

## ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ (МУЗЫКА И ТЕКСТЫ)

### 1. Левая и правая

*Игровое упражнение можно выполнять стоя, сидя на стуле, а также лёжа на животе. Можно «ходить» не ножками, а ручками (\*).*

Вот левая, вот правая, их только так зовут *По очереди поднимаем то левую, то правую ногу\**

Подружки неразлучные всегда вдвоём идут *Шагать на месте*

И левая и правая пошли одни гулять *Поднять ноги\* поочередно в соответствии с текстом, потом идти вперёд.*

Нашли большую лужу и стали в ней скакать *Прыгать на месте*

Вот мокрые, холодные идут одни едва *Идём вперёд*

Вдруг левая и правая повстречали льва *По очереди поднять ноги\**

А он открыл большую пасть и страшно так рычит *Изобразить льва открыть рот, показать зубы, рычать*

Что левая бежит домой и правая бежит *Бежим*

До дома добежали, смотрите – обе тут *Бежим, в конце фразы - останавливаемся*

Но только позабыли, как их теперь зовут

Где левая, где правая не разобрать самим *«Перекаты» с пятки на носок, ноги вместе (или с ладони на пальцы)*

Скорее посмотрите и подскажите им. *Вытягиваем ноги\* вперёд, ищем правую/левую.*

### 2. Помощники

Маленькая Катя умницей была - *Сгибают-разгибают большой палец правой/левой руки (остальные сжаты в кулак)*

В комнате работу всем зверям нашла: *Дотрагиваются большим пальцем до кончика других пальцев (последовательно, в ритме)*

Чашечки собачка моет язычком, *Левая рука – чашечка, скребём пальцами правой руки по её ладони, движение «от себя» тыльной стороной пальцев*

Мышка подбирает крошки под столом, *Щипают пальцами правой руки ладонь левой*

Кошка коготками лавочку скребёт, *Скрести согнутыми пальцами (коготками) ладонь левой руки*

Куручка рябая под крылом метёт. *Скользящее движение ребром ладони одной руки по другой*

Катя варит кашу для зверей своих, *Большим пальцем правой руки вращательные движения в ладони левой руки*

За работу хвалит, с ложки кормит их. *Поглаживаем правой рукой левую, затем протягиваем левую руку вперёд (кормим зверят)*

### 3. Червячок. Упражнение можно выполнять друг на друге или самостоятельно.

Вот это – моя ручка, а это – кулачок *Показываем открытую ладонь левой руки, затем сжимаем её в неполный кулак*

А в кулачке завёлся весёлый червячок. *Указательный палец правой руки просовываем в кулак левой, шевелим пальцем.*

Он прыгнул на коленку, забрался на бочок

И стал копать там норку, противный червячок. *Движения в соответствии с текстом песни*

По голове стал ползать, затылок щекотать, *Движения в соответствии с текстом песни*

И даже моё ушко немножечко кусать. *Указательный палец правой руки (червячок) оттопыриваем и отпускаем ушко.*

Вот он пополз по спинке, по животу ползёт, *Движения в соответствии с текстом песни*

Залез ко мне в карманчик и там теперь живёт. *Левая рука делает «карманчик», сложить в «ковшик» и прислонить к туловищу. Указательный палец правой руки (червячок) заползает в карманчик, снизу шевелим пальцем.*

### 4. Цыплята

*Руки сжаты в кулаки и прижаты друг к другу. Стоят на ребре, опираясь на стол или колени.*

В сарае две курицы жили *Большие пальцы поднимаем, сгибаем, разгибаем их в ритме текста*  
Цыплят на прогулку водили.

Цыплят на прогулку водили. *Раскрываем остальные пальцы, сгибаем их и разгибаем*

За каждой ходили 4 ребёнка, *Подушечки пальцев поочередно соприкасаются друг с другом*  
4 красивых послушных цыплёнка.

Цыплята любили все вместе гулять,

Толкаться, пищать, червячков искать.

Толкаться, пищать, червячков искать. *Пальцы переплетаются, быстро ими шевелим*

Как только стемнеет – все к маме бегут – *Пальцы сгибаем, прижимаем к ладони*

Прижмутся друг к другу и сразу заснут.

Прижмутся друг к другу и сразу заснут. *Руки возвращаются в исходное положение.*

## 5. Дом

Я хочу построить дом, *(Руки над головой «домиком»)*  
Чтоб окошко было в нём. *(Руки перед глазами. Концы пальцев рук смотрят 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)*  
Чтоб на травке жил жучок,  
Бегал быстрый паучок. *(Левая рука – травка. Пальцы растопырены, смотрят вверх. Пальцы правой руки – жучок, паучок. Перебирать пальцами правой руки (бегать) по пальцам левой (травке)*  
Солнце было, *(Скрестить пальцы рук, пальцы растопырены)*  
Дождик шёл, *(«Стряхивающие» движения)*  
И тюльпан в саду расцвёл. *(Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят вверх)*  
Чтоб флажок на доме был, *(Левая рука вертикально, пальцы выпрямлены, прижаты друг к другу. Ладонь правой руки раскрыта, пальцы сжаты. опираться боковой стороной на пальцы левой руки)*  
А за домом ёжик жил. *(Пальцы рук переплетаются, смотрят вверх (ёжик)).*

