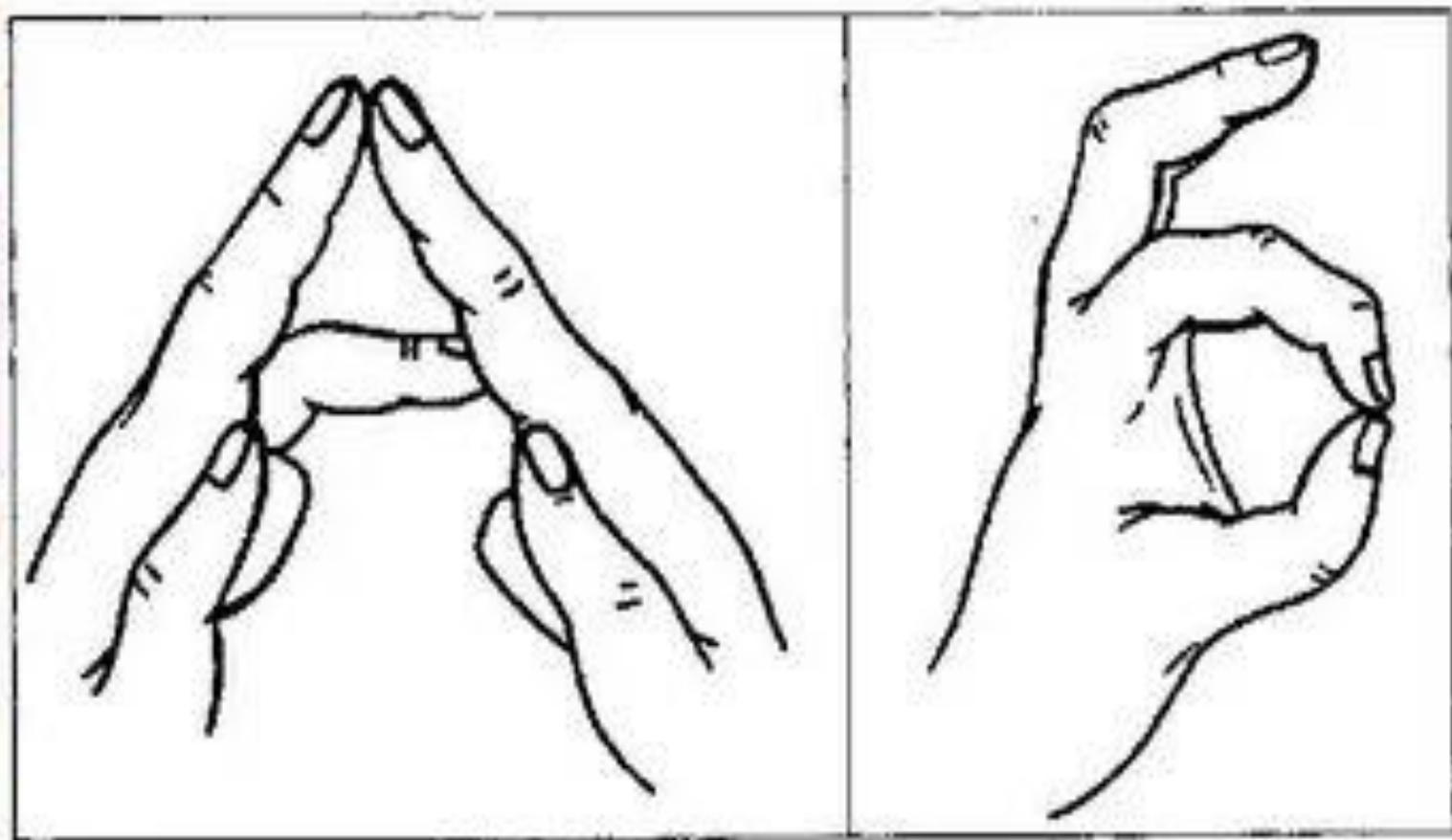


# Пальчиковая азбука



### Пальчиковая гимнастика на букву «А» - Апельсин (1, 2 мл. группы)

Слова	Движения
Мы делили апельсин.	Рука сжата в кулачок
Много нас, а он один!	Крутим кулачком вправо-влево
Эта долька для ежа,	Другой рукой разгибаем пальчики, сложенные в кулачок, начиная с большого.
Эта долька для чижа,	Разгибаем указательный пальчик
Эта долька для утят	Разгибаем средний пальчик
Эта долька для котят,	Разгибаем безымянный пальчик
Эта долька для бобра,	Разгибаем мизинчик
Ну, а волку - кожура.	Открытую ладонку поворачиваем вправо-влево
Он сердит на нас - беда!	Двумя руками показываем волчью пасть
В домик прячемся - сюда!	Складываем руки домиком

### Пальчиковая гимнастика на букву «Б» - Белочка (1, 2 мл. группы)

Сидит белка на тележке,	В самом начале кулачек сжат.
Продаёт она орешки:	Поочерёдно разгибать все пальчики, начиная с большого

Лисичке-сестричке,	
Воробью, синичке,	
Мишке толстопятому,	
Заиньке усатому...	

### **Пальчиковая гимнастика на букву «В» - Воробей (2 мл., средняя группы)**

Воробья врачи спасли,	Кисть разжата, пальцы в сторону.
В вертолёт его внесли.	Круговые движения кистью сначала одной, потом другой рукой.
Вертолёт вертел винтами,	Круговые движения кистями обеих рук.
Волновал траву с цветами.	Плавные движения руками над головой.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Г» - Гуси (2 мл., средняя группы)**

Шлёпают гуськом Гусак с гусаком.	Поочередно похлопываем ладонями по тыльной стороне кистей.
Смотрят свысока Гусак на гусака.	Поочередно похлопываем ладонями по коленям.
