

**Картотека**  
**пальчиковых игр и**  
**физкультминуток**  
**по лексическим темам.**



## Сентябрь.

### 3 неделя. Осень. Осенние признаки.

#### Пальчиковая игра.

##### Осень, осень

|                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Осень, осень,<br>Приходи!<br>Осень, осень,<br>Погляди!<br>Листья желтые кружатся,<br>Тихо на землю ложатся.<br>Солнце нас уже не греет,<br>Ветер дует все сильнее,<br>К югу полетели птицы,<br>Дождик к нам в окно стучится. | трем ладошки друг о друга<br>зажимаем кулаки по очереди<br>трем ладошки друг о друга<br>ладони на щеки<br>плавное движение ладонями<br>ладони гладят по коленям<br>сжимаем и разжимаем кулаки по очереди<br>синхронно наклоняем руки в разные стороны<br>«птица» из двух скрещенных рук<br>барабанить пальцами то по одной, то по |
| другой ладони<br>Шапки, куртки надеваем<br>И ботинки обуваем<br>Знаем месяцы:<br>Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь.                                                                                                              | имитируем<br>топаем ногами<br>ладони стучат по коленям<br>кулак, ребро, ладонь                                                                                                                                                                                                                                                    |

#### Физкультминутка.

Вдруг закрыли небо тучи, *Поднимаемся на носочки, поднимаем вверх перекрещенные руки.*  
Начал капать дождь колючий. *Прыжки на носочках, руки на поясе.*  
Долго дождик будет плакать,  
Разведёт повсюду слякоть. *Приседаем, руки на поясе.*  
Грязь и лужи на дороге,  
Поднимай повыше ноги. *Идём по кругу с высоким подниманием колена.*

### 4 неделя. Деревья осенью.

#### Пальчиковая игра.

##### ДЕРЕВЬЯ В ЛЕСУ

|                                                                                             |                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Друг от друга деревья росли далеко<br>Человеку пройти этот путь нелегко,<br><i>пальцами</i> | <i>(показать дерево обеими кистями)</i><br><i>(Шагать указательным и средним</i>            |
| Только корни деревьев<br>Однажды сплелись,<br>Будто дерева два навсегда обнялись.           | <i>(Приложить кисти друг к другу тыльными сторонами, пальцы вниз)</i><br><i>(«Деревья»)</i> |

## ОСЕННИЙ БУКЕТ

Раз, два, три, четыре, пять

Будем листья собирать  
Листья берёзы, листья рябины,  
листья тополя, листья осины,  
Листики дуба мы соберём  
Маме осенний букет отнесём.  
указательным

Поочередно загибают пальчики на руке,  
начиная с большого.

Ритмично сжимают и разжимают кулачки.  
Поочередно загибают пальчики на руке,  
начиная с большого.

«Шагают» по столу средним и  
пальчиками.

## Физкультминутка.

### Во дворе стоит сосна

Во дворе стоит сосна,  
К небу тянется она.  
Тополь вырос рядом с ней,  
Быть он хочет подлинней. (Стоя на одной ноге, потягиваемся — руки вверх, потом то же, стоя на другой ноге.)  
Ветер сильный налетал,  
Все деревья раскачал. (Наклоны корпуса вперёд-назад.)  
Ветки гнутся взад-вперёд,  
Ветер их качает, гнёт. (Рывки руками перед грудью.)  
Будем вместе приседать —  
Раз, два, три, четыре, пять. (Приседания.)  
Мы размялись от души  
И на место вновь спешим. (Дети идут на места.)

### Осенние листья.

Листопад, листопад,  
Осыпается наш сад,  
Листья жёлтые летят,  
Под ногами шелестят.  
*На каждую строчку четыре шага в такт.*

## Октябрь.

*1 неделя. Овощи. Огород. Труд взрослых на полях и огородах.*

**Пальчиковая игра.**

**У ЛАРИСКИ – ДВЕ РЕДИСКИ**

У Лариски- По очереди разгибают пальчики из кулачка, начиная с  
Две редиски.           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.

**Физкультминутка.**

**Удивляемся природе**

Мы стоим на огороде,

Удивляемся природе. (Потягивания—руки в стороны.)

Вот салат, а здесь укроп.

Там морковь у нас растёт. (Правой рукой коснуться левой ступни, потом наоборот.)

Поработаем с тобой,

Сорнякам объявим бой —

С корнем будем выдирать

Да пониже приседать. (Приседания.)

У забора всем на диво

Пышно разрослась крапива. (Потягивания — руки в стороны.)

Мы её не будем трогать —

Обожглись уже немного. (Потягивания — руки вперёд.)

Все полили мы из лейки

И садимся на скамейки. (Дети садятся.)

### **Овощи**

В огород пойдем,

Урожай соберем.

Мы морковки натаскаем,

И картошки накопаем,

Срежем мы кочан капусты

Круглый, сочный, очень вкусный.

Щавеля нарвем немножко

И вернемся по дорожке.

*маршировать на месте*

*идти по кругу, взявшись за руки*

*имитировать, как таскают*

*копают*

*срезают*

*показать руками*

*«рвут»*

*идти по кругу, взявшись за руки*

**2 неделя. Фрукты. Труд взрослых в садах.**

**Пальчиковая игра.**

Толстый палец и большой в сад за сливами пошёл,  
Указательный с порога указал ему дорогу.  
Средний палец-самый меткий, он сбивает сливы с ветки.  
Безымянный собирает, а мизинчик-господинчик  
В землю косточки бросает.  
(Поочерёдно загигать пальцы правой, а затем левой руки)

**Физкультминутка.**

|                           |                                  |
|---------------------------|----------------------------------|
| Фрукты                    |                                  |
| Будем мы варить компот.   | <i>маршировать на месте</i>      |
| Фруктов нужно много. Вот. | <i>показать руками - "много"</i> |
| Будем яблоки крошить,     | <i>имитировать: как крошат</i>   |
| Грушу будем мы рубить,    | <i>рубят,</i>                    |
| Отожмем лимонный сок,     | <i>отжимают,</i>                 |
| Слив положим и песок.     | <i>кладут, насыпают песок</i>    |
| Варим, варим мы компот,   | <i>повернуться вокруг себя</i>   |
| Угостим честной народ.    | <i>хлопать в ладоши</i>          |

**3 неделя. Грибы. Ягоды.**

**Пальчиковая игра.**

**ЗА ЯГОДАМИ**

|                              |                                                            |
|------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 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.          |                                                            |

**Физкультминутка. А в лесу растёт черника**

А в лесу растёт черника,  
Земляника, голубика.  
Чтобы ягоду сорвать,  
Надо глубже присесть. (Приседания.)  
Нагулялся я в лесу.  
Корзинку с ягодой несу. (Ходьба на месте.)

