|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, пять – Вышли в садик погулять. | пальцем одной руки считаем пальцы на другой, слегка нажимая на подушечки |
| Ходим, ходим мы по лугу,Там цветы растут по кругу. | указательным пальцем одной руки выполняем круговые поглаживания ладони другой |
| Лепесточков ровно пять, Можно взять и посчитать. | Считаем пальцы в обратном порядке, поглаживая их |

Затем читаем стихотворение снова и повторяем все движения на другой руке.

|  |  |
| --- | --- |
| У матрешки нашей МаниПять девчоночек в кармане. | Сжать пальцы в кулак |
| Маню раскрываем, Зину вынимаем.Вот раскрыли Зину,Вытащили Нину.А из Нины мы досталиЧернобровую Наталью.А внутри НаташиЗасиделась Даша.Дашу мы раскрылиВыпустили Лилю. | На каждое имя освобождать по одному пальцу |
| Все девчонки из карманаВышли в красных сарафанах. | Раскрыть ладони, растопырить пальцы. |

|  |  |
| --- | --- |
| На столе моем игрушкиПритаились в тишине.Пять подарков в день рожденьяПринесли ребята мне. | Подушечками пальцев постукиваем по раскрытой ладони |
| Раз – мохнатый, мягкий мишка,Два – зеленый крокодил,Три – зайчишка – шалунишка,А четыре – конь один,Пять – огромная машинаС желтым кузовом большим.Я в него свои подаркиУтром рано положил. |  |

|  |  |
| --- | --- |
| В небе солнышко сияет, | Поднять руки вверх, растопырить пальцы. |
| Наши щечки согревает,Носик, руки и бокаПодрумянило слегка.Ноги тоже у ребятПонемножку загорят. | Растирать называемую часть тела |
| Это солнце яркое, Это лето жаркое | Поднять руки вверх, растопырить пальцы. |

|  |  |
| --- | --- |
| У меня сестренок пять.Всем я буду помогать:С Машей сеять, С Дуней жать,С Галей елку наряжать,С Верой стряпать, С Ниной шить.Будем вместе мы дружить. | Растирать поочередно пальцы от кончика к основанию. |

|  |  |
| --- | --- |
| В гости к нашей сестричкеВесной прилетели птички: | Кистями изобразить крылья птиц |
| Эта птичка – совушка,Ну, а эта – скворушка.Эта птичка – воробей,Ну, а эта – соловей.Это – дятел, это – стриж,Это же – поющий чиж.Эта птичка – коростель,Эта птичка – свиристель.Ну, а это из далекаПрилетела к нам сорока. | Растирать поочередно пальцы от кончика к основанию. |

|  |  |
| --- | --- |
| Интересные ребята –Полосатые котята. | Обеими ладонями показать уши котят. |
| Раз! Котенок – озорник – По столам он прыг да прыг!Два! Котенок музыкальный – Песенки поет печально.Три! Котенок очень тихий –Ловит мышек очень лихо!А четвертый наш котенокЛюбит спать еще с пеленок!Ну, а пятый далеко – Убежал за молоком.  | Растирать поочередно пальцы от кончика к основанию. |

|  |  |
| --- | --- |
| Сорву я малинкуНасте в корзинку.Найду земляничкуПолинке – сестричке.Смородинку в баночкуСоберу для Яночки.Крыжовник в стаканеНесу я для Вани.А маленькому МишеНарву я спелой вишни. | Растирать поочередно пальцы от кончика к основанию. |

|  |  |
| --- | --- |
| Черепашка Соня – Страшная засоня.До обеда спала, В магазин поползла.Быстро обернулась – На закате вернулась.  | Медленно идти пальцами по столу, второй ладонью накрыть первую, изображая панцирь.  |
| Пряник свежий пожевала,Чаем крепким запивала…Долго Соня – черепашка В кухне мыла свою чашку | Складываем ладонь лодочкой, сомкнутыми пальцами другой руки поглаживаем внутреннюю сторону воображаемой чашки |

|  |  |
| --- | --- |
| Пять веселеньких мышатГромко песенку пищат:«Мы – отчаянные мышки! Мы – веселые плутишки! | Подушечками пальцев постукиваем по раскрытой ладони  |
| Обожаем вкусный сыр!Прогрызем его до дыр! | Слегка пощипывать кожу на ладони, изображая, как мыши грызут сыр |
| Будем петь мы до утраИ пищать «Ура! Ура!»» | Сомкнутыми пальцами растереть ладонь |

