета мебели дети загибают по одному пальчику)

Пятница: «Мой дом».

Мебель я начну считать (Показывают ладошки обеих рук.)
Кресло, стол, диван, кровать, (Пальцы обеих рук поочередно сжимают в кулачки.)
Полка, тумбочка, буфет,
Шкаф, комод и табурет.
Много мебели назвали, (Разжимают кулачки и показывают ладошки.)
Десять пальчиков зажали! (Сжимают кулачки и поднимают их вверх.)

Февраль

Тема недели: «Профессии».



Понедельник: «Ну- ка, братцы за работу».

Ну-ка, братцы, за работу. (Поочередно разгибать пальцы, начиная с большого).
Покажи свою охоту.
Большаку дрова рубить
Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А тебе посуду мыть.
А потом всем песни петь,
Песни петь да плясать, (Энергично шевелить пальцами.)
Наших деток забавлять.

Вторник: «Швея».

Вышивает, шьет
иголка, Пальцу больно,
Пальцу колко.
А наперсток
В тот же миг
К девочке на пальчик
Прыг!
Говорит иголке: -
Шей, а колоться ты не
смей!

Среда: «Повар».

Повар готовил обед,
А тут отключили свет.
Повар леща берет И
опускает в компот.
Бросает в котел поленья,
В печку кладет варенье
Мешает суп кочерыжкой,
Угли бьет поварешкой.
Сахар сыплет в бульон.
И очень довольный он!

Четверг: «Кузнец».

Идет кузнец из кузницы,
Несет кузнец два молота.
Тук, тук, тук, тук,
Да ударил разом вдруг.

Пятница: «Пекарь».

Пекарь, пекарь, из муки
Испеки нам колобки.
Две сушки — Ванюшке,
Две баранки — Танюшке,
Два бублика — Мишке,
Два калача — Маришке.

*В правой руке воображаемая
иголка «шьет» и задевает
указательный пальчик на левой руке.*

«Надевают наперсток».

«Шьют»

Грозят пальчиком.

*Ребром ладони стучат по столу.
Загибают большой палец на левой руке.*

*Загибают указательный палец.
-средний
- безымянный
- мизинец*

Разводят руками.

*Кисти рук лежат на столе, ладонями вниз,
пальцы приподняты, слегка согнуты.*

*Постукивать поочередно правой, левой руками, всеми пальцами.
Пальцы обеих рук одновременно ударяют по столу.*

*Выполняем круговые движения ладонями
Имитируем скатывание колобка.
Поочередно соединяем большие пальцы
обеих рук с остальными пальцами
— упражнение «колечки».*

Февраль

Тема недели: «Наша армия».



Понедельник: «Бойцы».

Пальцы эти – все бойцы.
Удалые молодцы.
Два больших и крепких малых
И солдат в боях бывалых.
Два гвардейца – храбреца!
Два сметливых молодца!
Два героя безымянных,
Но в работе очень рьяных!
Два мизинца – коротышки
– Очень славные мальчишки!

*Растопырить пальцы на обеих руках,
сжать их в кулак.
Приподнять два больших пальца,
другие крепко прижать к столу.
Приподнять указательные пальцы,
другие крепко прижать к столу.
Приподнять средние пальцы,
другие крепко прижать к столу.
Приподнять безымянные пальцы,
Хлопнуть в ладоши.*

Вторник: «Солдаты».

Для солдата строго норма:
Всегда выглаженная форма.
В руки взял Арсений пультаик,
Посмотреть хотел он мультяик
У пограничников есть пост,
Под охраной у них мост.

*Показать два пальца в "рогатке"
Сжать руки в кулак оттопырив большой палец "класс"
«Прошагать» пальцами по коленям
Хлопнуть в ладоши
Плотно сжатые пальцы рук приложить к вискам
Ладони плотно прижаты друг к другу, "развести" в мост*

Среда: «Сегодня праздник всех отцов».

Сегодня праздник всех отцов, Сжимают и разжимают пальцы
Всех сыновей, всех кто готов, Хлопают в ладоши
Свой дом и маму защитить, Из ладошек делают «домик», руки прикладывают к сердцу
Всех нас от бед отгородить! Сжимают и разжимают пальцы

Четверг: «Капитан».

Я плыву на лодке белой(концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями
По волнам с жемчужной пеной. друг к другу, слегка приоткрыв.)
Я - отважный капитан, (проговаривая стишок, показывать, как лодка
Мне не страшен ураган. качается на волнах, а затем плавными движениями рук
Чайки белые кружатся, сами волны, потом по тексту
Тоже ветра не боятся. стиха показать чайку, скрестив руки, соединив
Лишь пугает птичий крик ладони тыльной стороной и помахать

Стайку золотистых рыб. *пальцами, сжатыми вместе*
И, объездив чудо- страны, *выпрямленными ладонями с пальцами,*
Посмотрев на океаны, *прижатыми друг к другу изобразить рыбок.*
Путешественник-герой, *плавными движениями ладоней показать*
К маме я вернусь домой. *как рыбы плывут в воде)*

Пятница: «Защитники отечества».

