

Пальчиковая гимнастика в стихах

Моя семья

Этот пальчик –
дедушка **(разжимаем поочередно
пальцы из кулачка, начиная с
большого)**

Этот пальчик – бабушка

Этот пальчик – папочка

Этот пальчик – мамочка

Этот пальчик – я

Вот и вся моя семья! **(вращаем
разжатой ладошкой)**

Прогулка

Раз, два, три, четыре, пять **(загибаем пальчики)**
Мы во двор пошли гулять
**(указательным и средними пальчиками «идем» по
столу)**

Бабу снежную слепили **(катаем ручками «комок»)**

Птичек крошками кормили **(«кормим птичек»)**

С горки мы потом катались

**(ведём указательным пальцем правой руки по
ладони левой руки)**

А ещё в снегу валялись

**(кладём ладошки на стол то одной стороной, то
другой)**

Все в снегу домой пришли **(отряхиваем ладошки)**

Суп поели **(«едим суп»)**,

спать легли **(ладошки под щечку)**.

Рыбка

Рыбка в озере живёт

Рыбка в озере плывёт

**(ладошки соединены и делают
плавные движения)**

Хвостиком ударит вдруг

**(ладошки разъединить и ударить
по коленкам)**

И услышим мы – плюх, плюх!

**(ладошки соединить у основания
и так похлопать)**

Снежок

Раз, два, три, четыре, **(загибать пальчики)**

Мы с тобой снежок слепили

(лепить, меняя положение ладоней)

Круглый, крепкий, очень гладкий.

(показывают круг, глядят ладони друг о друга)

Раз – подбросим, **(«подбросить», посмотреть вверх)**

Два – поймаем. **(«ловят», приседают)**

Три – уроним **(встают, «роняют»)**

И ... сломаем! **(топают)**

Солнышко

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

Гости

К Кате гости прибежали,
(бежим пальчиками по столу или по полу)
Все друг другу руки жали.
Здравствуй Жора,
(соединяем большой и указательные пальчики)
Здравствуй Жанна, **(большой и средний)**
Рад Серёжа, **(большой и безымянный)**
Рад Снежана **(большой и мизинец)**
Не хотите ль пирожок? **(ладошки складываем вместе)**
Может коржик **(показываем 2 открытые ладошки)**
Иль рожок **(2 кулачка ставим друг на дружку)**
Вот драже вам на дорожку
(пальчиком тычем в открытую ладошку)
Вы берите понемножку
(несколько раз сгибаем ладошки в кулачки)
Все стряхнули быстро крошки

И захлопали в ладошки!

Домик

Я гуляю во дворе **(хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой рукой)**
Вижу домик на горе **(ритмичные хлопки ладошками)**
Я по лесенке взберусь **(раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев)**
И в окошко постучусь.
Тук, тук, тук, тук! **(поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой)**

Котёнок

Шёл один я по дорожке, **(показываем один пальчик)**
Шли со мной мои две ножки, **(показывает два пальчика)**
Вдруг на встречу три мышонка, **(показываем три пальчика)**
Ой, мы видели котенка! **(хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову)**
У него четыре лапки, **(показываем четыре пальчика)**
На лапках — острые царапки, **(царапаем ногтями поверхность того что под рукой)**
Один, два, три, четыре, пять, **(на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков)**
Нужно быстро убежать! **(двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности)**