Повторить с другой рукой.

|  |  |
| --- | --- |
| Поиграли – отдохните,Ваши пальчики встряхните. | Расслабляем руки и встряхиваем их. |
| Сгибайте ваши пальчикиСовсем как ушки зайчики. | Обе ладони с пальцами, прижатыми друг к другу, приставляем к голове и сгибаем сомкнутые пальцы несколько раз. |

Стихотворение и все движения можно повторить.

|  |  |
| --- | --- |
| Вот идут два малыша По дорожке не спеша: | «бежим» пальцами по столу |
| Глазками хлоп – хлоп,Ножками топ – топ,Ручками шлеп – шлеп! | Несколько раз открываем и закрываем глаза, топаем ногами, хлопаем руками  |
| А в руках у малышейПять цветных карандашей. | Сжать кулачки |
| Раз, два, три, четыре, пять – Будем вместе рисовать. | Разжимать пальцы на одной руке |
| Раз, два, три, четыре, пять – Мы научимся считать. | Разжимать пальцы на другой руке |

|  |  |
| --- | --- |
| Утром рано издалекаПрилетела к нам сорока. | Соединить кисти рук крест – накрест, соприкасаясь запястьями, махать кистями, как крыльями. |
| Стала громко стрекотать, Длинным хвостиком махать. | Ладони прижать друг к другу, наклонять вправо -влево |
| Зернышки она клевала,Все на свете рассказала. | Пальцы собрать в щепоть и «клевать» зернышки. |

|  |  |
| --- | --- |
| Паровозик едет в гору,В гости к дедушке Егору.А в вагончиках сидятДевять маленьких ребят: | Четырмя сомкнутыми пальцами одной руки «едем» по внутренней поверхности другой руки вниз от локтя до ладони  |
| Катя, Маша и Марина,Коля, Ванечка, Ирина, Петя, Слава и Матвей, | Называя имена, касаемся указательным пальцем кончиков пальцев другой руки |
| С ними вместе Котофей. | Массировать большой палец |
| У него закрыты глазки, Он мурлычет детям сказки. | Закрыть глаза, погладить себя по голове |

|  |  |
| --- | --- |
| По горе несутся санкиВ них Наташа и Оксанка. | Четырмя сомкнутыми пальцами одной руки «едем» по внутренней поверхности другой руки вниз от локтя до ладони |
| По другой несутся горкеСанки с Мишкой и Егоркой. | То же самое другой рукой |
| Где гора кончается,Там они встречаются. | Сцепить руки в замок |

|  |  |
| --- | --- |
| На веселые качелиНастя и Полина сели. | Сцепить руки в замок |
| И веселые качелиПрямо к небу полетели! | Раскачивать сцепленными руками из стороны в сторону |
| Раз – два, раз – два –Закружилась голова! | Взяться ладонями за голову и покачать головой. |

|  |  |
| --- | --- |
| Бежит лиса по мостику,Метет перила хвостиком. | «бежим» пальцами одной руки от ладони до локтя другой, большой палец «метет» из стороны в сторону |
| А навстречу зайчики – Маленькие пальчики –  | «шагают» пальцы по столу |
| Не боимся мы лису,Быстро спрячемся в лесу. | Сжать в кулачок.Повторить с другой рукой. |

|  |  |
| --- | --- |
| Волк раскроет свою пасть,Хочет зайчика украсть:Щелк да щелк, и снова щелк!Не поймает зайца волк. | Пальцы собраны в «щепотку», щелкаем «пастью» на обеих руках. |
| Пастью щелкает напрасно – Заяц бегает прекрасно! | «бежим» пальцами по столу |