Пальцы эти – все бойцы.	<i>Растопырить пальцы на обеих руках, потом сжать их в кулак. Приподнять два больших пальца, другие крепко прижать к столу.</i>
Удалые молодцы.	
Два больших и крепких малых	<i>Приподнять указательные пальцы,</i>
И солдат в боях бывалых.	<i>другие крепко прижать к столу.</i>
Два гвардейца – храбреца!	<i>Приподнять средние пальцы, другие крепко прижать к столу.</i>
Два сметливых молодца!	<i>Приподнять безымянные пальцы,</i>
Два героя безымянных,	<i>другие крепко прижать к столу.</i>
Но в работе очень рьяных!	
Два мизинца – коротышки –	<i>Приподнять мизинцы. Хлопнуть ладонями</i>
Очень славные мальчишки!	<i>по столу.</i>

Март

Тема недели: «Инструменты».



Понедельник: «Инструменты».

Мне нужны такие вещи:

(ритмично сжимают – разжимают ладони)

Молоток,

Тиски

И клещи,

Ключ,

Напильник

И ножовка,

(ритмично соединяют большой палец

поочередно с указательным, средним,

безымянным на правой, а потом на левой руке)

А всего нужней –

Сноровка!

(ритмично сжимают – разжимают ладони)

Вторник: «Помощники».

Мы пилили, *(Делают пилящие движения).*

Мы рубили, *(Делают рубящие движения).*

Громко молотком стучали,

Свежей краской покрывали. *(Выполняют движения руками вверх и вниз).*

Мама очень нас хвалила *(Хлопают в ладоши).*

И печеньем угостила. *(Поглаживают живот ладошкой).*

Среда: «Замок».

Ручки складываете в замок, переплетая пальцы. Читая стишок, ритмично раскачиваете «замок»:

На двери висит замок.

Кто его открыть бы мог?

Постучали, На этом слове ритмично постукиваете друг об друга основаниями ладоней, не расцепляя пальцы

Покрутили,

Не расцепляя пальцы, одну руку тянете к себе, другую от себя, попеременно меняя их.

Потянули

Тянете ручки в разные стороны, выпрямляя пальцы, но не отпуская замок полностью.

И открыли! Резко отпуская руки, разводите их широко в стороны.

Четверг: «Молоток»

Молоточком я стучу (*стучим кулачком по кулачку*),
Дом построить я хочу (*складываем над собой «крышу» ладошками*),
Строю я высокий дом! (*ручки вверх*)
Буду жить я в доме том! (*опять домиком ладошки*)

Пятница: «Топором дрова рублю».

- Топором дрова колю
имитировать действия топора, двигать вместе ладошками вверх-вниз
- А потом пилой пилю.
имитировать действия пилы, двигать вместе ладошками вперед-назад
- Отнесу их бабушке,
показать ладошки
- Чтоб испечь оладушки.
похлопать ладонями друг о друга

Март

Тема недели: «Мамин праздник. Профессии мам».



Понедельник: «Мамочка».

Мамочка, мамочка Поочерёдно загибаем пальчики
Любимая моя, *правой руки, начиная с большого*, Ведь
ты знаешь, мамочка, *затем то же на левой руке*. Как
я люблю тебя. *Правую руку сжать в кулак, ладошкой*
левой крепко его обхватить.

Вторник: «Мамины помощники».

Дружно маме помогаем —
Пыль повсюду вытираем. *Движения по тексту*
Мы белье теперь стираем
Полощем, отжимаем.

Подметаем все кругом –
И бегом за молоком. Маму
вечером встречаем, Двери
настежь открываем, Маму
крепко обнимаем

Среда: «Цветок для мамы».

Ой, в нашем цветнике
Большой цветок на стебельке.
Раскрывать и закрывать кулачок, пальчики, будто лепестки.
От ветерка качается,
Движения руками вправо-влево.
И мне улыбается! Я
мамочку поцелую
И цветочек подарю ей! *Мимика, жесты.*

Четверг: «Наши мамы»

Много мам на белом свете,	<i>(разводят руки в разные стороны</i>
Всех их очень любят дети.	<i>и обнимаем себя за плечи)</i>
Журналист и инженер,	<i>(загибаем пальцы сначала на одной,</i>
Повар и милиционер,	<i>затем на другой руке, начиная с мизинца)</i>
Швея, кондуктор и учитель,	
Врач, парикмахер и строитель –	
Мамы разные нужны,	<i>(сжимаем руки в «замочек»)</i>
Мамы разные важны!	<i>(разводим руки, поднимаем их вверх)</i>

Пятница: «Мама устала».

