

# Пальчиковая гимнастика для малышей

Подготовил: воспитатель  
Пузикова М.А.





2+

## ДВА МЕДВЕДЯ (О. Крупенчук)

Сидели два медведя  
На тоненьком суку:

Один читал газету,

Другой молот муку.

Раз ку-ку, два ку-ку,  
Оба плюхнулись в муку.

Нос в муке,

Хвост в муке,

Ухо в кислом молоке.

*Руки согнуты в локтях (сжаты в кулаки), прижаты к туловищу. Ребенок поворачивается из стороны в сторону.*

*Разводим руки в стороны, как при чтении газеты.*

*Стучим одним кулаком по другому.*

*Кулаки «падают» на колени.*

*Показываем пальцем на нос.*

*Показываем рукой за спину.*

*Беремся пальцами за ухо.*







## ЗАЙЧАТА

Под высокой сосной

*Рука ребенка поднимается вверх,  
пальчики растопырены.*

Скачет зайка косою.

*Взрослый из своих пальцев складывает  
зайца: указательный и средний  
вытянуты вверх и ритмично сгибаются,  
остальные согнуты.*

Под другой сосной  
Скачет зайка другой.

*То же самое другой рукой.*

Ушки длинные у зайки,  
Из кустов они торчат.

*Взрослый растирает пальчики малыша.*

Он и прыгает, и скачет,  
Веселит своих зайчат.

*Легкие постукивания кончиками  
пальцев ребенка по столу.*



# НА ЕЛКЕ (Е. Краузе. Стихи В. Волиной)

Мы на елке веселились,  
И плясали, и резвились.

После добрый Дед Мороз  
Нам подарки преподнес.

Дал большущие пакеты,  
В них же — вкусные предметы.

Конфеты в бумажках синих,  
Орешки рядом с ними,  
Груша, яблоко, один  
Золотистый мандарин.

*Ритмичные хлопки в ладоши.*

*Скрещиваем руки на груди,  
затем выпрямляем их перед  
собой.*

*Соединяем руки перед собой  
так, чтобы они образовали круг.  
Язычком обводим губы.*

*Загибаем пальчики по очереди,  
начиная с большого.*







2+

## УТРЕЧКО

Утро настало,  
Солнышко встало.

— Эй, братец Федя,  
Разбуди соседей!

— Вставай, Большак! Вставай,  
Указка! Вставай, Середка!  
Вставай, Сиротка! И крошка  
Митрошка! Привет, Ладoshка!

Все проснулись и потянулись.

*Ладони с растопыренными  
пальцами поднимаются вверх.*

*Сжать кулак правой руки.  
Большой палец правой руки  
направлен вверх и совершает  
круговые движения.*

*Взрослый по очереди массирует  
ребенку пальчики на руках.*

*Взрослый берет ребенка за руки  
и поднимает его вверх.*





## **ЗАСОЛКА КАПУСТЫ-2 (Е. Косинова)**

Мы капусту рубим,  
рубим,

*Ребрами ладоней совершаем режущие движения по бедрам от колен к животу и обратно.*

Мы капусту трем, трем,

*Проводим косточками сжатого кулака правой руки по выпрямленной открытой ладони левой.*

Мы капусту солим, солим,

*Складываем пальцы щепотью и делаем вид, что солим что-то.*

Мы капусту жмем, жмем,

*Сжимаем и разжимаем кулачки вытянутых вперед рук.*

А потом — жуем.

*Ладоньку подносим к губам.*

*Повтор упражнения другой рукой.*



2+