**Физкультминутка. Гриша шел**

Гриша шел — шел - шел, (Шагаем на месте.)

Белый гриб нашел. (Хлопки в ладоши.)

Раз-грибок, (Наклоны вперед.)

Два - грибок, (Наклоны вперед.)

Три - грибок, (Наклоны вперед.)

Положил их в кузовок. (Шагаем на месте. Декламируя стихотворение, дети имитируют движения грибника: идут, нагибаются и кладут грибы в кузовок. Движения должны быть неторопливыми, ритмичными.)

**4 неделя. Осенняя одежда и обувь.**

**Пальчиковая игра.**

**НАША ОБУВЬ**

Посчитаем первый раз,  
Сколько обуви у нас.  
Туфли, тапочки. Сапожки  
Для Наташки и Серёжки,  
Да ещё ботинки  
Для нашей Валентинки,  
А вот эти валенки  
Для малышки Галеньки.

Попеременные хлопки ладонями и удары  
кулачками по столу  
На каждое название обуви загибают по одному  
пальчику, начиная с большого

**Физкультминутка.**

**Обуваемся**

Я умею обуваться,  
Если только захочу,  
Я и маленького братца  
Обуваться научу.  
*братца"*

*топать ногами*

Вот они, сапожки,  
Этот с правой ножки,  
Этот с левой ножки.

*наклон вперед*

*погладить правую ногу*

*погладить левую ногу*

**5 неделя. Перелётные птицы.**

**Пальчиковая игра.**

**Журавли.**

"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».**

Птичка летала,  
Птичка устала.  
Птичка крылышки сложила,  
Птичка пёрышки помыла.  
Птичка клювом повела  
*изображают клюв)*  
Птичка зёрнышки нашла.  
Птичка зёрнышки поела,  
Снова крылышки раскрыла,  
Полетела.

*(скрестить ладони рук)*

*(сделать замок)*

*(вращение замком)*

*(выпрямленные соединённые мизинцы*

*соединённые мизинцы стучат по столу)*

*(скрещенные ладони делают взмахи).*

#### **Физкультминутка.**

##### **Стая птиц**

Стая птиц летит на юг,  
Небо синее вокруг. (Дети машут руками, словно крыльями.)  
Чтоб скорее прилетать,  
Надо крыльями махать. (Дети машут руками интенсивнее.)

##### **Птички**

Птички начали спускаться,  
На поляне все садятся.  
Предстоит им долгий путь,  
Надо птичкам отдохнуть. (Дети садятся в глубокий присед и сидят несколько секунд.)  
И опять пора в дорогу,  
Пролететь нам надо много. (Дети встают и машут «крыльями».)  
Вот и юг. Ура! Ура!  
Приземляться нам пора.

## Ноябрь.

*1 неделя. Дикие животные и их детёныши.*

### Пальчиковая игра.

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»)

### Физкультминутка.

ЛОСИ

На полянку вышли лоси  
Дружная семья:

Папа лось идет с рогами,

А лосенок с рожками;

Мама длинными ногами

А лосенок – ножками.

скрестить руки и поднять их над  
головой (пальцы прямые,  
раздвинуты),

шагают на месте,

высоко поднимая колени,

на месте переступают с носочка

на носочек (отрывая от пола

только пятки), указательные

пальцы обеих рук приставляют

ко лбу (рожки);

переходят на высокий шаг с

«большими рогами»;

повторяют шаги лосенка.



*2 неделя. Домашние птицы.*

**Пальчиковая игра.  
Две курицы**

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.

**Физкультминутка.**

Наши уточки с утра –  
Кря – кря- кря! Кря – кря- кря!  
Наши гуси у пруда –  
Га – га- га! Га – га- га!  
Наши курочки в окно –  
Ко – ко – ко! Ко – ко – ко!  
А как Петя – петушок  
шею вверх,  
Рано – рано поутру  
Нам споёт: ку – ка – ре – ку!

Идут по кругу вперевалячку, подражая  
походке уток  
Идут по кругу, вытянув шеи вперёд и  
отставив руки – «крылья» назад  
Останавливаются, встают лицом в круг,  
бьют руками по бокам  
Встают спиной в круг, вытягивают  
поднимаются на цыпочки

*3 неделя. Домашние животные и их детёныши.*

**Пальчиковая игра.**

**БУРЁНУШКА**

Дай молочка, Бурёнушка,  
Хоть капельку – на донышке.  
Ждут меня котятки,  
Малые ребятки.  
Дай им сливок ложечку,

Показывают, как доят корову  
Делают «мордочки» из пальчиков  
Загибают по одному пальчику на обеих руках

Творогу немножечко,  
Масла, простоквашки,  
Молочка для кашки.  
Всем даёт здоровье  
Молоко коровье.

Снова «доят»

## КОТЯТА

(Ладочки 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).

## Физкультминутка.

Мы пришли на скотный двор,  
Для животных здесь простор.  
Рядом луг с густой травой  
И прекрасный водопой.  
Превратимся мы в коней ,  
Грациозных,стройных.  
И гуляем по лугам ,  
Светлым и привольным.  
-Цок-цок-цок.