Ой, щиплет бока Гусак у гусака.	Щипаем поочередно тыльные стороны кистей.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Д» - Дом для пчел (старшая, под. группы)**

Домик маленький на ёлке,	Одна из рук стоит на столе, опираясь на локоть, пальцы растопырены (ёлка). На второй руке пальцы смыкаются в кольцо (улей). "Улей" прижат к "ёлке".
Дом для пчёл, а где же пчёлки?	Заглядываем в "улей".
Надо в дом постучать	Сжимаем кулачки, стучим ими друг о друга.
Раз, два, три, четыре, пять.	
Я стучу, стучу по ёлке, Где же, Где же эти пчёлки?	Стучим кулаками друг о друга (сверху), чередуя руки.
Стали вдруг вылетать:	Разводим руками, растопыриваем пальцы и шевелим ими, пчёлки летают.
Раз два, три, четыре, пять.	

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Е» - Ежиха с ежатами (2 мл., средняя группы)**

Под цветком	Руки собраны в замок.
ежиха- мать	«Качаем» замок из стороны в сторону.
Принялась ежат купать.	Руки расцепили. Плавные движения руками перед собой.

Кап- кап капает роса	Руки опускаем сверху вниз, «стряхивая» капли.
На мордашку,	Погладить себя по щекам.
на глаза.	Погладить себя по глазам.
Не поймёт ежика - мать,	Развести руки в стороны.
Как им спинки отмывать?	Потираем ладошки.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ё» - Ёжик в бане (1, 2 мл. группы)**

Ёжик в бане вымыл ушки,	Трём ладонями уши.
Шею, кожицу на брюшке.	Трём ладонями шею, живот.
И сказал еноту ёж:	
- Ты мне спинку не потрёшь?	Трём ладошки.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ж» - Жук (2 мл. группа)**

Я увидела жука	Руки лежат на коленях.
На большой ромашке.	Рисуем большой круг руками
Подержу его в руках,	Руки вперёд, ладони вверх.
А потом в кармашке.	Руки на пояс.

