

Улей

Вот маленький улей, где пчелы спрятались,
Никто их не увидит.

Вот они показались из улья.

Одна, две, три, четыре, пять!

Ззззз!

(Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели.)

Капустка

Мы капустку рубим, рубим,

Мы капустку солим, солим,

Мы капустку трем, трем,

Мы капустку жмём, жмём.

(Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.)

Пять пальцев

На моей руке пять пальцев,

Пять хватальцев, пять держальцев.

Чтоб строгать и чтоб пилить,

Чтобы брать и чтоб дарить.

Их не трудно сосчитать:

Раз, два, три, четыре, пять!

(Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках.)

Лодочка

Две ладошки прижму

И по морю поплыву.

Две ладошки, друзья, -

Это лодочка моя.

Паруса подниму,

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам

Плывут рыбки тут и там.

(На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок.)

Рыбки

Рыбки весело резвятся

В чистой тепленькой воде.

То сожмутся, разожмутся,

То заруются в песке.

(Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.)

Ладушки ладошки

Мыли мылом ручки.
Мыли мылом ножки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Наварили кашки
Помешали ложкой.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Строили ладошки
Домик для матрешки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Курочке Пеструшке
Накрошили крошек.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Хлопали ладошки
Танцевали ножки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Прилегли ладошки
Отдохнуть немножко.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки.

(Движения выполняются в соответствии с текстом, как подскажет фантазия.)

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПАЛЬЧИКОВ И РУК

Вверх ладошки!
Вверх ладошки! Хлоп! Хлоп!
По коленкам — шлеп, шлеп!
По плечам теперь похлопай!
По бокам себя пошлепай!
Можем хлопнуть за спиной!
Хлопаем перед собой!
Вправо можем! Влево можем!
И крест-накрест руки сложим.
(Руки сложили накрест перед грудью.)

Где же наши руки?

Где же, где же наши руки,
Где же наши руки? *(Спрятали руки за спину.)*
Где же, где же наши руки?
Нету наших рук. *(Повороты туловища влево-вправо.)*
Вот, вот наши руки, *(Показываем руки.)*
Вот наши руки.
Пляшут, пляшут наши руки,
Пляшут наши руки.

Гости

Стала Маша гостей созывать:
(Вращение кистей рук к себе.)
И Иван приди, и Степан приди,
И Матвей приди, и Сергей приди,
А Никитушка - ну, пожалуйста.
(Поочередный массаж кончиков пальцев правой руки.)
Стала Маша гостей угощать:
И Ивану блин, и Степану блин,
И Матвею блин,
И Сергею блин,
А Никитушке — мятный пряничек.
(Поочередный массаж кончиков пальцев левой руки.)

Две сестрички

Две сестрички, две руки, *(Встряхивание кистями рук.)*
Рубят, строят, роют, *(Изображаем в движении слова текста.)*
Рвут на грядке сорняки
И друг дружку моют.
Месят тесто две руки —
Левая и правая,
Воду моря и реки
Загребают, плавая.

Лошадка

Вот помощники мои,
Их, как хочешь, поверни.
По дороге белой, гладкой
Скачут пальцы, как лошадки.
Чок-чок-чок, чок-чок-чок,
Скачет резвый табунок.

Маша

Маша варежку надела:
— Ой, куда я пальчик дела?
Нету пальчика, пропал,
В свой домишко не попал!
Маша варежку сняла,
— Поглядите-ка, нашла!
Ищешь, ищешь — и найдешь.
Здравствуй, пальчик!
Как живешь?

Непосильный труд

Нитку вдеть — для пальца
Непосильный труд,
Но зато два пальца
Платице сошьют.
Три в тетради нашей
Пишут хоть куда.
Десять поле пашут,
Строят города.

Ну-ка, братцы, за работу

Ну-ка, братцы, за работу
Покажи свою охоту:
Большаку дрова рубить,
Печи все тебе топить,
А тебе воду носить,
А тебе обед варить,
А малышке песни петь,
Песни петь да плясать,
Родных братьев забавлять. *(Движения для пальцев рук по тексту.)*

« Белочка »

Сидит белка на тележке,
Продаёт свои орешки;
Лисичке-сестричке.
Воробью, синичке,
Мишке косолапому,
Заяньке усатому.
(поочередно разгибать все пальцы, начиная с большого)