*Дети ходят обычным шагом.*

А теперь табун галопом  
Быстро скачет по лужку.  
-Иго-го,-кричим мы громко  
Молодому пастушку.  
Мух корова отгоняет,  
Бьёт хвостом туда-сюда.  
Больно оводы кусают.  
Мошек столько,что беда.  
На пригорках и в канавках  
Овцы мирно щиплют травку,  
Наклоняются к земле,  
Звонко блеют они : «Бе-е-е».  
Скачут козлики по лугу,  
Рожками бодаются.  
«Ме-е-е»,-кричат друг другу,  
Весело играютя.

*Ходят с высоко поднятыми коленями*

*Бегают с высоко поднятыми коленями*

*Делают повороты в сторону, «отгоняя мух»*

*Делают наклоны вниз*

*Прыгают*

**4 неделя. Человек.**

**Пальчиковая игра.**

Кто зубы не чистит,  
Не моется с мылом

*Пальцы рук поочередно, начиная с указательного, «здороваются» с большими пальцами*

Тот вырасти может  
Болезненным, хилым.

*Ладони ставятся одна над другой, изображая рост ребенка.*

Дружат с грязнулями

Только грязнули

*Пальцы рук соединить в замок*

Которые сами

В грязи утонули

*Движение имитирующее пловца*

У них вырастают

Противные бяки,

*Руки сгибаем в локтях, ладони друг за другом около носа, «дразнимся»*

За ними гоняются

Злые собаки

*Руки вперед, правая ладонь лежит на левой, пальцы чуть согнуты, каждый палец правой руки касается одноименного пальца левой, «пасть»*

Грязнули боятся

Воды и простуд,

А иногда и вообще не растут!

*Руки скрещены на груди, затем волнообразные движения рукой, касаемся указательным и большим пальцем носа, а на последнюю строчку, совершаем отрицательные движения указательным пальцем.*

**Физкультминутка.**

**Шеей крутим осторожно**

Шеей крутим осторожно —

Голова кружиться может.

Влево смотрим — раз, два, три.

Так. И вправо посмотри. (Вращение головой вправо и влево.)

Вверх потянемся, пройдемся, (Потягивания — руки вверх, ходьба на месте.)

И на место вновь вернемся. (Дети садятся.)

## Декабрь.

*Неделя. Зима.*

**Пальчиковая игра.**

**СНЕЖОК**

Раз, два, три, четыре,  
Мы с тобой снежок слепили.  
Круглый, крепкий, очень гладкий

Загибают пальчики, начиная с большого  
«Лепят», меняя положение ладоней  
Показывают круг, сжимают ладони  
Вместе, гладят одной ладонью другую

И совсем – совсем не сладкий.  
Раз – подбросим.

Грозят пальчиком  
Смотрят вверх, подбрасывают  
воображаемый снежок

Два – поймаем.  
снежок

Приседают, ловят воображаемый

Три – уроним  
И... сломаем.

Встают, роняют воображаемый снежок  
Топают

**Физкультминутка.**

**Солнце землю греет слабо**

Солнце землю греет слабо, (Руки вверх и вниз.)  
По ночам трещит мороз, (Руки на пояс, наклоны в стороны.)  
Во дворе у Снежной Бабы (Руки на пояс, поворот вокруг себя.)  
Побелел морковный нос. (Дети показывают нос.)  
В речке стала вдруг вода  
Неподвижна и тверда, (Прыжки на месте.)  
Вьюга злится,  
Снег кружится, (Дети кружатся.)  
Заметает все кругом  
Белоснежным серебром. (Имитируют движения руками.)

**На дворе у нас мороз**

На дворе у нас мороз.  
Чтобы носик не замёрз,  
Надо ножками потопать  
И ладошками похлопать. (Дети хлопают себя ладонями по плечам и топают ногами.)  
А теперь представим лето.  
Речка солнышком согрета.  
Мы плавём, плавём, плавём,  
Дно ногами достаём. (Плавательные движения руками.)  
Мы выходим из речушки  
Направляемся к опушке. (Ходьба на месте.)

*2 неделя. Зимующие птицы.*

**Пальчиковая игра.**

**КОРМУШКА**

Сколько птиц к кормушке нашей  
Прилетело? Мы расскажем.  
Две синицы, воробей,  
Шесть щеглов и голубей,  
Дятел в пёстрых пёрышках.  
Всем хватило зёрнышек.

Ритмично сжимают и разжимают кулачки

На каждое название птицы загибают по  
одному пальчику

Опять сжимают и разжимают кулачки

**Физкультминутка.**

**Снегири.**

Вот на ветках посмотри,  
В красных майках снегири.  
Распушили пёрышки,  
Греются на солнышке.  
Головой вертят, улететь хотят.  
Кыш! Кыш! Улетели!  
За метелью! За метелью!

Хлопать руками по бокам.  
Наклонять голову в сторону.  
На первое слово каждой строчки частое  
потряхивание руками, на второе - хлопок по бокам.  
Повороты головы.  
Дети разбегаются по комнате, взмахивая руками,  
как крыльями.

*3 неделя. Продукты питания.*

**Пальчиковая игра.**

**ПИРОЖКИ**

Я купила масло,  
Сахар и муку,  
Полкило изюма,  
Пачку творогу.  
Пирожки пеку, пеку,  
Всех друзей я в гости жду!

Загибаем поочередно пальчики, перечисляя продукты

Имитируем лепку пирожков.

Ладони вперед, имитируем движения, подзывающие  
гостей.

**Физкультминутка.**

**Головою три кивка.**

Раз - подняться, потянуться, (Потянулись.)

Два - согнуться, разогнуться, (Прогнули спинки, руки на поясе.)

Три - в ладоши три хлопка, (Хлопки в ладоши.)

Головою три кивка. (Движения головой.)

На четыре - руки шире, (Руки в стороны.)

Пять - руками помахать, (Махи руками.)

Шесть — на место сесть опять. (Присели.)