У мамы на кухне есть множество дел:
(сжимают – разжимают пальцы на обеих руках)
В кастрюле бульон закипел,
(поочередно загибают пальцы на обеих руках одновременно)
Котлеты поджарили в сковороде,
В креманки уже разлито желе,
В салатнице папин любимый салат,
А к чаю купила она мармелад.
Семью накормила
(попеременно ударяют кулак о кулак и ладонь о ладонь)
И снова – дела:
Посуду помыть
(делают круговые движения ладоней друг о друга)
И прибрать со стола.
Но разве так можно?
(пожимают плечами, руки с
растопыренными пальцами опущены вниз)

Подумайте сами!
Давайте поможем заботливой маме!
(делают жест руками от груди вперед)
Посуду помыть
не составит труда,
(потирают круговыми движениями ладони друг об друга)
А мама приляжет – устала она.
(сложенные вместе ладони подкладывают под щеку)
С. Чешева

Март

Тема недели: «Посуда».



Понедельник: «Посуда».

Девочка Иринка порядок наводила,
(поочередно соединяют большой палец с остальными)
Девочка Иринка кукле говорила:
«Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в масленке,
Хлебушек должен быть в хлебнице.
А соль? Ну конечно, в солонке!!!

Вторник: «Каша».

Маша кашу наварила,
Маша кашей всех кормила.
Положила Маша кашу
Кошке - в чашку,
Жучке – в плошку,
А коту – в большую ложку.
В миску курицам, цыплятам
И в корытце поросятам.
Всю посуду заняла,
Все до крошки раздала.

Указательным пальцем правой Руки мешают в левой ладошке. Загибают пальчики на обеих руках. Разжимают кулачки. Сдувают «крошки» с ладошки.

Среда: «Антошка моет посуду».

Посуду моет наш Антошка,

Моет вилку, чашку, ложку, *Потирать ладошки друг об друга («мыть посуду»).*

Вымыл блюдце и стакан

И закрыл покрепче кран.

Разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца. Выполнять имитирующие движения

Четверг: «Новая посуда»

Мы в новом магазине посуду покупали: *Руки на столе ладонями вниз; разводить пальцы в стороны и соединять.*

Тарелки, блюдца, чашки *Поднимать поочередно пальцы правой руки*

На полках выбирали.

Красивую кастрюлю, молочник и солонку,

Набор ножей и вилок, *Поднимать поочередно пальцы левой руки*

Шумовку и масленку.

Пятница: «Чайник».

Привет, я – чайник *(показываем руками толщину)*

Большой и толстый

Вот моя ручка, *(руку вбок)*

А вот мой носик *(другую руку вверх и в сторону)* Если буду кипеть, *(хлопаем рукой на макушке)* Я буду свистеть *(изображаем свист)*

С печки меня возьмешь, *(наклоняемся в сторону, где рука-ручка)*

Чаю себе нальёшь. *(наклон в сторону, где рука-носик)*

Март

Тема недели: «Продукты питания. Витамины. Хлеб. (жаворонки)».



Понедельник: «Компот».

Будем мы варить компот,

Фруктов нужно много вот:

*(левую ладошку держим «ковшиком»,
правой рукой помешиваем)*

Будем яблоки крошить,
Грушу будим, мы рубить.
Отожмем лимонный сок,
Слив положим и песок.
(загибаем пальцы по одному, начиная с большого)
Варим, варим мы компот.
Угостим честной народ.
(опять варим и мешаем)

Вторник: «Хлеб».

Муку в тесто замесили,
(«месим тесто»)
А из теста мы слепили:
(«прихлопываем ладошками», лепим)
Пирожки и плюшки,
Сдобные ватрушки,
Булочки и калачи
(поочередно разгибаем пальцы из кулака, начиная с большого)
Все мы испечем в печи.
(обе ладошки разворачиваем вверх)
Очень вкусно! *(гладим живот)*

Среда: «Вкусная каша».

Каша из гречки,
Где варилась? В печке.
Сварилась, упрела,
(поглаживают ладони друг о друга круговыми движениями)
Чтобы Оленька ела,
Кашу хвалила,
(разворачивают руки ладонями вниз)
На всех разделила...
(разворачивают руки ладонями вверх)
Досталось по ложке
(поочередно загибают по одному пальцу на обеих руках одновременно на каждое название живого существа)
Гусям на дорожке,
Цыплятам в лукошке,
Синицам в окошке.
Хватило по ложке
Собаке и кошке,
И Оля доела
(отряхивают ладони друг об друга)
Последние крошки!
З. Александрова

Четверг: «Пирог»

Падал снег на порог. 2 раза медленно опускают ладони на стол.

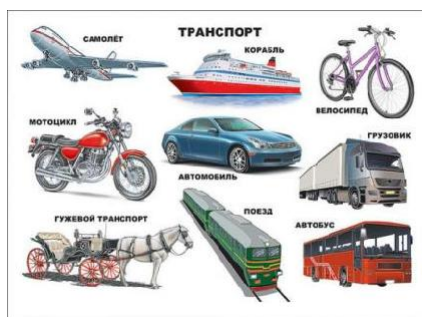
Кот слепил себе пирог. *Прижимают ладонь к ладони «лепят» пирог.*
А пока лепил и пек,
Ручейком пирог утек. *Бегут» пальчиками по столу.*
Пирожки себе пеки
Не из снега – из муки. *«Прижимают ладонь к ладони «лепят» пирог.*

Пятница: «Продукты».

