

Предлагаю комплекс пальчиковых гимнастик:

Тема: «Осень».

«Осень, осень» (пальчиковая гимнастика)

Осень, осень, *трём ладошки друг о друга*

Приходи! *зажимаем кулаки по очереди*

Осень, осень, *трём ладошки друг о друга*

Погляди! *ладони на щеки*

Листья желтые кружатся, *плавное движение ладонями*

Тихо на землю ложатся. *ладони гладят по коленям*

Солнце нас уже не греет, *сжимаем и разжимаем кулаки по очереди*

Ветер дует все сильнее, *синхронно наклоняем руки в разные стороны*

К югу полетели птицы, *«птица» из двух скрещенных рук*

Дождик к нам в окно стучится. *барабанить пальцами по ладоням*

Шапки, куртки надеваем *имитируем*

И ботинки обуваем. *топаем ногами*

Знаем месяцы: *ладони стучат по коленям*

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

«Листопад» (пальчиковая гимнастика)

Листопад, листопад!

Листья по ветру летят:

Руки поднять вверх. Покачивая кистями из стороны в сторону, медленно опускать руки (листья опадают).

С клёна – кленовый,

Пальцы выпрямить и максимально развести в стороны.

С дуба – дубовый,

Пальцы выпрямить и плотно прижать друг к другу.

С осины – осиновый,

Указательный и большой соединить в виде колечка.

С рябины- рябиновый.

Пальцы выпрямить и слегка развести в стороны.

Полны листьев лес и сад

То-то радость для ребят!

Хлопки в ладоши.

Тема: «Овощи».

«У Лариски-две редиски» (пальчиковая гимнастика)

У Лариски- *По очереди разгибают пальчики из кулачка, начиная*

Две редиски. *с большого, на одной или обеих руках.*

У Алёшки-

Две картошки.

У Серёжки – сорванца_

Два зелёных огурца.

А у Вовки-

Две морковки.

Да ещё у Петьки

Две хвостатых редьки.

«Овощи» (пальчиковая гимнастика)

В огород пойдем, *маршировать на месте*

Урожай соберем. *идти по кругу, взявшись за руки*

Мы морковки натаскаем, *имитировать, как таскают*

И картошки накопаем, *копают*
Срежем мы кочан капусты *срезают*
Круглый, сочный, очень вкусный. *показать руками*
Щавеля нарвем немножко *«рвут»*
И вернемся по дорожке. *идти по кругу, взявшись за руки*

Тема: «Фрукты».

«Компот» (пальчиковая гимнастика)

Будем мы варить компот,
Левая рука – «ковшик», правая имитирует помешивание.
Фруктов нужно много вот:
Будем яблоки крошить,
Загибают пальчики начиная с большого.
Грушу будем мы рубить,
Отожмём лимонный сок,
Слив положим на песок.
Варим, варим мы компот.
Опять «варят» и «помешивают».
Угостим честной народ.
Развести руки в стороны.

Тема: «Грибы. Ягоды»

«За ягодами» (пальчиковая гимнастика)

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

Тема: «Одежда и обувь».

«Наша обувь» (пальчиковая гимнастика)

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

«Я перчатку надеваю» (пальчиковая гимнастика)

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.

Тема: «Перелётные птицы».

«Журавли» (пальчиковая гимнастика)

"До свиданья, до свиданья,
Возвращайтесь поскорей!" -

Провожаем, провожаем

В путь-дорогу журавлей. *Машем ручкой вслед птицам.*

Крылышками машем:

"До свиданья, Маша!

Полетели мы на юг,

Вспоминай нас, добрый друг!" *Ладонками изображаются крылья птиц.*

«Птичка» (пальчиковая гимнастика)

Птичка летала, *(скрестить ладони рук)*

Птичка устала.

Птичка крылышки сложила, *(сделать замок)*

Птичка пёрышки помыла. *(вращение замком)*

Птичка клювом повела *(выпрямленные соединённые мизинцы изображают клюв)*

Птичка зёрнышки нашла.

Птичка зёрнышки поела, *(соединённые мизинцы стучат по столу)*

Снова крылышки раскрыла,

Полетела. *(скрещенные ладони делают взмахи).*

Тема: «Дикие животные и их детёныши».

«Звери» (пальчиковая гимнастика)

Зайцы спрятались от волка.

Чья- то им досталась норка...

(Прячут по одному пальцы одной руки в «норку» - колечко, сделанную другой рукой)

Серый волк зубами щёлк-

(Соединяют по очереди большой палец с другими)

Ах, какой зубастый волк!

(Руки к щекам, качают головой)

Белочка в своём дупле

Орешки щёлкает в тепле.

(Щелчки пальцами)

Пересчитала мама медвежат-

В берлоге все послушные лежат.