*4 неделя. Новый год. Рождество.*

**Пальчиковая игра.**

**НА ЁЛКЕ**

Мы на ёлке веселились,  
И плясали, и резвились.  
После добрый Дед Мороз  
Нам подарки преподнёс.  
Дал большущие пакеты,  
В них же – вкусные предметы:  
Конфеты в бумажках синих,  
начиная с Орешки рядом с ними,  
Груша,  
Яблоко, один  
Золотистый мандарин.

Ритмичные хлопки в ладоши  
Ритмичные удары кулачками  
«Шагают» средним и указательным  
Пальцами обеих рук по столу  
«Рисуют» руками большой круг  
Делают ритмичные хлопки  
Загибают на обеих руках пальчики,  
большого

**Физкультминутка.**

**Я мороза не боюсь**

Я мороза не боюсь, (Шагаем на месте.)  
С ним я крепко подружусь. (Хлопаем в ладоши.)  
Подойдет ко мне мороз, (Присели.)  
Тронет руку, тронет нос (Показали руку, нос.)  
Значит, надо не зевать, (Хлопаем в ладоши.)  
Прыгать, бегать и играть. (Прыжки на месте.)

## Январь.

*1 неделя. Зимние забавы.*

### Пальчиковая игра.

#### СНЕГОВИК

Давай, дружок, смелей, дружок  
Кати по снегу свой снежок -  
Он превратится в толстый ком  
И станет ком снеговиком.  
Его улыбка так светла!  
Два глаза... шляпа...нос...метла...  
Но солнце припечет слегка -

Увы! – и нет снеговика.

Хлопки  
Показать руками, как лепим снежок.  
Сомкнуть и округлить кисти рук  
Обвести руками в воздухе две окружности  
Хлопки  
Показывать по тексту  
Ладонь правой руки приложить к левой,  
пальцы растопырить (солнце)  
Развести руками.

### Физкультминутка.

#### Мы на лыжах в лес идём.

Мы на лыжах в лес идём,  
Мы взбираемся на холм.  
Палки нам идти помогут,  
Будет нам легка дорога. (Дети машут руками, словно работают лыжными палками.)  
Вдруг поднялся сильный ветер,  
Он деревья крутит, вертит  
И среди ветвей шумит.  
Снег летит, летит, летит. (Вращение туловищем вправо и влево.)  
По опушке зайчик скачет,  
Словно белый мягкий мячик.  
Раз прыжок и два прыжок -  
Вот и скрылся наш дружок! (Прыжки.)  
Хоть приятно здесь кататься,  
Надо снова заниматься. (Дети садятся за парты.)  
Головою мы вращаем,  
Будто твёрдо отвечаем:  
«Нет, не буду, не хочу!»  
Это детям по плечу. (Вращение головой вправо и влево.)

Мы не будем торопиться  
Разминая поясницу,  
Мы не будем торопиться.  
Вправо, влево повернись,  
На соседа оглянись. (Повороты туловища в стороны.)  
Чтобы стать ещё умнее,  
Мы слегка покрутим шей.

Раз и два, раз и два,  
Закружилась голова. (Вращение головой в стороны.)  
Раз-два-три-четыре-пять,  
Ноги надо нам размять. (Приседания.)  
Напоследок, всем известно,  
Как всегда ходьба на месте. (Ходьба на месте.)  
От разминки польза есть?  
Что ж, пора на место сесть. (Дети садятся.)

## **2 неделя.Посуда.**

### **Пальчиковая игра.**

#### **ПОМОЩНИКИ**

|                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Раз, два, три, четыре,<br>Мы посуду перемыли:<br>Чайник, чашку, ковшик,<br>ложку<br>И большую поварешку.<br>Мы посуду перемыли,<br>Только чашку мы разбили.<br>Ковшик тоже развалился,<br>Нос у чайника отбилея,<br>Ложку мы чуть-чуть сломали.<br>Так мы маме помогали. | (Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши)<br>(Одна ладонь скользит по другой по кругу)<br>(Загибают пальчики по одному, начиная с<br>большого)<br>(Опять трут ладошкой ладошку.)<br>(Загибают пальчики.)<br>(Сжимают и разжимают кулачки.) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **Физкультминутка.**

#### **Посуда**

|                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Вот большой стеклянный чайник,<br>Очень важный, как начальник.<br>Вот фарфоровые чашки,<br>Очень хрупкие, бедняжки.<br>Вот фарфоровые блюдца,<br>Только стукни - разобьются.<br>Вот серебряные ложки,<br>Вот пластмассовый поднос -<br>Он посуду нам принес. | <i>«надуть» живот, одна рука на поясе,<br/>другая - изогнута, как носик<br/>приседать<br/>руки на поясе<br/>кружиться,<br/>рисую руками круг<br/>потянуться, руки сомкнуть над головой<br/>сделать большой круг</i> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **3 неделя. Комнатные растения.**

### **Пальчиковая игра.**

#### **БЕГОНИЯ**

|                               |                                                    |
|-------------------------------|----------------------------------------------------|
| Какое красивое имя – бегония! | <i>Ритмично сжимать и разжимать<br/>пальцы рук</i> |
|-------------------------------|----------------------------------------------------|



Как будто все время куда-то бежит.

*Указательными и средними пальцами  
«бежим» по столу*

Живет на окошке красавица скромная

*Поочередное соединение всех пальцев с  
большим, начиная с мизинца*

И убежать никуда не спешит.

*Хлопки*

### **ФИКУС**

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*

### **КАКТУС**

Я с виду колючий, но добрый внутри,

*Растопырить пальцы, затем сжать  
кисти рук («рукопожатие»)*

Не бойся, дружок, на меня посмотри.

*Погрозить пальцем*

Хоть я и погладить себя не даю,

*Поочередное соединение всех пальцев с  
большим, начиная с указательного*

Зато всех на свете я очень люблю.

*То же, начиная с мизинца*

### **Физкультминутка.**

**Дружно встали на разминку**

Дружно встали на разминку

И назад сгибаем спинку.