Ой, упал, упал мой жук	Наклоны вперёд.
Нос испачкал пылью.	Вытираем носик.
Посажу его на сук,	Подняться на носки, руки вверх.
Пусть расправит крылья.	Плавные взмахи руками.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «З» - Здравствуй (1, 2 мл. группы)**

Здравствуй, указательный!	Расположить ладонь перед собой, выпрямить и раздвинуть пальцы.
- Привет, средний!	Кончиком большого пальца поочерёдно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного и мизинца.
- Здорово, безымянный!	Сначала упражнение выполняется одной рукой, затем - другой, после - двумя руками одновременно.
- Как дела, мизинец?	"Здороваясь", большой палец обращается по имени к другим пальцам:

### **Пальчиковая гимнастика на букву «К» - Кораблик (2 мл., средняя группы)**

По реке плывёт кораблик,	Прижимаем нижние части ладошек друг к другу, верхние открыты - показываем "кораблик"
Он плывёт издалека,	Приставляем горизонтально левую руку к глазам - "смотрим вдаль"

На кораблике четыре очень храбрых моряка.	Показать 4 пальца
У них ушки на макушке,	Приставляем обе ладони к своим ушам
У них длинные хвосты,	Кончики пальцев обеих рук соединяем вместе и далее медленно разводим руки в стороны
И страшны им только кошки, только кошки да коты!	Показываем две открытые от себя ладони, затем пальчики слегка сгибаем - получаются "коготки") В конце этой игры можно спросить у ребёнка: - Что за моряки были на кораблике? Ответ: мышки

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Л» - Ливень (2 мл. группы)**

Ливень, ливень льёт везде.	Руки опускаем сверху вниз, «стряхивая» капли.
Рады птенчики в гнезде:	Руки собраны в «ковш».
-Мама дома посидит,	«Ковш» качается вправо-влево.
Никуда не улетит.	Плавные взмахи руками.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «М» - Мышка (2 мл., средняя группы)**

Мышка в норку пробралась,	Делаем двумя ручками крадущиеся движения
На замочек заперлась.	Слегка покачиваем скрещенными в замок пальчиками
В дырочку она глядит,	Делаем пальчиками колечко
На заборе кот сидит!	Прикладываем ручки к голове как ушки и шевелим пальчиками

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Н» - Бабушка Ненила (2 мл. группы)**

Бабушка Ненила По воду ходила.	Ходьба на месте.
Полны вёдра набрала	Круг руками снизу вверх.
И домой их понесла.	Круг руками сверху вниз.
Всю посуду перемыла.	Руки прямые перед собой, движение «тарелочки».
Каши внукам наварила,	Круговые горизонтальные движения руками перед собой: «мешаем кашу».
Пол в избе подмела	Наклониться вперёд, движения руками из стороны в сторону.
И присела у окна.	Присесть.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «О» - Обезьянки (2 мл. средняя группы)**

Обезьянки вышли погулять,	Руки показывают «фонарики».
Обезьянки стали танцевать,	Сжимаем и разжимаем пальчики.
И одна из них вдруг пошла домой поспать,	Ладони вместе прислонили к ушку.
Потому что надоело танцевать!	Встряхнули ручки.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «П» - Паучок (средняя, старшая группы)**

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 стряхивающее движение - дождик
Паучков на землю смыл.	Хлопок ладонями по столу/коленям.
Солнце стало пригревать,	Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками - солнышко светит.
Паучок ползёт опять,	Делаем движения такие же, как и в самом начале.
А за ним ползут все детки, Чтобы погулять на ветке	"Паучки" ползают по голове.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Р» - Рыбки (старшая, под. группы)**

Пять маленьких рыбок играли в реке,	Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.
Лежало большое бревно на песке,	Руки прижаты друг к другу. Переворачиваем их с боку на бок.
И рыбка сказала: "Нырять здесь легко!"	Ладони сомкнуты и чуть округлены. Выполняем ими "ныряющее" движение.)
Вторая сказала: "Ведь здесь глубоко".	Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).

А третья сказала: "Мне хочется спать!"	Ладони поворачиваются на тыльную сторону одной из рук – рыбка спит.)
Четвёртая стала чуть-чуть замерзать.	Быстро качаем ладонями – дрожь.)
А пятая крикнула: "Здесь крокодил! Плывите отсюда, чтоб не проглотил!»	Запястья соединены. Ладони раскрываются и соединяются – рот.) Быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями – уплывают.)

