

## 1. СЕМЬЯ

Пальчики дружные  
Все такие нужные!

Этот пальчик – дедушка  
дотронуться  
до большого пальца правой руки.

Этот пальчик – бабушка

Этот пальчик – папочка

Этот пальчик – мамочка

А этот пальчик – я,

А это вся моя семья!

*гладить одной рукой кисть другой руки*

*указательным пальцем левой руки*

*дотронуться до указательного пальца.*

*дотронуться до среднего пальца.*

*дотронуться до безымянного пальца.*

*дотронуться до мизинца.*

*Выполнить движение «фонарики».*

## 2. «Игрушки»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Мой весёлый круглый мяч, *(Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)*

Щёки круглые не прячь! *(Смена рук.)*

Я тебя поймаю,  
*показываем мяч.)* *(Двумя руками, соединив одноимённые пальцы,*

В ручках покатаю! *(Покатали воображаемый мяч между ладоней.)*

## 3. «Одежда»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я надену сапоги, *(Показываем на ноги, туловище, голову.)*

Курточку и шапку.

И на руку каждую *(Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая – проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток.)*

Натяну перчатку. *(Смена рук.)*

## 4. Яблочко.

*(Русская народная потешка)*

**Катилось яблочко по огороду - сложите руку в кулак и покрутите кулаком.**

**И упало прямо в воду – бульк! - уроните руку вниз.**

## 5. «Игрушки»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я с игрушками играю: *(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)*

Мячик я тебе бросаю, *(Протягиваем руки вперед – «бросаем мяч».)*  
Пирамидку собираю, *(Прямые кисти ладонями вниз поочередно кладём друг на друга несколько раз.)*  
Грузовик везде катаю. *(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)*

## 6. «Ягоды»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

С ветки ягодки снимаю, *(Пальцы расслаблены, свисают вниз. Пальцами другой руки погладить каждый пальчик от основания до самого кончика, как будто снимая с него воображаемую ягодку.)*

И в лукошко собираю. *(Обе ладошки сложить перед собой чашечкой.)*

Будет полное лукошко, *(Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрыть другой также сложенной ладошкой.)*

Я попробую немножко. *(Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой*

Я поем ещё чуть-чуть, *достать воображаемые ягодки и отправить их в рот.)*

Лёгким будет к дому путь! *(Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.)*

## 7. Дождик.

*(Русская народная потешка)*

Дождик, дождик, посильней, *-машем открытыми ладошками вверх – вниз.*

Будет травка зеленей, *-ставим на стол открытые ладошки растопыренными пальчиками вверх.*

Вырастут цветочки на кругленьком лужочке! *-свёрнутые в кулачок пальцы обеих рук раскрываются, изображая распускающиеся цветы.*

## 8. «Посуда»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Из тарелок, как один, *(Ладони вместе перед собой «тарелка».)*

Суп мы ложками едим. *(Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)*

Вилкой кушаем котлеты, *(Указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец*

*придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку».)*

Ножик режет нам омлеты. *(«Режем» прямой ладонью в зад-вперед.)*

## 9. «Домашние животные»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Вот, убрав царапки, (*«Моем руки».*)

Кошка моет лапки.

Мордочку и ушки (*Круговые движения ладонью по лицу.*)

На своей макушке. (*Чуть согнутые ладошки движутся за ушами – показываем, как кошка моет ушки.*)

## 10. Жук, жук.

(Русская народная потешка)

Жук, жук не жужжи!-изображаем жука с длинными усиками.

Где ты прячешься, скажи!-разводим руками в стороны и пожимаем плечами.

Мой дом под кустом,-изображаем ладонями крышу.

Под берёзовым листом!-опять одной рукой изображаем жука,а второй – листик, под который и залетает жук.

## 11. «Овощи - фрукты»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

В огороде много гряд, (*Сжимают и разжимают пальцы.*)

Тут и репа, и салат, (*Загибают пальцы поочерёдно.*)

Тут и свёкла, и горох,

А картофель разве плох?

Наш зелёный огород (*Хлопают в ладоши.*)

Нас прокормит целый год.

## 12. НАША БАБУШКА

Наша бабушка идёт хлопать ладонями по коленям поочередно правой, левой руками

И корзиночку несёт пальцы слегка расставить и соединить их с пальцами другой руки

Села тихо в уголочек положить руки на колени,

Вяжет деточкам чулочек имитировать движения вязания на спицах.