Раз-два, раз-два, раз-два-три,

Да не упади, смотри. (Дети наклоняются назад, для страховки упираясь ладонями в поясницу.)

Наклоняемся вперед.

Кто до пола достаёт?

Эту сложную работу

Тоже делаем по счёту. (Наклоны вперед.)

### **4 неделя. Инструменты.**

**Пальчиковая игра.**

**«Мы ребята – мастера»**

Стул сломали мы вчера

*пальцы одной руки приставить  
к локтю другой руки*

Мы – ребята – мастера

*указать на себя*

Молотком тук-тук стучали

*постучать кулак об кулак*

Гвозди долго забивали  
Получилось как-то криво

*стучать кулаком об указательный палец*

Отпилили мы красиво  
Зачищали шкуркой долго  
Покрывали лаком стойким  
Верх узором украшали  
Папу посмотреть позвали

*рука по диагонали  
имитировать движения  
тереть ладонь о ладонь  
имитировать движения  
рисуем в воздухе  
приложить ладонь ко лбу*

### «Строим дом»

Целый день тук да тук-  
Раздаётся звонкий стук.

(Руки сжаты в кулаки, большой палец поднят вверх, постукивает по указательным пальцам)

Молоточки стучат,

(Стучать кулаком о кулак)

Строим домик для ребят (зайчат, бельчат).

(Пальцы соединить, показать «крышу»)

Вот какой хороший дом,

(Сжимать-разжимать пальцы.)

Как мы славно заживём.

(Вращать кисти рук)

## Февраль.

### 1 неделя. Профессии.

#### Пальчиковая игра.

#### «Повар»

Повар готовил обед,

А тут отключили свет.

(ребром ладони стучат по столу)

Повар леща берёт

И опускает в компот.

Бросает в котёл поленья,

В печку кладёт варенье.

Мешает суп кочерыжкой,

Угли бьёт поварёшкой.

Сахар сыплет в бульон.

(загибают пальчики, начиная с большого)

И очень доволен он!

(разводят руками)

## Физкультминутка

Быть шофёром хорошо,  
А лётчиком лучше.  
Я бы в лётчики пошёл,  
Пусть меня научат.  
Наливаю в бак бензин,  
Завожу пропеллер.  
« В небеса ,мотор,вези,  
Чтобы птицы пели.»

*Дети бегут по кругу,крутят «воображаемый руль».  
Бегут,расставив руки в стороны как крылья.*

*Остановились,наклонили воображаемый сосуд.  
Круговое движение правой рукой.  
Бегут,расставив руки.*

«Маляры»

Маляры извёстку носят,  
Стены кистью купоросят.  
Не спеша разводят мел.  
Я бы тоже так сумел

*Идут по кругу,держат в руках воображаемые вёдра.  
Лицом в круг,изображают движения кистью.  
Наклонились, «мешают в ведре»  
« Красят».*

## 2 неделя. Транспорт. Правила дорожного движения. Пальчиковая игра.

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  
(Ладочки « 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)

**Физкультминутка. Самолёт**

Руки в стороны — в полёт

Отправляем самолёт,

Правое крыло вперёд,

Левое крыло вперёд.

Раз, два, три, четыре —

Полетел наш самолёт. (Стойка ноги врозь, руки в стороны, поворот вправо; поворот влево.)

**Паровоз кричит**

Паровоз кричит: «Ду-ду,

Я иду, иду, иду».

А колеса стучат,

А колеса говорят:

«Так-так-так!» (Ходьба на месте, с продвижением вперед. Согнутыми руками делают движения вперед-назад.)

**3 неделя .День защитников Отечества.**

**Пальчиковая игра.**

Сегодня праздник всех отцов,

(сжимают и разжимают пальцы)

Всех сыновей, всех кто готов,

(хлопают в ладоши)

Свой дом и маму защитить,

(из ладошек делают «домик», руки

прикладывают к сердцу)

Всех нас от бед отгородить!

(сжимают и разжимают пальцы)

**«Капитан»**

Это – Мишка – капитан.

(Сжимают и разжимают пальцы.)

Обошел он много стран.

(Потирают ладони друг о друга)

Обошел он много стран.

Обошел их не пешком -

(поочередно соединяют подушечки пальцев обеих рук)

На кораблике с флажком.

**Физкультминутка.**

**А над морем — мы с тобою!**

Над волнами чайки кружат,

Полетим за ними дружно.

Брызги пены, шум прибоя,

А над морем — мы с тобою! (Дети машут руками, словно крыльями.)

Мы теперь плывём по морю  
И резвимся на просторе.  
Веселее загребай  
И дельфинов догоняй. (Дети делают плавательные движения руками.)

### **Весёлые прыжки**

Раз, два — стоит ракета.  
Три, четыре — самолёт.  
Раз, два — хлопок в ладоши, (Прыжки на одной и двух ногах.)  
А потом на каждый счёт.  
Раз, два, три, четыре —  
Руки выше, плечи шире.  
Раз, два, три, четыре —  
И на месте походили. (Ходьба на месте.)