Бублик . *Большой и указательный пальцы образуют круг.*
Баранку, *Большой и средний пальцы образуют круг.*
Батон *Большой и безымянный пальцы образуют круг .*
И буханку *Большой и мизинец образуют круг.*
Пекарь из теста
Испёк спозаранку *Имитация лепки хлеба.*

Март

Тема недели: «Транспортные средства. ПДД».



Понедельник: «Транспорт».

Один-два-три-четыре-пять,
Буду транспорт я считать:
Автобус, лодка и мопед,
Мотоцикл, велосипед,
Автомобиль и самолёт,
Корабль, поезд, вертолёт(*загибают пальчики*)

Вторник: «Лодка».

Две ладошки прижму
И по морю поплыву.
Две ладошки – друзья –
Это лодочка моя.
Паруса подниму,
Синим морем поплыву.

*Ладони лодочкой, волнообразные
движения рук.*

*Поднять выпрямленные ладони
вверх.*

Имитация движений волн и

А по бурным волнам
Плывут рыбки тут и там.

рыбок.

Среда: «Транспорт».

Автобус, троллейбус, машина, трамвай –
О них ты на улице не забывай.
В морях – корабли, ледоколы, суда,
Они очень редко заходят сюда.
(Соединение всех пальцев с большим по очереди, начиная с указательного)

Четверг: «Машины»

По шоссе идут машины, (Крутим воображаемый руль.)
По асфальту едут шины. (Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)
По дороге не беги, (Погрозил пальцем.)
Я скажу тебе: «Би-би». (Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим».)

Пятница: «Дорожных правил очень много».

Дорожных правил очень много. («грозят» пальчиками)
Раз - Внимание дорога! (загибают поочередно пальцы)
Два - сигналы светофора,
Три – смотри дорожный знак,
А четыре – «переход».
Правила все надо знать (хлопки руками)
И всегда их выполнять. (показывают «класс!» большим пальцем)

Апрель

Тема недели: «Весна. Признаки весны».



Понедельник: «Весна пришла».

К нам весна пришла,
Цветы красивые принесла! *Ручки протягивают вперёд «с букетом».*
В палисадник мы пошли
И венок себе сплели! *Пальчики двигаются, будто плетут венок.*

Вторник: «Мишка проснулся».

Мишка вылез из берлоги,
Огляделся на пороге. (*Повороты влево и вправо*)
Потянулся он со сна (*Потягивания — руки вверх*)
К нам опять пришла весна.
Чтоб скорей набраться сил,
Головой медведь крутил (*Вращения головой*)
Наклонился назад — вперед (*Наклоны назад-вперед*)
Вот он по лесу идет (*Идем вперевалку*)
Ищет мишка корешки
И трухлявые пеньки *Приседаем, повороты головой влево-вправо*)
В них съедобные личинки-
Для медведя витаминки (*Наклоны: правой рукой коснуться левой ноги, потом наоборот*)

Среда: «Грачи прилетели».

Мы лепили куличи. *«Лепить пирожок»*
Прилетели к нам грачи. *«Помахать крыльями»*
Первый грач испек пирог, *Загибать пальчики по очереди на одной руке.*
А второй ему помог. Третий
грач накрыл на стол,
А четвертый вымыл пол,
Пятый долго не зевал И
пирог у них склевал.
Раз, два, три, четыре, пять, *Загибать пальчики на другой*
руке Выходи грачей считать.

Четверг: «Птицы прилетают»

С наступлением весны, *Пальцы расставлены, ладони перекрещены.*
Птицы прилетают. *Большие пальцы соединяют, остальными машут, как крыльями.*
Возвращаются скворцы,
Работяги и певцы. *Пальцы рук сжимаются в кулаки и разжимаются.*
А грачи у лужицы *Ладони раскрыты, соединены чашечкой.* Шумной
стайкой кружатся. *Круговые движения кистями рук.* Журавли летят
торопятся, *Пальцы расставлены, ладони перекрещены.*
А малиновка и дрозд, *Большие пальцы соединяют, остальными машут, как крыльями.*
Занялись устройством гнезд. *Пальцы рук в замок ладони открыты.*

Пятница: «Весна пришла».

К нам Весна лишь заглянула - *Протягивают руки вперед*
В снег ладошку окунула *Руки внизу, перпендикулярно корпусу И*
расцвел там нежный, *Руки соединяют в бутон на уровне глаз*
Маленький подснежник *Медленно раздвигают пальцы («цветок раскрылся»)*

Апрель

Тема недели: «Космос».



Понедельник: «Космонавт».