### **Пальчиковая гимнастика на букву «С» - Хвастны (средняя, старшая группы)**

Тень - тень, потетень,	Хлопки руками.
Выше города плетень.	Руки вверх, встать на носки, потянуться.
Сели звери под плетень,	Присесть.
Похвалялися весь день.	Руки к щекам, наклоны головой в стороны.
Похвалялася лиса:	Руки на пояс, ноги на ширине плеч.
- Всему свету я краса!	Наклон вперёд, развести руки в стороны.
Похвалялся зайка:	Руки на пояс, ноги на ширине плеч.
- Поди, догоняй-ка!	Прыжки на месте.
Похвалялися ежи:	Руки на пояс, ноги на ширине плеч.
-У нас шубы хороши!	Погладить себя по телу.
Похвалялся медведь: Могу песни я петь!	Имитация походки медведя.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Т» - Доброе утро (средняя, старшая группы)**

-Доброе утро!-	Руки в стороны.
птицы запели.	Шевелим пальчиками.
Добрые люди встали с постели.	Руки вверх, встать на носки, потянулись.
Прячется вся темнота по углам.	Наклоны в стороны, прикрываем глаза поочередно правой и левой рукой.
Солнце взошло	Снизу вверх поднимаем «круглые» руки.
и идёт по делам.	Ходьба на месте.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «У» - Музыканты (средняя, старшая группы)**

В руки дудочку беру, Туру- туру- туру-ру!	Имитируем игру на дудочке.
Созываю детвору, Туру- туру- туру-ру!	Манящие движения руками.
Поиграю на баяне, Гали-гали-гали-ли!	Имитация игры на дудочке.
Потанцуйте, зайки, с нами, Гали-гали-гали-ли!	Имитация игры на баяне.
Я на скрипочке играю, Тили-тили-тили!	Прыжки на месте.
Скачут зайки на лужайке, Тили- тили- тили-ли!	Имитация игры на баяне.
А потом на барабане,	Имитация игры на скрипке.
	Имитация игры на барабане.

Бам- бам- барарам!	
В страхе зайки разбежались по кустам!	Бег на месте.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ф» - Фонтан (2 мл., средняя группы)**

Может, здесь, а может, там	Повороты в правую и левую стороны, отводим руку в сторону.
Есть один большой фонтан.	Встать на носки, руки вверх, потянуться.
Надо долго прошагать, Чтоб фонтан тот отыскать.	Ходьба на месте.
Дальше надо руки вымыть	Трём ладони
И лицо своё умыть,	Трём лицо
Зубы тщательно почистить,	Показали зубки
Уши дочиста отмыть.	Трём ушки
Не забыть себя обрызгать	Руки сверху вниз опускаем, «стряхивая» капли.
Той волшебною водой.	Руки снизу вверх поднимаем, «стряхивая» капли.
И тогда ,кто был малышкой,	Присесть.
Станет вдруг большой- большой.	Встать на носочки, руки вверх, потянуться.
Вы всё сделали, как надо.	Руки на пояс.
Сядем, будем ждать чудес.	Присесть.
Ой! Смотрите- ка, ребята, Вы растёте до небес!	Медленно поднимаемся вверх, встаём на носочки, руки вверх.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Х» - Трусишка (средняя, старшая группы)**

Сердце так и гложет страх!	Ладони приложить к груди на уровне сердца.
Ах!	Руки вверх.
Я по списку дальше всех!	Медленно приседаем.
Эх!	Встать руки в стороны.
Ох, беда уже близка!	Руки к щекам, наклоны в стороны.
Вот и ждёт меня доска!	Рисуем руками прямоугольник.
Притворюсь-ка я, что глух!	Руками прикрываем уши.
Хоть бы в классе свет потух!	Медленно приседаем, прикрывая глаза руками.
Ух!	Руки вперёд.
Ах!	Руки вверх.
Эх!	Руки в стороны.
Ох!	«Круглые» руки вверх.
Ух...	Руки вперёд.
Не вызвали!	Руки вниз, плечи, спина расслаблены.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ц» - Цветы (старшая, под. группы)**

Наши нежные цветки	Щепоть руки смотрит вверх, руки перед собой согнуты в локтях.
Распускают лепестки.	Медленно раскрываем пальцы.
Ветерок чуть дышит, Лепестки колышет.	Плавные движения кистями вправо- влево.
Наши алые цветки	Медленно соединяем пальцы в щепоть.