### **4 неделя. Морские, речные обитатели.**

#### **Пальчиковая игра.**

#### **РЫБКА**

|                                                   |                                                                           |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Рыбка плавает в водице,<br>изображают             | Сложенными вместе ладонями дети                                           |
| Рыбке весело играть.                              | как плывёт рыбка                                                          |
| Рыбка, рыбка, озорница,<br>Мы хотим тебя поймать. | Грозят пальчиком<br>Медленно сближают ладони                              |
| Рыбка спинку изогнула,<br>Крошку хлебную взяла.   | Снова изображают, как плывёт рыбка<br>Делают хватательное движение обеими |
| руками                                            |                                                                           |
| Рыбка хвостиком махнула,<br>Рыбка быстро уплыла.  | Снова «плывут»                                                            |

#### **Физкультминутка.**

#### **К речке быстрой.**

К речке быстрой мы спустились, (Шагаем на месте.)  
Наклонились и умылись. (Наклоны вперед, руки на поясе.)  
Раз, два, три, четыре, (Хлопаем в ладоши.)  
Вот как славно освежились. (Встряхиваем руками.)  
Делать так руками нужно:  
Вместе — раз, это брасс. (Круги двумя руками вперед.)  
Одной, другой — это кроль. (Круги руками вперед поочередно.)  
Все, как один, плывем как дельфин. (Прыжки на месте.)  
Вышли на берег крутой (Шагаем на месте.)  
Но не отправимся домой

## *Март.*

### *1 неделя. Мамин праздник.*

#### **Пальчиковая игра.**

«Мама»

Мамочка – мама,

Милая моя,

*другом, на каждый слог смыкают  
и размыкают сначала мизинцы.*

Мамочка – мама,

Я люблю тебя.

*На последний слог прижимают Подушечки больших пальцев друг к другу и губами имитируют поцелуй.*

*Поставив ладони друг перед*

#### **Физкультминутка.**

#### **Мамам дружно помогаем**

Мамам дружно помогаем:

Сами в тазике стираем.

И рубашки, и носочки

Для сыночка и для дочки. (Наклоны вперёд, движения руками, имитирующие полоскание.)

Через двор растянем ловко

Для одежды три верёвки. (Потягивания — руки в стороны.)

Светит солнышко-ромашка,

Скоро высохнут рубашки. (Потягивания — руки вверх.)

### *2 неделя. Весна. Периоды весны.*

#### **Пальчиковая игра.**

**ВЕСНА**

*Пальцы складываем щепоткой. Качаем ими.*

Стучат всё громче дятлы,

Синички стали петь.

*Ладони сомкнуты "ковшом", поднимаем руки вверх, раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены.*

Встаёт пораньше солнце,

Чтоб землю нашу греть.

*Движения повторяются.*

Бегут ручьи под горку,

Растаял весь снежок,

*Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повернуты вниз).*

А из под старой травки

*Ладони сомкнуты "ковшом".*

Уже глядит цветок...

*Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка)*  
*Движения повторяются.*  
Раскрылся колокольчик  
*Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак.*  
В тени там, где сосна,  
*Пальцы постепенно разжитаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика).*  
Динь-динь, звенит тихонько,  
*Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая "динь-динь".*  
Динь-динь, пришла весна.  
Динь-динь, звенит тихонько,  
Динь-динь, пришла весна.

### **КАП, КАП, КАП**

Кап, кап, кап – звенит капель.  
Приближается апрель.

Ритмично на каждый слог стучат по столу  
Подушечками пальцев, начиная с большого

### **Физкультминутка. Солнце**

Солнце вышло из-за тучки,  
Мы протянем к солнцу ручки. (Потягивания — руки вверх.)  
Руки в стороны потом  
Мы пошире разведём. (Потягивания — руки в стороны.)  
Мы закончили разминку.  
Отдохнули ножки, спинки.

### **3 неделя. Перелётные птицы весной.**

#### **Пальчиковая игра.**

#### **ЛАСТОЧКА**

Ласточка, ласточка,  
«здоровается»  
Милая касаточка,  
Ты где была,  
левой  
Ты с чем пришла? руке  
- За морем бывала,  
Весну добывала.  
Несу, несу  
Весну – красну.

На каждую строку большой палец  
дважды с одним пальчиком, начиная с  
указательного, - сначала на правой, потом на

### **Физкультминутка.**

**Цапля ходит по воде**  
Цапля ходит по воде

И мечтает о еде.  
Ноги выше поднимай  
Ты, как цапля, не зевай! (Рывком поднять ногу, согнутую в колене, как можно выше, потом другую.)  
Чтоб поймать еду в водице,  
Надо цапле наклониться.  
Ну-ка тоже наклонись,  
До носочка дотянись. (Наклониться и достать правой рукой левую ступню, потом левой рукой правую ступню.)

#### ***4 неделя. Мебель.***

#### **Пальчиковая игра.**

#### **МНОГО МЕБЕЛИ В КВАРТИРЕ**

Раз, два, три, четыре,  
Много мебели в квартире.  
В шкаф повесим мы рубашку,  
А в сервант поставим чашку.  
Чтобы ножки отдохнули,  
Посидим чуть- чуть на стуле.  
А когда мы крепко спали,  
На кровати мы лежали.  
А потом мы с котом  
Посидели за столом,  
Чай с вареньем дружно пили.  
стучат Много мебели в квартире.

Загибают пальчики, начиная с большого  
на обеих руках  
Сжимают и разжимают кулачки  
Загибают пальчики, начиная с большого

Попеременно хлопают в ладоши и  
кулачками

#### **Физкультминутка.**

«Коля-неряха»  
Коля, Коля Николай, за собою убирай!  
У тебя ленивы руки:  
Под столом ремень и брюки,  
Не в шкафу рубаха,  
Николай-неряха.

*Дети идут по кругу друг за другом.  
Хлопают в ладоши  
Приседают.  
«Рисуют» четырёхугольник  
Грозят пальчиком и качают головой.*

### ***Апрель.***

#### ***1 неделя. Первоцветы.***

#### **Пальчиковая игра.**

**Цветок**



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.)

### **Физкультминутка.**

**Раз — цветок, два — цветок**  
Чтоб сорвать в лесу цветочки,  
Наклоняйся до носочков.  
**Раз — цветок, два — цветок.**  
А потом сплетём веноч. (Наклоны вперёд, сначала к правой ноге, потом к левой.)

### **2неделя.Космос.**

#### **Пальчиковая игра.**

Мы по глобусу шагаем,  
Пальцы дружно поднимаем.  
Перепрыгнули лесок,  
На гору забрались,  
Оказались в океане —  
Вместе покупались.  
Пошагали в Антарктиду,  
Холодно, замерзли.  
На ракету все мы сели —  
В космос улетели.