Вдруг котята прибежали мягкими кистями рук выполнять движение «кошечка»

И клубочки разбросали.

Где же, где ж мои клубочки, развести руки в стороны, выполнять движение

Как же мне вязать чулочки? «вязание на спицах»

### 13. «Зима»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Снег ложится на дома, *(Руки разводим в стороны, ладонями вниз.)*

Улицы и крыши. *(Руки «домиком».)*

Тихо к нам идёт зима, *(Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*

Мы её не слышим... *(Рука за ухом.)*

### 14. Муха строит дом.

*(Русская народная потешка)*

Ох, ох, что за гром?- *ладони к щекам. Качаем головой из стороны в сторону.*

Муха строит новый дом.- *изображаем ладонями крышу.*

Молоток: стук – стук, *-изображаем рукой движения молотком.*

Помогать идёт петух. *-двумя пальцами изображаем ноги, показываем, как идёт петух –важно, вразвалочку.*

### 15. «Детёныши домашних животных»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Побежали вдоль реки *(Двигают указательными и средними пальцами по поверхности стола отсебя к краю. Повторяют несколько раз.)*

Котята наперегонки.

### 16. Кораблик

По реке плывёт кораблик, он плывет из далека, *-сложили руки лодочкой и делаем ими волнообразные движения.*

На кораблике четыре очень храбрых моряка. *- Показываем поднятые вверх четыре пальца.*

У них ушки на макушке, *- поднимаем руки к голове, показываем ушки согнутыми ладонями.*

У них длинные хвосты. *-приставляем руку к пояснице, изображая движения хвостиком.*

Не страшны им только кошки, только кошки да коты.

*Обе руки поднимаем к голове, изображаем кошачьи когти и шипим.*

### 17. «Овощи»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я – зелёная капуста, *(Руки перед собой образуют круг.)*

Без меня в кастрюле пусто. *(Наклонили голову – «заглядываем в кастрюлю».)*  
Листья снимете с меня, *(Разводим руки в стороны.)*  
И останусь только я!

### 18. Тетери.

*(Русская народная потешка)*

Как на нашем на лугу *-разводим руки в стороны, изображая простор.*  
Стоит чашка творогу. *-ладони вместе – горстью.*  
Прилетели две тетери, *-машем пальчиками обеих рук, «слетаемся» с разных сторон в середину.*  
Наклевались, улетели. *-указательный и средний палец –*

### 19. «Обувь»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  
Обуваем ножки бегать по дорожке. *(Двумя пальцами «шагают» по столу.)*  
Повторяй за мной слова: *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  
Ножка – раз, ножка – два! *(Ставят два пальца на стол и поднимают по одному.)*  
В магазине покупают *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  
И на ножки надевают  
Папа, мама, брат и я – *(Загибают пальцы на руках.)*  
Любит обувь вся семья. *(«Шагают» пальцами по столу.)*

### 20. РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ

Раз, два, три, четыре, пять	<i>сжимать и разжимать пальцы</i>
Вышли пальчики гулять	<i>выполнять «фонарики»</i>
Раз, два, три, четыре, пять	<i>сжимать и разжимать пальцы</i>
В домик спрятались опять	<i>сжать руки в кулаки.</i>

### 21. Отличные пшеничные.

*(Из шведской народной поэзии)*

Мы печём пшеничные пироги отличные. *Одну ладонь кладем на другую, потом наоборот – лепим пирожки.*  
Кто придёт к нам попробовать пироги пшеничные? *Две ладони рядом, изображаем поднос с пирожками.*  
Мама, папа, брат, сестра, пёс лохматый со двора. *По очереди загибаем пальцы, начиная с большого.*  
И другие, все, кто может, пусть приходят с ними тоже. *Машем ладонями по направлению к себе – зазываем в гости.*  
Тесто замесили мы, *- изображаем руками, как месят тесто.*

Сахар не забыли мы, -сыпем «сахар» шепоткой.  
Пироги пшеничные в печку посадили мы. *Воображаемый пирог обхватили руками и ставим в печку – движение вперёд.*  
Печка весело горит, наша мама говорит:  
- Крошки, что останутся, воробью достанутся. *Изображаем, как воробей клюёт крошки – указательным пальцем одной руки с ладони другой руки.*