(Соединяют соответствующие пальцы рук друг с другом, затем соединяют пальцы в « замок»)

«БЕЛОЧКА» (пальчиковая гимнастика)

Прыгает по веточкам

Невеличка белочка.

Мелькает хвостик средь ветвей.

Кто угонится за ней?

Большим пальцем поочерёдно касаться остальных пальцев, выполняя упражнение сначала одной рукой затем другой рукой.

Тема: «Домашние птицы».

«Две курицы» (пальчиковая гимнастика)

В сарае две курицы жили

(большие пальцы поднимаем, сгибаем-разгибаем в ритме текста)

Цыплят на прогулку водили

Цыплят на прогулку водили

(постепенно разгибаем остальные пальцы)

За каждой ходили четыре ребёнка,

Четыре красивых послушных цыплёнка.

Четыре красивых цыплёнка

(дотрагиваемся подушечкой большого пальца до кончиков остальных пальцев в ритме текста)

Цыплята любили все вместе гулять,

Толкаться, пищать, червячков искать.

Толкаться, пищать, червячков искать

(пальцы переплетаем, быстро ими шевелим)

Как только стемнеет – все к мамам бегут,

(пальцы сгибаем, прижимаем к ладони)

Прижмутся друг к другу и сразу заснут.

«Петушок» (пальчиковая гимнастика)

Наш красивый петушок

Обе руки сжаты в кулачки.

Кверху поднял гребешок.

Разжать ладони.

Крылышками машет.

Кистями помахать в воздухе.

На лужайке пляшет.

Крошки хлебные клюёт.

Указательными пальцами постучать по столу.

Пёстрых курочек зовёт.

Кистями рук сделать манящие движения.

Тема: «Домашние животные и их детёныши».

«Котята» (пальчиковая гимнастика)

(Ладонки складываем, пальцы прижимаем друг к другу. Локти опираются о стол.)

У кошечки нашей есть десять котят,

(Покачиваем руками, не разъединяя их.)

Сейчас все котята по парам стоят:

Два толстых, два ловких,

Два длинных, два хитрых,

Два маленьких самых

И самых красивых.

Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).

«Собака» (пальчиковая игра)

У собаки острый носик,

Есть и шейка,

Есть и хвостик.

Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх, указательный, средний, безымянный вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается («лает собака»).

Тема: «Продукты питания».

«Пирожки» (пальчиковая гимнастика)

Я купила масло, *Загибаем поочередно пальчики, перечисляя продукты*

Сахар и муку,

Полкило изюма,

Пачку творогу.

Пирожки пеку, пеку, *Имитируем лепку пирожков.*

Всех друзей я в гости жду! *Ладони вперед, имитируем движения, подзывающие гостей.*

Тема: «Зима. Зимние забавы».

«Снежок» (пальчиковая гимнастика)

Раз, два, три, четыре, *Загибают пальчики, начиная с большого*

Мы с тобой снежок слепили. *«Лепят», меняя положение ладоней*

Круглый, крепкий, очень гладкий *Показывают круг, сжимают ладони Вместе, гладят одной ладонью другую*

И совсем – совсем не сладкий. *Грозят пальчиком*

Раз – подбросим. *Смотрят вверх, подбрасывают*

воображаемый снежок

Два – поймаем. *Приседают, ловят воображаемый снежок*

Три – уроним *Встают, роняют воображаемый снежок*

И... сломаем. *Топают*

Пальчиковая гимнастика **«СНЕГОВИК»**

Давай, дружок, смелей, дружок *Хлопки*

Кати по снегу свой снежок - *Показать руками, как лепим снежок.*

Он превратится в толстый ком *Сомкнуть и округлить кисти рук*

И станет ком снеговиком. *Обвести руками в воздухе две окружности*

Его улыбка так светла! *Хлопки*

Два глаза... шляпа...нос...метла... *Показывать по тексту*

Но солнце припечет слегка - *Ладонь правой руки приложить к левой, пальцы растопырить (солнце)*

Увы! – и нет снеговика. *Развести руками.*

Тема: «Зимующие птицы».

«Кормушка» (пальчиковая гимнастика)

Сколько птиц к кормушке нашей *Ритмично сжимают и разжимают кулачки*

Прилетело? Мы расскажем.

Две синицы, воробей, *На каждое название птицы загибают по Шесть щеглов и голубей, одному пальчику*

Дятел в пёстрых пёрышках.

Всем хватило зёрнышек. *Опять сжимают и разжимают кулачки*

Тема: «Комнатные растения».

«Комнатные растения» (пальчиковая гимнастика)

На окно скорее глянь: *(показывают обе ладошки)*

Здесь у нас цветёт герань. *(сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца)*

А здесь красавец бальзамин,

Амариллис рядом с ним.