|  |  |
| --- | --- |
| Избушка на лужочке, | делаем «домик» из обеих рук |
| Двери на замочке. | делаем «замок» |
| Ключик быстро подберемИ избушку отопрем. | вращение большими пальцами, не размыкая замка |
| Отряхнем ладошки – Отдохнем немножко. | Легкие встряхивающие движения |

|  |  |
| --- | --- |
| Всех помощников опятьНадо быстро сосчитать: | хлопать в ладоши или растирать одна о другую |
| Этот брат дрова рубил,Этот братец щи варил,Этот брат готовил кашуНа семью большую нашу.Этот веником махал,Чисто – чисто подметал.Ну а этот маленькийСпал у нашей маменьки. | растирать пальцы, начиная с большого. Затем повторить для другой руки. |

|  |  |
| --- | --- |
| В домике сидит волчок,Он глядит на нас в глазок. | Сделать «бинокль» и приставить к глазам. |
| Может дверку приоткрытьИ за пальчик укусить. | Из одной ладони сделать «волчью пасть» и захватить пальцы другой руки. |
| Если больно, то немножкоРазотри свою ладошку. | Легкими движениями растираем ладони. |

|  |  |
| --- | --- |
| Нарядили ребятки Свои пальчики в перчатки. | Растопырить пальцы обеих рук. |
| Раз, два, три, четыре, пять – Надо всех пересчитать. | Поочередно сгибать пальцы |
| Десять пальцев – как отряд,И костюму каждый рад.Стать сильными стараются,Спортом занимаются. | Сжимать ладони в кулаки. |

|  |  |
| --- | --- |
| После завтрака мы с вамиВ лес поедем за дровами. | Шагающие движения пальцами по столу |
| Пилим, пилим,Пилим, пилим!Быстро мы бревно осилим! | «пилим» ребром ладони по столу |
| Рубим, рубим, Рубим, рубим!Топором работать будем. | Кулаком постукивать по столу |
| Привезем домой дрова,Сложим посреди двора. | Собирающие движения, словно сгребаем дрова в кучу. |

|  |  |
| --- | --- |
| Скачет на коне ЕгоркаТо на горку, то под горку.Раз, два, три, четыре, пять – Весело ему скакать! | Одну руку сжимаем в кулак, пальцами другой переступаем по косточкам и ямкам между ними. |
| Выезжает в чисто поле –Есть где разгуляться вволю | Пальцами одной руки поглаживать ладонь другой |

|  |  |
| --- | --- |
| В море лодочка плыла, | Сложить ладони лодочкой и сделать несколько волнообразных движений |
| В ней лиса веслом гребла. | «грести» обеими руками в разных направлениях |
| Притомилася лиса,Распустила паруса. | Поднять руки над головой и растопырить пальцы |
| Теперь на лавочке сидит,На море в бинокль глядит. | Сделать «бинокль» |

|  |  |
| --- | --- |
| Ежик НиколкаПод елку свалился, Ежик НиколкаПо травке катился | Совершаем кулаками перекатывающие движения по столу |
| Брюшко решил он На солнце погреть,Ну и конечно,Слегка загореть.  | Поглаживать одной ладонью другую |
| Солнышко скрылось,Ежик замерз.Успел загоретьТолько маленький нос. | Пальцами поочередно прикасаться к носу |
|  |
| Я маленькая хрюшка,На солнце грею брюшко. | Потереть ладони друг о дружку. |
| И розовые ушкиСтала на макушке. | Обе ладони с пальцами, прижатыми друг к другу, приставляем к голове и сгибаем сомкнутые пальцы несколько раз. |
| Глазки я закрыла,Про пятачок забыла. | Кончиками пальцев круговыми движениями гладим закрытые глаза |
| На солнце обгорел И сильно покраснел | Пальцами поочередно прикасаться к носу |

|  |  |
| --- | --- |
| В каждой из избушек Живут по пять подружек: | делаем «домик» из обеих рук |
| Маня, Настя и Полина,Катерина и Марина,Соня, Вера, Зинаида,Василиса, Степанида. | Поглаживать каждый палец от основания к кончику |
| Вместе песенки поют, Дружно, весело живут. | Потирать ладони друг о дружку. |