Космонавтом хочешь стать?
Сильным быть и ловким?
Надо пару подобрать
И лицом друг к другу встать.
Если чистые ладошки –
Значит можно начинать.

Выполнять движения по тексту.

Вторник: «Мы космический отряд».

(Пальцы одной руки сжаты в кулак. Дети разжимают и сжимают пальцы)
Мы космический отряд,
Очень дружных пять ребят.

*(Дети разгибают по очереди пальцы сжатые в кулак, начиная с
большого. Говоря про пятый палец, придерживают его другой рукой)*

- 1 – Гагарин,
- 2 – Титов,
- 3 – Леонов,
- 4 – Комаров,

5-ый женщина, а не мужчина -

Терешкова Валентина!

(Дети соединяют ладони перед собой и поднимают их вверх, вытягивая руки)

В космический корабль сели,

Да и в космос полетели.

Среда: «Будем в космосе летать».

(Дети по очереди загибают пальцы одной руки, начиная с мизинца, помогая указательным пальцем другой руки)

1,2,3,4,5.

(Дети вращают кистью, которая сжата в кулак)

Будем в космосе лететь.

(Дети по очереди разгибают пальцы, начиная с большого)

1 – комета.

2 – планета.

3 – луноход.

4 – звездолет.

5 – земля,

(Дети машут кистью руки, как бы прощаясь)

До свидания друзья!

(То же с другой руки. Или можно выполнять двумя руками вместе).

Четверг: «Планеты»

По порядку все планеты

Назовёт любой из нас:

Раз ... Меркурий,

Два ... Венера,

Три ... Земля,

Четыре ... Марс.

Пять ... Юпитер,

Шесть ... Сатурн,

Семь ... Уран,

За ним ... Нептун.

Он восьмым идёт по счёту.

А за ним уже, потом, И

девятая планета Под

названием Плутон.

Пятница: «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»)*

Апрель

Тема недели: «Земля наш общий дом».



Понедельник: «Планета Земля».

В тёмном небе звёзды светят.

Сжимают, разжимают кулачки.

Космонавт летит в ракете.

Ладони соединены под острым углом.

День летит и ночь летит И на

Землю вниз глядит.

*Указательным и большим пальцем делают
«очки» возле глаз.*

Видит сверху он поля,

Загибают по одному пальцу.

Горы, реки и моря.

Видит он весь шар земной,

Шар земной - наш дом родной.

Ладонями изображают шар.

Вторник: «Я в деревне отдыхаю».

Я в деревне отдыхаю, (Руки на столе ладошками вниз. Разводить и соединять пальцы правой руки.)

Всех зверей домашних знаю: (Разводить и соединять пальцы левой руки.)

Кролик, лошадь и коза, (Называя животное, поднимать и удерживать на весу каждый палец правой руки, начиная с большого.)

Кот, корова и свинья. (Поднимать и удерживать на весу оставшиеся пальцы правой руки, а затем левой, начиная с большого.)

А еще баран с овцой,

Да верный пес – (Поднимать и удерживать на весу каждый палец левой руки.)

Помощник мой. (Большой палец правой руки поднять вверх, указательный согнуть, остальные вытянуть вперед и прижать друг к другу – «собака»)

Среда: «Я рисую лето».

Я рисую лето:

(рисуют пальчиком по столу)

Красной краской –

(рисуют в воздухе «солнце»)

Солнце,

На газонах розы,

(сжимают и разжимают пальцы)

На лугах покосы,

Синей краской – небо

(рисуют в воздухе «облака»)

И ручей певучей.

(на столе рисуют пальцем «ручей»)

Четверг: «Семья»

Раз, два, три, четыре! *(хлопают в ладоши)*

Кто живет в моей квартире?

Раз, два, три, четыре, пять! *(хлопают в ладоши)*

Всех могу пересчитать:

Папа, мама, брат, сестренка, кошка Мурка,

Два котенка, мой щегол, сверчок и я *(поочередное поглаживание- массаж всех десяти пальцев).*

Вот и вся моя семья!

Пятница: «Кто приехал?».

Кто приехал? *Пальцы обеих рук сложены вместе.*

Мы, мы, мы! *Быстро хлопают кончики больших пальцев.*

Мама, мама, это ты? *Кончики больших пальцев прижаты, а кончики остальных хлопают.*

Да, да, да! *Хлопают кончики больших пальцев.*

Папа, папа, это ты? *Хлопают кончики указательных.*

Да, да, да! *Хлопают кончики больших пальцев.*

Братец, братец, это ты? *Хлопают кончики средних пальцев.*

Да, да, да! *Хлопают кончики больших пальцев.*

Ах, сестричка, это ты? *Хлопают кончики безымянных.*

Да, да, да! *Хлопают кончики больших пальцев.*

Все мы вместе, да, да, да! *Хлопают кончики мизинцев. Хлопать в ладоши.*

Апрель

Тема недели: «Наш город. Моя улица».



Понедельник: «Дом, в котором я живу».