## 22. «Продукты питания»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  
Муку в тесто замесили, *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  
А из теста мы слепили *(Прихлопывают ладонями, «лепят».)*  
Пирожки и плюшки, *(Поочередно разгибают пальцы, начиная с мизинца.)*  
Сдобные ватрушки,  
Булочки и калачи – *(Обе ладони разворачивают вверх.)*  
Всё мы испечем в печи.  
Очень вкусно! *(Гладят животы.)*

## 23. «Осень»

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  
Вышла осень погулять, *(«Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*  
Стала листья собирать. *(Одной рукой «подбираем» листья и «кладём» в другую.)*

## 24. Синий чиж.

*(Русская народная потешка)*  
По дубочку постучишь- *стучим кулачком по столу.*  
Прилетает синий чиж.- *машем «крыльями».*  
У чижа, у чиженьки хохолочек рыженький. *Поднимаем вверх четыре пальца и делаем пальцами волнообразные движения, пёрышки на хохолке «развеваются».*  
А на лапке маленькой сапожочек аленький. *Указательный палец одной руки поставить на стол и кончиком пальца другой руки погладить ноготь пальца, изображающего лапку.*  
Чиж под солнышком летал и головкою кивал. *Машем «крыльями», киваем головой.*

## 25. ТИКИ – ТАК

Тики–так, тики-так, *указательные пальцы подняты вверх и ритмично покачивать*

Так часики стучат *ими вправо-влево.*  
Туки-так, туки-так, *пальцы обеих рук широко раздвинуты, ладони прижать друг*  
Так колёса стучат. *к другу, выполнять скользящие движения пальцами от себя, к себе, не отрывая ладоней друг от друга.*  
Туки-ток, туки-ток *сжать пальцы в кулаки и стучать кулачком по кулачку.*  
Так стучит молоток.

## **26. Ах ты, радуга-дуга...**

(Русская народная потешка)

Ах ты, радуга-дуга, ты высока и туга! *Соедините руки в замок, поднимите их над головой и покачайте из стороны в сторону.*

Не дай дождичка, -машем открытыми от себя ладонями из стороны в сторону, изображая отказ.

Дай нам вёдрышко.-ладони горизонтально, как бы подставляем ладони под дождь.

Чтобы деткам погулять, чтоб теляткам поскакать, *В такт стихам качаем головой из стороны в сторону, как бы напевая песенку.*

Нужно солнышко – колоколнышко! *Поднимаем руки вверх, растопырив пальцы, -изображаем солнышко.*

## **27. «Грибы»**

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Красный-красный мухомор- *(Соединяем кончики пальцев – изображаем шляпу гриба.)*

Белых крапинок узор. *(Одна рука – «шляпка гриба», указательным пальцем другой руки показываем «крапинки».)*

Ты красивый, но не рвём! *(Погрозили пальчиком.)*

И в корзинку не берём! *(Прямая ладонь от себя – отодвигающий жест.)*

## **28. Шла собака через мост...**

(Русская народная потешка)

Шла собака через мост, -изображаем всеми пальцами шагающую собаку – *средний палец оттопырен вперёд (голова), остальные идут по столу.*

Четыре лапы, пятый хвост.-показываем четыре пальца, поднятые вверх, *большой прижат к ладони. На слово «пятый» зажимаем все пальцы, а большой поднимаем вверх.*

Если мост обвалится, *Две ладони оставьте вместе тыльной стороной вверх, ладони касаются кончиками пальцев – это будет мост. Изобразите, как мост обваливается.*

То собака свалится. *Разведите руки в стороны и пожмите плечами, как бы изображая удивление, недоумение.*

### **29. «Фрукты»**

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук. Жёлтый-жёлтый наш лимон, *(Одноимённые пальцы соединяются подушечками – показываем лимон.)*

Кислым соком брызжет он. *(Пальцы резко разводим в стороны.)*

В чай его положим *(Соединяем большой, указательный и средний пальцы одной руки и «опускаем лимон в чай».)*

Вместе с жёлтой кожей. *(Пальцы в том же положении, делаем вращательные движения «помешиваем чай».)*

### **30. «Новогодний праздник»**

**Цель:** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

- Здравствуй, Дедушка Мороз! *(Ладонь поглаживает подбородок – «бороду» Деда Мороза.)*

Что в подарок нам принёс? *(Руки вперёд ладонями вверх.)*

- Громкие хлопушки, *(Хлопнуть в ладоши.)*

Сладости, игрушки. *(Вертим кистями.)*

### **31. КОТ МУРЛЫКА**

Вот кот Мурлыка ходит *лёгкими кистями рук выполнять движение «кошечка»*

Он всё за мышкой бродит.

