ГИМНАСТИКА

пальчиковая

vk.com/smart_children

«Баю-баю»

Баю-баю-баиньки,
(Ладошки сложены под щечкой)
В огороде заиньки.
(Упражнение «Заячьи ушки)
Зайки траву едят,
(Упражнение «Веер»)
Малым деткам спать велят.
(Ладошки сложены под щечкой)

«Киска, киска»

Киска, киска, киска, брысь!
На дорожку не садись:
(Погрозить пальчиком)
Наша деточка пойдёт,
(Упражнение «Пальчики шагают»)
Через киску упадёт.
(Хлопнуть ладошками по коленкам)

Самолёт

Самолёт построим сами,
(Стучим кулачками)
Понесёмся над лесами.
Понесёмся над лесами,
(Упражнение «Веер» с поднятыми руками)
А потом вернёмся к маме.
(Обнять себя руками)

Снег

Снег, снег кружится,
(Упражнение «Фонарики»)
Белая вся улица!
(Упражнение «Веер» с вытянутыми вперед руками)
Собралися мы в кружок,
(Упражнение «Шарик»)
Завертелись, как снежок.
(Упражнение «Фонарики»)

Зайка

Зайку бросила хозяйка –
(Упражнение «Заячьи ушки)
Под дождём остался зайка.
(Упражнение «Дождик»)
Со скамейки слезть не мог,
Весь до ниточки промок.
(Встряхнуть руками)

Бычок

Идёт бычок, качается,
Вздыхает на ходу:
(Упражнение «Пальчики шагают»)
- Ох, доска кончается,
Сейчас я упаду!
(Хлопнуть ладошками по коленкам)

«Курочка Ряба»

Жили-были дед да баба.
(Поворотные движения кистями рук)
И была у них Курочка Ряба.
(Упражнение «Клювик»)
Снесла курочка яичко,
да не простое - золотое.
(Упражнение «Закрытая лодочка»)
Дед бил - не разбил.
Баба била - не разбила.
(Стучим кулачками)
А мышка бежала,
хвостиком махнула,
(Покачать указательным пальчиком)
яичко упало и разбилось.
(Уронить «Закрытую лодочку» на коленки и раскрыть)
Плачет дед, плачет баба
(Покрутить кулачками около глаз)
и говорит им Курочка Ряба:
(Упражнение «Клювик»)
- Не плачь, дед, не плачь, баба:
снесу вам новое яичко не золотое, а простое.
(Упражнение «Закрытая лодочка»)

«Пальчик-мальчик»

- Пальчик-мальчик,
Где ты был?
(Покрутить большим пальчиком)
- С этим братцем
В лес ходил.
С этим братцем
Щи варил,
С этим братцем
Кашу ел.
С этим братцем
Песни пел!
(Поочередный массаж остальных пальцев руки)

«Сорока-сорока»

Сорока-белобока,
Кашу варила,
Деток кормила.
(Круговым движением пальчика по ладошке)
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
А этому не дала:
(Массаж пальчиков правой руки)
Ты воды не носил,
Дров не рубил,
Каши не варил -
Тебе нет ничего!
(Массаж пальчиков левой руки)