Город – это улицы, проспекты и дома,

Ладонь правой руки лежит на столе; производить поочередные постукивания пальцами по столу.

Площади, музеи, парков тишина,

Ладонь левой руки лежит на столе; производить поочередные постукивания пальцами по столу.

Блеск огромных стекол, Праздничных витрин,

Разводить пальцы в стороны и соединять. Быстрое движение Круговые движения

руками, согнутыми в локтях.

Прохожих и машин

Указательные и средние пальцы «бегут» по столу, остальные сжаты в кулак.

Вторник: «В гости к другу мы идем».

На горе мы видим дом, *ладонь, тыльной стороной ко лбу, смотрим в даль*

Много зелени кругом, *разводим в стороны руками*

Вот деревья, вот кусты, *рукой показывая в лево*

Вот душистые цветы. *Рукой показывая в право*

Окружает всё забор,

За забором — чистый двор.

Мы ворота открываем,

К дому быстро подбегаем,

В дверь стучимся: «Тук–тук– тук!» *кулачком в воздухе стучим*

Кто –то к нам идёт на стук.

В гости к другу мы пришли

И подарки принесли. *Ладони вместе, дарим подарок*

Среда: «Родной край».

Здравствуй, Солнце золотое!

(Пальцами правой руки по

Здравствуй, небо голубое!

очереди «здороваться» с

Здравствуй, вольный ветерок!

пальцами левой руки,

Здравствуй, маленький дубок!

похлопывая друг друга

Мы живем в одном краю -

кончиками.

Всех я вас приветствую!

Четверг: «Наша квартира»

В нашей комнате — столовой — *(На каждое название предмета, мебели дети загибают*

Есть отличный СТОЛ ДУБОВЫЙ

СТУЛЬЯ — спинки все резные,

по одному пальчику.)

Ножки гнутые, витые.

И ореховый БУФЕТ

Для варенья и конфет.

В комнате для взрослых — спальне —

Есть для платьев ШКАФ

ЗЕРКАЛЬНЫЙ, Две ШИРОКИЕ

КРОВАТИ С одеялами на вате

И березовый КОМОД,

Мама там белье берет.

А в гостиной КРЕСЛА есть,

Телевизор смотрят здесь.

Есть ДИВАН и СТОЛ журнальный,

В СТЕНКЕ — центр музыкальный.

Пятница: «Дом».

На поляне дом стоит, (*«Дом» изобразить двумя руками, крышу дома - пальцы левой и правой рук соприкасаются друг с другом.*)

Ну а к дому путь закрыт. (*Правая и левая руки повернуты ладонями к себе, средние пальцы соприкасаются друг с другом, большие пальцы — вверх («ворота»).*)

Мы ворота открываем, (*Ладони разворачиваются параллельно друг другу*)

В этот домик приглашаем. (*«Дом»*)

Май

Тема недели: «День Победы».



Понедельник: «Мы- помним, мы- гордимся!».

Вокруг все было тихо,
И вдруг- салют! Салют!
Ракеты в небе вспыхнули.
И там и тут!

(*Пальчики собраны в кулачки.*)
(*Разжать пальчики.*)
(*Растопырить пальчики веерообразно.*)
(*Вновь сжать и раскрыть пальчики веером.*)

Вторник: «Бойцы».

Пальцы эти – все бойцы.
Удалые молодцы.

Два больших и крепких малых
И солдат в боях бывалых.
Два гвардейца – храбреца!
Два сметливых молодца!
Два героя безымянных,
Но в работе очень рьяных!
Два мизинца – коротышки
– Очень славные мальчишки!

*Растопырить пальцы на обеих руках,
сжать их в кулак.*
*Приподнять два больших пальца,
другие крепко прижать к столу.*
*Приподнять указательные пальцы,
другие крепко прижать к столу.*
*Приподнять средние пальцы,
другие крепко прижать к столу.*
*Приподнять безымянные пальцы,
Хлопнуть в ладоши.*

Среда: «Пограничники».

Для солдата строго норма:
Всегда выглаженная форма.
В руки взял Арсений пультак,
Посмотреть хотел он мультяк

Показать два пальца в "рогатке"
Сжать руки в кулак оттопырив большой палец "класс"
"Прошагать" пальцами по коленям Хлопнуть в ладоши

У пограничников есть пост, *Плотно сжатые пальцы рук приложить к вискам*
Под охраной у них мост. *Ладони плотно прижаты друг к другу, "развести" в мост*

Четверг: «Наша армия»

Аты — баты, аты — баты!

(поочерёдно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки)

На парад идут солдаты!

Вот идут танкисты,

Потом артиллеристы,

А потом пехота —

Рота за ротой.

Пятница: «Капитан».

Я плыву на лодке белой *(концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями*

По волнам с жемчужной пеной.

друг к другу, слегка приоткрыв.

Я - отважный капитан,

проговаривая стишок, показывать, как лодка

Мне не страшен ураган.