Мышка, мышка, берегись *погрозить пальчиком левой, затем правой*  
*руки.*

Смотри коту не попадись. *сделать резкое движение пальцами обеих*  
*рук,*

Сказать «мяу» и сжать пальцы в кулаки.

### **32. КОЗА**

Идет коза рогатая *средние и безымянные пальцы обеих рук согнуты,*

Идет коза бодатая *большие их придерживают. Указательные*  
*пальцы и мизинцы*

*Выставлены вперед. Покачивать кистями рук.*

Ножками топ-топ *пальцы сжаты в кулаки. Постучать кулачком по*  
*кулачку*

Глазками хлоп-хлоп. *Большой палец внизу, остальные прижаты друг к*  
*другу.*

*Резкими движениями соединять большой палец с остальными.*

Кто кашу не есть.



Кто молоко не пьёт                    *погрозить указательным пальцем*  
Того забодаю, забодаю!            *Выполнить первое движение «коза».*

### **33.ОВЕЧКИ**

На лугу стоят овечки,                    *указательные пальцы приложить к голове в*  
*области виска*  
*Сделать маленькие рожки, слегка покачать головой.*  
Шерсть закручена                    *поочередно соединять с большим пальцем*  
*указательный,*  
в колечки                    *средний, безымянный и мизинец (двумя руками)*  
А играет для овечек                    *имитировать игру на дудочке.*  
На свирели человечек.

### **34.«АЛЫЕ ЦВЕТКИ»**

Наши алые цветки    *Ребенок соединяет ладони в форме тюльпана.*  
*Ребенок медленно раскрывает пальцы.*  
Распускают лепестки.  
Ветерок чуть дышит, *Ребенок плавно покачивает кистями рук из стороны в*  
*сторону.*  
Лепестки колышет.  
Наши алые цветки    *Ребенок медленно закрывает ладошки, имитируя форму*  
*цветка.*  
Закрывают лепестки,  
Тихо засыпают,    *Ребенок произвольно покачивает «головкой цветка».*  
Головой качают.

### **35.Мы варили суп**

Мы варили суп-суп (*потираем ладошки друг об друга*)  
Из перловых круп-круп (*потираем ладошки*)  
Получилась каша (*потираем ладошки*)  
То-то горе наше (*хватаемся за голову*)  
Замесили тесто (*стучали кулачками по столу, если сидели за столом и по*  
*коленкам, если просто сидели*)  
А оно ни с места (*удерживаем руки в покое*)  
Замесили на дрожжах (*снова стучим*)  
Не удержишь на вожжах!!! (*расставляем руки в стороны, как-будто хотим*  
*удержать*)

### **36.Колобок**

Жил-был колобок (*хлопки в ладоши*)  
Колобок печеный бок (*показать ладони соединить в круг*)  
И от дедушки, и от бабушки (*показать одну ладонь, затем другую ладонь*)

Покатился колобок (*круговое вращение руками*)  
Покатился колобок – видит зайнька идет (*зайкины ушки*)  
И от зайньки косога, укатился колобок  
Покатился колобок – видит волк, зубами щелк (*краб*)  
И от злого, злого волка  
Покатился колобок  
Покатился колобок – видит Мишенька идет  
(*покачаться влево, вправо*)  
И от мишки косолапого  
Укатился колобок  
Покатился колобок -видит лисонька идет(лиса)  
Но от злой и жадной лиски колобок уйти не смог.  
Лиса его ам и съела.