#### **Физкультминутка.**

**А сейчас мы с вами, дети**  
А сейчас мы с вами, дети,  
Улетаем на ракете.  
На носки поднимись,  
А потом руки вниз.  
Раз, два, три, четыре —  
Вот летит ракета ввысь! (1—2 — стойка на носках, руки вверх, ладони образуют «купол ракеты»; 3—4 — основная стойка.)

#### **Космонавт**

В небе ясном солнце светит,  
Космонавт летит в ракете. (Потягивания — руки вверх.)  
А внизу леса, поля —  
Расстилается земля. (Низкий наклон вперёд, руки разводятся в стороны.)

*Знеделя. Наша Родина - Россия. Столица Родины-Москва.*

**Пальчиковая игра.**

**«Здравствуй»**

Здравствуй, Солнце золотое!  
Здравствуй, небо голубое!  
Здравствуй, вольный ветерок!  
Здравствуй, маленький дубок!  
Мы живем в одном краю -  
Всех я вас приветствую!  
(Пальцами правой руки по  
очереди «здороваться» с  
пальцами левой руки,  
похлопывая друг друга  
кончиками.)

**Физкультминутка.**

Отдых наш - физкультминутка,  
Занимай свои места:  
Раз - присели, два - привстали.  
Руки кверху все подняли.  
Сели, встали, сели, встали  
Ванькой-встанькой словно стали.  
А потом пустились вскачь,  
Будто мой упругий мяч.

**4 неделя. Мой дом.**

**Пальчиковая игра.**

**ДОМ**

Я хочу построить дом,  
*Руки над головой "домиком".*  
Чтоб окошко было в нём,  
*Руки перед глазами. Концы пальцев рук сомкнуты в "окошко".*  
Чтоб у дома дверь была,  
*Ладони повернуты к себе, сомкнуты боковыми частями.*  
Рядом чтоб сосна росла  
*Пальцы растопырены. Руки тянем вверх.*  
Чтоб вокруг забор стоял,  
*Руки перед собой кольцом, пальцы соединены.*  
Пёс ворота охранял.  
*Одна рука "пёс", мизинец отсоединить от других пальцев.*  
Солнце было,  
*Скрестить кисти рук, пальцы растопырены.*  
Дождик шёл,  
*"Стряхивающие" движения*

И тюльпан в саду расцвёл  
*Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят вверх.*

### **Физкультминутка.**

#### **Часы**

Тик-так, тик-так —

Все часы идут вот так:

Тик-так. (Наклоните голов то к одному, то к другому плечу.)

Смотри скорей, который час:

Тик-так, тик-так, тик-так. (Раскачивайтесь в такт маятника.)

Налево — раз, направо — раз,

Мы тоже можем так. (Ноги вместе, руки на поясе. На счет «раз» голову наклоните к правому плечу, потом — к левому, как часики.)

Тик-так, тик-так.

### **5 неделя.Моя семья.**

#### **Пальчиковая игра.**

#### **КАК У НАС СЕМЬЯ БОЛЬШАЯ**

Как у нас семья большая

Да весёлая.

Два у лавки стоят,

Два учиться хотят,  
руках

Два Степана у сметаны

Объедаются.

Две Дашки у каши

Питаются.

Две Ульки в люльке

Качаются.

Ритмичные хлопки а в ладоши и удары  
кулачками попеременно

Загнуть большие пальцы на обеих руках

Загнуть указательные пальцы на обеих

Загнуть средние пальцы

Загнуть безымянные пальцы

Загнуть мизинцы

### **Физкультминутка.**

#### **Кто живет у нас в квартире?**

Раз, два, три, четыре, (Хлопаем в ладоши.)

Кто живет у нас в квартире? (Шагаем на месте.)

Раз, два, три, четыре, пять (Прыжки на месте.)

Всех могу пересчитать: (Шагаем на месте.)

Папа, мама, брат, сестра, (Хлопаем в ладоши.)

Кошка Мурка, два котенка, (Наклоны туловища влево-вправо.)

Мой сверчок, щегол и я — (Повороты туловища влево-вправо.)

Вот и вся моя семья, (Хлопаем в ладоши.)

## *Май.*

### *1 неделя. День Победы.*

#### **Пальчиковая игра.**

##### **Капитан**

Я плыву на лодке белой  
прижать руки ладонями  
По волнам с жемчужной пеной.  
Я - отважный капитан,  
лодка

Мне не страшен ураган.  
движениями рук  
Чайки белые кружатся,  
Тоже ветра не боятся.  
соединив

Лишь пугает птичий крик  
Стайку золотистых рыб.  
И, объездив чудо-страны,  
Посмотрев на океаны,  
Путешественник-герой,  
К маме я вернусь домой.

(концы пальцев направить вперед,  
друг к другу, слегка приоткрыв.  
проговаривая стишок, показывать, как  
качается на волнах, а затем плавными  
сами волны, потом по тексту  
стиха показать чайку, скрестив руки,  
ладони тыльной стороной и помахать  
пальцами, сжатыми вместе  
выпрямленными ладонями с пальцами,  
прижатыми друг к другу изобразить рыбок.  
плавными движениями ладоней показать  
как рыбы плывут в воде)

#### **Физкультминутка.**

##### **Оловянный солдатик стойкий**

Оловянный солдатик стойкий,  
На одной ноге постой-ка.  
На одной ноге постой-ка, (Стоим на правой ноге.)  
Если ты солдатик стойкий.  
Ногу левую — к груди,  
Да смотри — не упади! (Шагаем на месте.)  
А теперь постой на левой, (Стоим на левой ноге.)  
Если ты солдатик смелый. (Прыжки на месте.)

##### **На параде**

Как солдаты на параде,  
Мы шагаем ряд за рядом,  
Левой — раз, левой — раз,  
Посмотрите все на нас.  
Все захлопали в ладошки —  
Дружно, веселей!  
Застучали наши ножки  
Громче и быстрее! (Ходьба на месте.)