качается на волнах, а затем плавными

движениями рук

Чайки белые кружатся,

сами волны, потом по тексту

Тоже ветра не боятся.

стиха показать чайку, скрестив руки, соединив

Лишь пугает птичий крик

ладони тыльной стороной и помахать

Стайку золотистых рыб.

пальцами, сжатыми вместе

И, объездив пол-страны,

выпрямленными ладонями с пальцами,

Посмотрев на океаны,

прижатыми друг к другу изобразить рыбок.

Путешественник-герой,

плавными движениями ладоней показать

К маме я вернусь домой.

как рыбы плывут в воде)

Май

Тема недели: «Цветы. Растения луга и леса».



Понедельник: «Цветок».

Вырос высокий цветок на поляне,

(Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить).

Утром весенним раскрыл лепестки.

(Развести пальцы рук).

Всем лепесткам красоту и питание

(Ритмично двигать пальцами вместе-врозь).

Дружно дают под землей корешки.

(Ладони опустить вниз, тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести).

Вторник: «Подсолнух».

Посадили зернышко, *(щепотка)*

Вырастили солнышко. *(растопырить ладони)*

Это солнышко сорвем, *(ладони раскрыть)*

Много зерен соберем. *(собирать с другой ладони зерна)*

Среда: «Мак».

На пригорке вырос мак, *Ладони вместе, тянем вверх* Он

склонил головку так. *Наклоняем «лодочку» в сторону*

Бабочка над ним порхает, *Кисти рук перекрестить, помахать, как бабочка, крылышками.*

Быстро крыльями мелькает.

Четверг: «Алые цветки»

Наши алые цветки

Распускают лепестки. *Медленно разжимать пальцы из кулачков*

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Головой качают, , *покачивать кистями рук вправо – влево медленно сжимать*

Тихо засыпают. , *пальцы в кулаки, покачивать кулаки вперед – назад.*

Пятница: «Цветок».

Утром рано он закрыт, Но к

полудню ближе Раскрывает

лепестки, красоту их вижу.

К вечеру цветок опять

закрывает венчик,

И теперь он будет спать

До утра, как птенчик.

Кисти рук плотно сомкнуты.

Ладони отходят друг от друга, подушечки

больших пальцев прижаты к концам

указательных кисти рук напоминают бутон.

Кисти рук у запястья соединены, а пальцы

плавно расходятся в разные стороны,

напоминая раскрывшийся цветок.

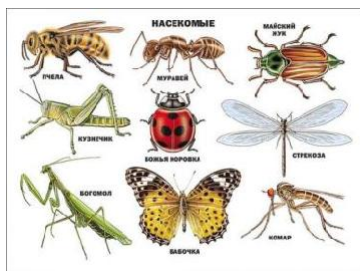
Пальцы сомкнуты, образуя закрывшийся цветок.

Кисти рук возвращаются в исходное положение.

Кладут кисти рук под щеку, имитируя сон.

Май

Тема недели: «Насекомые».



Понедельник: «Паучок»

Паучок ходил по ветке, (скрестить руки, пальцами одной руки пробежать по предплечью)

А за ним ходили детки. (пальцами второй руки также пробежать по предплечью) Дождик с неба вдруг полил, (кисти свободно опустить, имитируя дождик) Паучков на землю смыл. (хлопнуть ладонями по коленям или столу) Солнце стало пригревать, (прижать ладони боковыми сторонами и растопырить пальцы)

Паучок ползет опять, (начинайте действия сначала)

А за ним ползут все детки, Чтобы погулять на ветке. (пальцами пробегают по голове)

Вторник: «Божьи коровки».

Божья коровка - (дети машут руками)

Черная головка. (за голову хватаются)

Улети на небо, (руки поднимают высоко)

Принеси нам хлеба. (руки вперед)

Черного и белого (две ладошки в одну сторону, и в другую)

Только не горелого. (пальчиком грозят)

Среда: «Комар».

Дружно пальчики считаем — (Сжимают и разжимают пальцы.)

Насекомых называем.

Бабочка, кузнечик, муха, (Поочередно сгибают пальцы в кулачок, начиная с большого.)

Это жук с зелёным брюхом.

Это кто же тут звенит? (Вращают мизинцем.)

Ой, сюда комар летит!

Прячьтесь! (Прячут руки за спину.)

Четверг: «Насекомые»

Раз, два, три, четыре, пять — (Сжимать - разжимать пальцы в кулак.)

Насекомых надо знать: (Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.)

Муха, бабочка, пчела,

Муравей, комар, оса,

Шмель, кузнечик и сверчок... (Поочередно загибать пальцы рук, начиная с большого)

пальца правой руки.)

И у каждого шесть ног! (Поднять правую руку раскрытой ладошкой вверх, а левую сжать в кулачок, подняв верх большой палец – показать шесть пальцев.)

Пятница: «Пчела».

Прилетела к нам вчера (Махнут ладошками)

Полосатая пчела.