### 37. Шли по лесу мы зимой

Шли по лесу мы зимой(*шагаем по кругу*)  
Волк на встречу, ой-ой-ой (*краб руками*)  
Быстро прячемся в сугроб (*присесть на корточки, руки вверх горкой*)  
В сугробе холодно, бр-бр-бр (*обнять руками за плечи*)  
Из сугроба – скок  
Быстро прячемся в дупло (*руки над головой*)  
Там сова угу-угу  
Из дупла на утек (*бег*)  
Быстро прячемся в берлогу, там медведь  
Ты нас не трогай(*присесть на корточки изобразить*)  
А медведь тихонько спит (*руки под щекой*)  
Нас не слышит, и сапит Тс-тс-тс(*на улыбке с-с-с*)

### «Рыбы»

Посмотри скорей вокруг!  
Приложите ладошку ко лбу, как будто глядите вдаль.  
Что ты видишь, лучший друг?  
Сомкните большой и указательный пальцы в кольцо и приставьте к глазам.  
Здесь прозрачная вода. Рыбки все плывут сюда.  
Сожмите кулачек, затем разгибайте пальчики, начиная с мизинца.  
И медуза, и кальмар. Ну, а это рыба-шар.  
И расправив восемь ног, Нас встречает осьминог.

### Вкусный торт

Тесто ручками помнем,  
Сжимайте и разжимайте кулачки.  
Вкусный тортик испечем.

Серединку смажем джемом,  
Ладошкой рисуйте круги на столе.  
А верхушку – сладким кремом.  
Потрите ладоши.  
И кокосовую крошкой. Мы присыплем корж немножко  
Посыпьте «крошку» пальчиками.  
А потом заварим чай – Ну-ка к чаю приглашай!  
Одной рукой пожмите другую.

### **В гости**

К Маше гости прибежали,  
Пальчиками рук «пробегите» по столу.  
Ручки всем они пожали,  
Одной рукой пожмите другую.  
Здравствуй, Миша!  
Соедините подушечками большой и указательный пальцы, образуя кольцо.  
Здравствуй, Вера!  
Повторяйте тоже самое, только со средним и большим пальцем.  
Рад, Гриша!  
Соедините безымянный и большой пальчики.  
Рад, Лера!  
Большой пальчик и мизинец.  
Хотите пирожок?  
Сложите ладошки в виде пирожка.  
А может, коржик?  
Покажите раскрытые ладошки.  
Или же рожок?  
Сожмите кулачки.  
Вот горох вам на дорожку.  
Ребенок должен раскрыть ладошки, слегка постучите по ним.  
Вы берите понемножку!  
Малыш пощипывает ладони – собирает горох.  
С ручек все стряхните крошки.  
Потрясите кистями рук и хлопните в ладоши.

### **Новогодний стишок**

Скоро будет Новый год!  
Хлопайте ладонями.  
Ну-ка, встаньте в хоровод.

Сцепите пальцы кистей между собой, вытяните руки вперед и разверните кисти изнутри наружу.  
Висят на елке шарики,  
Покажите руками новогоднюю игрушку. Светятся фонарики. Покажите руками фонарики.  
Вот сверкают льдинки, Сжимайте и разжимайте кулачки по очереди,  
Кружатся снежинки.  
Плавно двигайте руками.  
В гости дед Мороз идет,  
«Шагайте» пальцами,  
Всем подарки принесет.  
Потрите ладошки.  
Чтоб гостинцы посчитать,  
Легонько хлопните в ладоши.  
Будем пальцы загибать:  
Пошевелите пальчиками и посчитайте до десяти, загибая пальцы.  
Много подарков!

### **Вкусная каша**

Кукле кашу я сварю:  
Вращайте кистями рук.  
В миску молока налью,  
Сожмите кулачек и сделайте движение, как будто наливаете из стакана.  
Положу туда крупу  
Сделайте сыпучие движения.  
И поставлю на плиту.  
Раскройте ладони.  
Будет каша хороша!  
Похлопайте в ладошки.  
Кушай, кукла, не спеша.  
Пригрозите пальчиком.

### **Милый зайчонок**

Заяц по лесу скакал,  
«Прыгайте» пальчиками.  
И морковку он искал.  
Перебирайте поочередно пальчиками.  
Вдруг у зайца на макушке Навострились ушки.  
Поднимите руки и изобразите ушки ладошками.

Тихий шорох раздаётся: Где-то волк в лесу крадется.  
Медленно «шагайте» пальчиками.  
Спутал заяц волку след, Не догнать его вовек.  
Пальчиками быстро «бегайте» по кругу.