|  |  |
| --- | --- |
| Мастер шкафчик мастерил,Ровно досочки пилил, | «пилим» ребром ладони по столу |
| Молотком по ним стучал,Точно гвозди забивал. | Кулаком постукивать по столу |
| Дверки сделал и замок, | Соединить боковые поверхности больших пальцев, раскрываем и закрываем дверки |
| Ключик сделать он не смог. | Пальцы сцепить в «замок» |

|  |  |
| --- | --- |
| Для девочки ПолинкиВыросла малинка.Собрала Полинка Ягодки в корзинку.Съела всю малинкуДевочка Полинка. | Собрать пальцы в щепоть и «рвать ягоды». можно подносить пальцы ко рту, показывая как едят ягоды. |

|  |  |
| --- | --- |
| Кукла – неваляшка,Пестрая рубашка. | Пальцы сцепить в замок, перекатывающие движения |
| По сторонам качается,Всем мило улыбается. | Соединить ладони, пальцы сомкнуты, наклонять кисти рук вправо-влево. |

|  |  |
| --- | --- |
| Как у деда МитрофанаНа кафтане два кармана. | Обеими ладонями похлопать себя по бокам, показывая карманы |
| В одном кармане – Мышка – норушка, | Сложить пальцы в щепоть и двигать ими по поверхности стола |
| В другом кармане –Лягушка – квакушка. | Сложить пальцы в щепоть и снова раскрыть, изображая лягушку |

|  |  |
| --- | --- |
| Скачут две лягушки –Зеленые подружки.Комаров они поели,Прогуляться захотели. | Сложить пальцы в щепоть и снова раскрыть, изображая лягушку |
| Шлеп – шлеп ножками, | Шлепать раскрытыми ладонями по столу |
| Хлоп – хлоп ладошками | Хлопать в ладоши. |

|  |  |
| --- | --- |
| Мы по лесенке шагалиИ ступеньки сосчитали: | Пальцами «шагать» по столу |
| Раз, два, три, четыре, пять –Очень весело считать! | Поставить ладонь на ребро, пальцы развести, «шагать» по пальцам вверх |
| Раз, два, три, четыре, пять –Очень весело шагать! | «шагать» пальцами другой руки |

|  |  |
| --- | --- |
| Быстро тесто замесили,На кусочки разделили. | Имитировать замес теста |
| Раскатали все кусочки | Движения ладонями вперед-назад по поверхности стола |
| И слепили пирожочки. | Защипывать воображаемые пирожки |
| Пирожки с вареньем – Всем на удивленье. | Прикладывать ладонь к ладони, «лепить пирожки» |

|  |  |
| --- | --- |
| Как у нашего АнтошкиЯрко – красные сапожки. | Руки на поясе, ногу ставим на пятку – на носок |
| Ножками топ – топ! | топаем |
| Ручками хлоп – хлоп! | хлопаем |
| Каблучками раз-два-три!Как он пляшет – посмотри! | Одновременно хлопаем и топаем |

|  |  |
| --- | --- |
| Доброе утро, Мариночка!Доброе утро, Ариночка!Доброе утро, Оленька!Доброе утро, Коленька!Доброе утро, мама,Милая, добрая самая! | растирать пальцы, начиная с мизинца от основания к кончику. Затем повторить для другой руки. |

|  |  |
| --- | --- |
| Динь – дилень,Динь – дилень!Светит солнце целый день, | Поднять руки вверх, сделать «фонарики» |
| Жарит нам оладушки,Как у нашей бабушки. | Похлапывать по столу то ладонной, то тыльной стороной кисти, словно переворачивать оладушки на сковороде. |
| Пирожки песочныеРумяные и сочные! | Соединяем ладони обеих рук, «лепим пирожки» |

|  |  |
| --- | --- |
| Веселая семейка Уселась на скамейку: | Сжимать и разжимать кулачки. |
| Дядя Гриша,Дядя Миша, Папа Коля, Мама Оля,А на руках у маменькиЕще и Ваня маленький. | растирать пальцы, начиная с большого от основания к кончику. Затем повторить для другой руки. |