## 6. Змейка

*Одна рука «змея». Пальцы сомкнуты в щепоть. Руки взрослого или другого ребёнка «дорожка».*  
Посмотрите-ка, друзья,  
У меня живёт змея! *Медленно вращаем кистью руки*  
по дивану, по коврам  
Может ползать тут и там. *Выполняем рукой медленные волнообразные движения.*  
*«Змея» ползёт по дорожке, первый палец отведён вниз (рот). сначала медленно, а потом постепенно*  
*ускоряя темп, в соответствии с произносимым текстом.*  
Хоть и нет у змейки ножек.  
Очень быстро по дорожке  
Широко открыв свой рот  
За лягушками ползёт. *Пальцы вновь сомкнуть в щепоть. Крутим кистью руки (как бы оглядываясь).*  
Нет у этой змейки глаз  
И поймала в этот раз  
Не лягушек, не стрекоз, *Волнообразные движения рукой*  
А ребёночка за нос. *«Змея» хватает за нос партнёра по игре*

## 7. Ракушки

Пять маленьких ракушек:  
Скорей на них смотри. *Пальцы левой руки разомкнуты, ладонь чуть повернута в сторону (на ребро),*  
*смотрит вниз*  
*«Фшшшших» волна сказала – Правая рука – волна. Махнуть, поглаживая левую. Загнуть большой и*  
*указательный пальцы*  
Осталось только три.  
Три маленьких ракушки  
Лежат в морской траве  
*«Фшшшших» волна сказала – Правая рука – волна. Махнуть, поглаживая левую. Загнуть большой и*  
*указательный пальцы*  
Осталось только две.  
Две маленьких ракушки.  
Опять бежит волна  
*«Фшшшших» волна сказала – Загнуть средний палец*  
Ракушечка одна.  
Последняя ракушка  
Лежит перед тобой.  
*«Фшшшших» волна сказала – Загнуть безымянный палец*  
Нет больше ни одной.

## 8. Зайцы

*Руки лежат на столе или коленях, пальцы расслаблены. В соответствии с текстом приподнимаем поочерёдно пару одноимённых пальцев, начиная с больших.*

Десять серых зайцев дремали под кустом,  
И двое вдруг сказали: «Вон человек с ружьём».

Двое закричали: «Давайте убежим!»

Двое прошептали: «Давайте помолчим».

Двое предложили: «Мы спрячемся в кустах»,

А двое вдруг спросили:

«Вдруг выстрелит он - «Бах»?»

«Бах» - выстрелил охотник, *Хлопаем в ладоши*

Нажав ружья курок *Имитируем нажатие на курок*

И десять серых зайцев пустились наутёк. *Бежим пальчиками по столу или коленям.*

## 9. Мухи

Пять мух кругом летают,

Танцуют и поют. *Пять пальчиков – мухи. Перебираем пальчики в воздухе (мухи летают)*

Одну из них поймали, *Партнёр по игре ловит одну из мух (или ловит сам ребёнок свободной рукой)*

Ещё четыре тут. *Большой палец загибаем – остаётся 4 «мухи»*

Четыре толстых мухи

Уселись на двери. *Ладонь повернута тыльной стороной наружу. Рука зафиксирована. Сгибаем-разгибаем пальцы.*

Одну из них поймали,

Осталось только три. *Действия аналогичны предыдущим, только в этот раз остаётся не 4, а 3 пальца*

Три мухи на нос сели –

Ползут по голове. *Действия соответствуют тексту*

Одну из них поймали –

Осталось только две.

Две мухи друг за другом *Перебираем пальцами в воздухе, вращаем кистью*

Летают у окна.

Одну их них поймали

Осталась здесь одна.

Одна большая муха упала на пол – бух! *Роняем руку на колени/стол*

Куда-то убежала *Загибаем оставшийся палец*

И нет в квартире мух. *Вращаем кулаком*

А утром мы проснулись

И увидели вдруг:

Пять хорошо знакомых

Тех самых толстых мух. *Разгибаем пальцы, перебираем ими в воздухе.*

## 10. Кролик

Маленький кролик с большими ушами. *Кисти прижаты к голове, как ушки*

Розовым носом, *Указательным пальцем дотронуться до носа*

Смешными усами *Указательные пальцы прижаты к губам*

Норку глубокую роет себе

Сильными лапками в мягкой земле. *Роем норку (колени)*

Чистит он шёрстку себе *«Чистим шёрстку»*

Или спит – *Руки складываем, кладём под щеку*

Кролик ушами всегда шевелит. *Шевелим «ушками»*

Слышит шаги и лисиц, и волков,

Прячется в норку свою от врагов. *Сжаться в комочек или спрятаться в мамыны колени.*