Фуксия, бегония –

Мы все названья помним! *(раскрывают ладошку)*

Мы взрыхлим цветы, польём, *(пошевеливают опущенными вниз пальцами)*

Пусть подрастают день за днём! *(обе ладошки соединяют «бутончиком», поднимают над головой и раскрывают «цветком»)*

«Фигус» (пальчиковая гимнастика)

Ну-ка, фикус, похвались - *Хлопки*

Вот какой огромный лист! *Растопырить пальцы рук*

Сделан будто бы из кожи, *Потереть ладони*

Фикус, мы тебе поможем: *Сжимать и разжимать кисти рук*

Каждый толстенький твой лист *Прижать ладони друг к другу*

Вымоем старательно. *Поглаживаем кисти («моем»)*

Зеленей ты становись *Хлопки*

Ростом - с воспитателя! *Потянуться, руки поднять вверх*

Тема: «Профессии».

"Точильщики" (пальчиковая игра)

Точим нож! Будет очень он хорош.

Будет резать он припасы:

Масло, сало, хлеб, колбасы,

Помидоры, огурцы.

Угощайтесь, молодцы!

(проводят ладонью то одной, то другой руки с переворотом, на последнюю строку 4 хлопка).

Тема: «Транспорт».

«ТРАНСПОРТ» (пальчиковая гимнастика)

Будем ручками играть

И про транспорт вспоминать. *(Соединяют пальцы с большим пальцем)*

Полетим на самолёте,

Облака, вы как живёте? *(Изображают крылья самолёта)*

В лодочке качаемся

И волнам улыбаемся *(Ладонь «в лодочку», изображают волны)*

Мотоцикл мы разгоняем,

Наперегонки играем *(Сжимают пальцы в кулак, расслабляют)*

С ветром, солнцем и друзьями. *(Руки в трубочку-дуют «ветерком»; руки вверх-это лучи солнца.*

Руки показывают на друзей)

Называйте транспорт с нами.

(Надавливают подушечками пальцев друг на друга на соответствующих руках)

Тема: «День защитников Отечества».

«Бойцы-молодцы» (пальчиковая гимнастика)

Пальцы эти все бойцы, *Показать раскрытые ладони*

Удалые молодцы.

Два-больших и крепких малых

И солдат в боях удалых.

Два-гвардейца-храбреца,

Два-сметливых молодца.

Два героя безымянных, *Сжать пальцы в кулаки и поочередно*

Но в работе очень рьяных! *разжимать пальцы на обеих руках*

Два –мизинца-коротышки- *одновременно, начиная с больших.*

Очень славные мальчишки!

Тема: «Морские, речные обитатели».

«Рыбка» (пальчиковая гимнастика)

Рыбка плавает в водичке, *Сложенными вместе ладонями дети Рыбке весело играть.*

Изображают как плывёт рыбка

Рыбка, рыбка, озорница, *Грозят пальчиком*

Мы хотим тебя поймать. *Медленно сближают ладони*

Рыбка спинку изогнула, *Снова изображают, как плывёт рыбка*

Крошку хлебную взяла. *Делают хватательное движение обеими руками*

Рыбка хвостиком махнула, *Снова «плывут»*

Рыбка быстро уплыла.

Тема: «Мамин праздник».

«Наши мамы» (пальчиковая гимнастика)

Много мам на белом свете, *(разводят руки в разные стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи)*

Всех их очень любят дети!

Журналист и инженер, *(поочерёдно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке)*

Повар, милиционер,

Швея, кондуктор и учитель,

Врач, парикмахер и строитель –

Мама разные нужны, *(сжимают обе ладошки в «замочек»)*

Мама разные важны! *(разводят руки, поднимают ладошками вверх)*

Тема: «Весна. Первоцветы»

«Цветок» (пальчиковая гимнастика)

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.)

Тема: «Мебель».

«Мебель» (пальчиковая гимнастика)

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.

Тема: «Моя семья».

«Моя семья» (пальчиковая гимнастика)

Раз, два, три, четыре, *Хлопки в ладоши на счет.*

Кто живет в моей квартире?

Раз, два, три, четыре, пять! *Хлопки в ладоши на счет.*

Всех могу пересчитать:
Папа, мама, брат, сестренка, *Поочередное поглаживание пальчиков.*
Кошка Мурка, два котенка,
Мой щегол, сверчок и я,
Вот и вся моя семья! *Массаж всех десяти пальчиков.*

Тема: «Насекомые»

«Насекомые» (пальчиковая гимнастика)

Дружно пальчики считаем-

Насекомых называем:

Сжимать и разжимать кулачки.

Бабочка, кузнечик, муха,

Это жук с зелёным брюхом.

Поочередно сгибать пальцы в кулачок, начиная с большого.

Это кто же тут звенит?

Ой, сюда комар летит!

Вращать мизинцем.

Прячьтесь!

Спрятать руки за спину.