Закрывают лепестки.	
Тихо засыпают,	Опускаем кисти вниз, руки согнуты перед собой в локтях.
Головой качают.	Качаем кистями, руки перед собой согнуты в локтях.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ч» - Чайник (средняя, старшая группы)**

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу,	«Круглые» руки перед собой разводим в стороны.
Больше греться не хочу.	Руки к щекам, качаем головой.
Крышка громко зазвенела:	Руки вверх, имитация- «звеним колокольчиком».
«Пейте чай, вода поспела!»	Руки в стороны с наклоном вперёд.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Щ» - Щетки (2 мл., средняя группы)**

Этой щёткой	Плавное движение левой рукой в сторону, ладонью вверх.
чищу зубы,	Правой рукой- имитация движения «чистим зубы».
Этой щёткой-	Плавное движение левой рукой в сторону, ладонью вверх.
башмаки,	Наклон вперёд, дотронуться руками до пола.
Этой щёткой	Плавное движение левой рукой в сторону, ладонью вверх.
чищу брюки,	Гладим руками по ногам.
Все три щётки	Показать три пальца перед собой.
мне нужны.	Ладони приложить к груди.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ш» - Шарик (средняя, старшая группы)**

Надуваем быстро шарик.	Сначала пальцы сложены в замочек. Начинаем их медленно разводить
Он становится большой.	Кончики пальцев обеих рук соприкасаются друг с другом - шарик надут
Вдруг шар лопнул, воздух вышел –	Соприкасаем ладошки друг с другом полностью
Стал он тонкий и худой!	Смыкаем вместе пальчики

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ь, Ъ» - Ручеек (старшая под. группы)**

Вьётся недалечко реченька- река.	Плавные, волнообразные движения перед собой сначала левой, потом правой рукой.
Маленькая речка, Меньше ручейка:	Руки согнуты в локтях, ладонями с силой давим друг на друга (2 раза).
Ни поплыть,	Руки перед собой - «пльвём».
Ни нырнуть,	Присесть
Только ножки окунуть чуть- чуть!	Потряхиваем поочерёдно ногами.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ы» - Пузырь (средняя, старшая группы)**

Надувайся, пузырь, Раздувайся большой, Оставайся такой	«Круглые» руки перед собой разводим в стороны. Вдох носом.
Да не лопайся!	Выдыхаем через нос, «круглые» руки медленно скрещиваем перед собой, постепенно обнимая себя руками.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Э» - Этот пальчик (1, 2 мл. группы)**

Этот пальчик - дедушка, Этот пальчик - бабушка, Этот пальчик - папочка, Этот пальчик - мамочка. Этот пальчик - это Я. Вот и вся моя семья.	Сжать пальчики в кулачок. Затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца. На слова последней строчки ритмично сжимать и разжимать пальцы.
---	--

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Ю» - Непоседа (средняя, старшая группы)**

Юра очень утомился-	Руки к щекам, наклоны головой в стороны.
---------------------	--



Целый день юлой крутился!	Кружимся на месте.
Юра только сел на стул,	Фигура из пальцев – «стул»; присесть, встать.
Ножки свесил	Потряхиваем поочерёдно ногами.
И заснул.	Руки вниз, плечи опущены, спина расслаблена.

### **Пальчиковая гимнастика на букву «Я» - Яблоко (средняя, старшая группы)**

Вот так яблоко!	Рисуем руками круг.
Оно соку сладкого полно.	Поглаживаем руками живот круговыми движениями.
Руку протяните, яблоко сорвите.	Подняться на носки, руки вверх, потянуться.
Стал ветер веточку качать,	Плавные движения руками над головой.
И трудно яблоко достать.	Развести руки перед собой.
Подпрыгну, руку протяну И быстро яблоко сорву!	Прыжки с поднятыми руками.
Вот так яблоко!	Рисуем руками круг.
Оно соку сладкого полно.	Поглаживаем руками живот круговыми движениями