А за нею шмель-шмелек (На каждое название насекомого загибают пальчик)

И веселый мотылек,

Два жука и стрекоза,

Как фонарики глаза. (Делают кружочки из пальчиков подносят к глазам.)

Пожужжали, полетали,

От усталости упали. (Роняют ладони на стол.)

Май

Тема недели: «Школа. Школьные принадлежности».



Понедельник: «Хороший день»

До чего хорош денек:

(попеременно ударяют кулак о кулак и ладонь о ладонь)

Вет легкий ветерок,

(делают плавные движения ладонями от себя)

Солнца летние лучи

Так приятно горячи!

(поднимают руки вверх, пальцы растопырены)

И не надо ни сапог, Ни

рубахи, ни чулок, Ни

тужурки, ни колош...

(поочередно загибают пальцы на двух руках одновременно)

До чего денек хорош!

(попеременно ударяют кулак о кулак и ладонь о ладонь)

А. Шibaев

Вторник: «В школу».

В школу осенью пойду.

(«шагают» пальчиками обеих рук по столу)

Там друзей себе найду,
Научусь писать, читать,
Быстро, правильно считать.
Я таким учёным буду!
(загибают по одному пальчику с мизинца)
Но свой садик не забуду!
(грозят указательным пальчиком)

Среда: «Пять и пять».

Пять и пять пошли гулять. Вместе весело играть. *(сжимание-разжимание пальцев рук)*
Повернулись, улыбнулись, *(вращение кистей рук)*
В кулачок опять свернулись. Вот какие молодцы! *(стучать кулачками)*

Четверг: «Вот так!»

Как живёшь? Вот так!
Как идёшь? Вот так!
Как берёшь? Вот так!
Как даёшь? Вот так!
Как грозишь? Вот так!
Ночью спишь? Вот так!
Ждёшь обед? Вот так!
А шалишь? Вот так!

*Показать большой палец.
Пошагать двумя пальцами одной
руки по ладони другой.
Тремя пальцами.
Раскрытой ладонью.
Указательным пальцем.
Все пальцы сложить «лодочкой»
и положить на них голову.
Кулачок под щёку.
Надуть щёки и ударить по
ним ладошками.*

Пятница: «Дружба».

Дружат в нашей группе
Девочки и мальчики,
Мы стобой подружим
Маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем снова мы считать.
Раз, два, три, четыре, пять,
Мы закончили считать.

*Ритмично стучат кулачка по столу.
Разжимают кулачки, начиная с мизинчика.*

Май

Тема недели: «Лето».



Понедельник: «Лето наступает»

Вот и лето наступает

(последовательно соединять пальцы обеих рук с большими, начиная с мизинцев)

Всех на отдых приглашает

(соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших)

Будем плавать, загорать

(круговые движения кистями, «солнце»)

И на даче отдыхать.

(делаем из ладошек «домик»)

Вторник: «Лето».

Вот за что люблю я лето?

(загибаются пальцы по одному на каждый счет)

Лето солнышком согрето.

Два – в лесу растет трава.

Три – ромашки – посмотри!

А четыре – это лес, Полный

сказок и чудес. Пять –

купались мы опять. Шесть –

пора грибов поесть. Семь –

малины я поем. Восемь –

сено мы покосим. Девять –

бабушка идет, Землянику

нам несет.

Десять – все вокруг в листву одето.

Вот за что люблю я лето!

Среда: «Речка».

К речке быстрой мы спустились,

Наклонились и умылись.

(трем ладонями лицо)

Раз, два, три, четыре –

Вот как славно освежились.

А теперь поплыли дружно.
(делаем плавательные движения)
Делать так руками нужно:
Вместе – раз, это брасс,
(выбрасываем одновременно обе руки вперед)
Одной, другой – это кроль.
(выбрасываем руки вперед поочередно)
Все как один плывём,
Как дельфин.
(руки в замок и осуществляем движение «волну»)
Вышли на берег крутой
И отправились домой.
(стряхнули руки)

Четверг: «Я рисую лето»

Я рисую лето:
(рисуют пальчиком по столу)
Красной краской — солнце,
(рисуют в воздухе «солнце»)
На газонах розы,
(сжимают и разжимают пальцы)
На лугах покосы,
Синей краской – небо
(рисуют в воздухе «облака»)
И ручей певучий.
(на столе рисуют пальцем «ручей»)

Пятница: «Что делать после дождика?».

Что делать после дождика? (Соединяем по очереди все пальцы с большими.)
По лужицам скакать! (Щёпотом одной руки приставляем в центр ладони другой.)
Что делать после дождика? (Соединяем все пальцы рук с большими). Кораблики
пускать! (Рисуем обеими руками восьмёрку.)
Что делать после дождика? (Соединяем все пальцы с большими.)
На радуге кататься! (Руки перед грудью, кисти опущены вниз, каждая рука очерчивает
дугу.)
Что делать после дождика? (Соединяем все пальцы с большими.)
Да просто улыбаться! (Улыбаемся.)