**2 неделя. Насекомые.**

**Пальчиковая игра.**

**ПЧЕЛА**

Прилетела к нам вчера  
Полосатая пчела.  
А за нею шмель – шмельёк  
пальчик

И весёлый мотылёк,  
Два жука и стрекоза,  
Как фонарики глаза.  
к

Пожужжали, полетали,  
От усталости упали.

Машут ладошками

На каждое название насекомого загибают

Делают кружочки из пальчиков и подносят

глазам

Машут ладошками

Роняют ладони на стол

**«Паучок»**

Паучок ходил по ветке,  
А за ним ходили детки  
(Руки скрещены, пальцы каждой руки «бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки.)

Дождик с неба вдруг полил  
(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающие движения (дождик))

Паучков на землю смыл  
(Хлопок ладонями по коленям или по столу)

Солнце стало пригревать  
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит))

Паучок ползет опять,  
А за ним ползут все детки  
(Действия аналогичны первоначальному.)

Чтобы погулять на ветке.  
(«паучки» ползают по голове)

### **Физкультминутка.**

#### **Паучок**

Паучок под лавку

Упал.

Ненароком лапку

Сломал.

В городскую лавку

Сходил

И другую лапку

Купил. (На строки 1—3 все произвольно прыгают на двух ногах. Со словом «сломал» переходят на прыжки на одной ноге. На две последние строки исполняют подскок с поочередным выставлением ноги на пятку.)

#### **Физкультминутка. Прыгайте кузнечики**

Поднимайте плечики,

Прыгайте кузнечики,

Прыг-скок, прыг-скок.

Сели, травушку покушаем,

Тишину послушаем.

Тише, тише, высоко,

Прыгай на носках легко. (Надо оттолкнуться одной ногой и мягко приземлиться на другую.)

### ***3 неделя. Скоро в школу.***

#### **Пальчиковая игра.**

Семь вещей у нас в портфеле:

(сжимают и разжимают пальцы)

Промокашка и тетрадь,

(загибают поочередно пальцы)

Ручка есть, чтобы писать

И резинка, чтобы пятна

Убирала аккуратно

И пенал, и карандаш,

И букварь – приятель наш.

#### **«В школу»**

В школу осенью пойду.

(«шагают» пальчиками обеих рук по столу)

Там друзей себе найду,

Научусь писать, читать,

Быстро, правильно считать.

Я таким учёным буду!

(загибают по одному пальчику с мизинца)

Но свой садик не забуду!

(грозят указательным пальчиком)

### **Физкультминутка.**

Ты давай-ка, не ленись!  
Руки вверх и руки вниз.  
Ты давай-ка, не ленись!  
Взмахи делай чётче, резче,  
Тренируй получше плечи. (Обе прямые руки подняты вверх, рывком опустить руки и завести за спину, потом рывком поднять — вверх-назад.)  
Корпус вправо, корпус влево —  
Надо спинку нам размять.  
Повороты будем делать  
И руками помогать. (Повороты корпуса в стороны.)  
На одной ноге стою,  
А другую подогну.  
И теперь попеременно  
Буду поднимать колени. (По очереди поднимать согнутые в коленях ноги как можно выше.)  
Отдохнули, освежились  
И на место снова сели. (Дети садятся.)

### **4 неделя. Лето.**

#### **Пальчиковая игра.**

#### **РАДУГА**

Гляньте: радуга над нами,  
*Нарисовать рукой над головой полукруг (маховое движение).*  
Над деревьями,  
*Руки поднять вверх, пальцы разомкнуты.*  
Домами,  
*Руки сложены над головой крышей.*  
И над морем, над волной,  
*Нарисовать волну рукой.*  
И немножко надо мной.  
*Дотронуться до головы.*

#### **Я рисую лето**

|                      |                                   |
|----------------------|-----------------------------------|
| Я рисую лето:        | (рисуют пальчиком по столу)       |
| Красной краской —    | (рисуют в воздухе «солнце»)       |
| Солнце,              |                                   |
| На газонах розы,     | (сжимают и разжимают пальцы)      |
| На лугах покосы,     |                                   |
| Синей краской — небо | (рисуют в воздухе «облака»)       |
| И ручей певучей.     | (на столе рисуют пальцем «ручей») |

### **Физкультминутка.**

**Видишь, бабочка летает**

Видишь, бабочка летает, (Машем руками-крылышками.)

На лугу цветы считает. (Считаем пальчиком.)

— Раз, два, три, четыре, пять. (Хлопки в ладоши.)

Ох, считать не сосчитать! (Прыжки на месте.)

За день, за два и за месяц... (Шагаем на месте.)

Шесть, семь, восемь, девять, десять. (Хлопки в ладоши.)

Даже мудрая пчела (Машем руками-крылышками.)

Сосчитать бы не смогла! (Считаем пальчиком.)

(Г. Виеру)



## Использованная литература:

- 1.Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). - М.: ВАКО, 2005. - 176 с. - (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
- 2.Ткаченко.Т.А. Физкультминутки для развития пальцевой моторики у дошкольников с нарушениями речи. Сборник упражнений.
- 3.Морозова Г.В. Ознакомление с окружающим миром. Конспекты комплексных занятий с использованием приёмов изо деятельности для детей подготовительной к школе группе.
- 4.Гомзяк О.С. Говорим правильно в 6-7 лет. Конспекты занятий по развитию связной речи в подготовительной к школе логогруппе.
- 5.Османова Г.А. Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики. Картотека пальчиковых игр.
6. Ульева Е.А. Пальчиковые игры для детей 4-7 лет. Пособие для педагогов и родителей. Изд. Мозайка- Синтез.
7. 33 лексические темы. Пальчиковые игры, упражнения, загадки для детей 6-7 лет.
- 8.Крупенчук О.И. Пальчиковые игры для детей 4-7 лет. Изд.Литера 2009.
- 9.Кошлева Г.А. Развитие речи в детском саду. Ярославль 2009.