**ПОТЕШКИ**

**Мы капусту рубим рубим**  
Мы капусту рубим рубим  
(ручками показываем как мы рубим капусту)  
Мы морковку трём, трем  
(ручками показываем как мы трем морковку))  
Мы капусту солим солим..  
(пальчики щепоткой — солим)  
Мы капусту мнем, мнем (ручками «мнем» капусту).

**Мы делили апельсин!**  
Мы делили апельсин!  
(кулачок- «апельсин» перед собой)  
Много нас (левая рука растопырена — это «мы»)  
А он один (взгляд переводим на кулачок)  
Эта долька для котят  
(отгибаем один пальчик)  
Эта долька для утят

(отгибаем другой пальчик)  
Эта долька для ужа  
(отгибаем третий пальчик)  
Эта долька для чижа  
(четвертый)  
Эта долька для бобра  
(пятый)  
А для волка кожура!  
(встряхиваем бывшим кулачком — словно кожурой)  
Разозлился волк — беда,  
Разбегайтесь кто куда!

**Домик**  
Стенка, стенка (потрогать щечки),  
Потолок (потрогать лобик),  
Две ступеньки (прошагать пальцами по губам),  
Дзинь — звонок! (нажать на носик)

**Белочка**  
Сидит белка на тележке,  
Продаёт свои орешки;  
Лисичке-сестричке,  
Воробью, синичке,  
Мишке косолапому,  
Заиньке усатому.

(поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с большого)

**Детки**  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем пальчики считать —  
Крепкие, дружные,  
Все такие нужные.

(поднять кисть правой (левой) руки вверх, широко раздвинуть пальцы; поочерёдно сгибать их в кулачок, начиная с большого)

Тише, тише, тише,  
Не шумите!  
Наших деток не будите!  
Птички станут щебетать,  
Будут пальчики вставать.

(раскачивать кулачок вверх-вниз по ритмике стихотворных строк, а на слове “вставать” — открыть кулачок, широко раздвинув пальцы)

**По грибы**  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Мы идём грибы искать!  
Этот пальчик в лес пошёл,  
Этот пальчик гриб нашёл.  
Этот пальчик чистить стал.  
Этот пальчик жарить стал,

Этот пальчик всё съел,  
Оттого и потолстел.

(попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)

**Пальчики**  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Вышли пальчики гулять!  
Раз, два, три, четыре, пять,  
В домик спрятались опять.

(поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке)

**Паучок**  
Паучок ходил по ветке,  
(руки скрещены)  
А за ним ходили детки.  
(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,  
(Действия аналогичны первоначальным  
«Паучки» ползают на голове)  
А за ним ползут все детки,  
Чтобы погулять на ветке.

**Мишка и мышка**  
Летом на полянке  
мишка танцевал (водим круги по ладошке)  
топ ногой, топ другой (топаем пальцами)  
туда-сюда шагал  
А у нас в подвале  
мышка завелась  
топ ногой, топ другой  
и в норку забралась (бежим пальцами по руке подмышку и щекочем)

**Дождик и солнце**  
Слушай гром, слушай гром (руки приставить к ушам)  
но не бойся, но не бойся (пальчиком показать)  
на лицо на лицо  
каплет дождик, каплет дождик (пальцами постукать по лицу и голове)  
вот и солнце, вот и солнце (растопырить пальцы, руки ладонями вперёд)  
светит так, светит так!!  
будет сухо, будет сухо (трясти кистями рук как бы стряхиваем воду)  
славно как! славно как!! (хлопаем в ладоши)

**Горох**  
Пять маленьких горошин  
заперты в стручке (переплетя пальцы, сжимаем руки вместе)  
вот выросла одна  
и тесно ей уже (выпрямляем большие пальцы)  
но вот растёт вторая,  
и третья, а потом  
четвёртая..пятая… (выпрямляем соотвественно пальцы поочерёдно)  
сказал стручок: «БОМ!» (хлопаем)

**Снежок**  
Раз,два,три,четыре, ( Загибают пальчики.)  
Мы с тобой снежок слепили («Лепят»,меняя положение ладоней.)  
Круглый,крепкий,очень гладкий. ( Показывают круг,гладят ладони друг о друга.Грозят пальчиком)  
Раз – подбросим, («Подбрасывают»,смотрят вверх)  
Два – поймаем. ( «Ловят»,приседают)  
Три – уроним (Встают, «роняют»)  
И … сломаем! ( топают)

**Ветер дует нам в лицо**

Ветер дует нам в лицо (руками машем себе в лицо)  
Закачалось деревцо (руки вверх и качаемся)  
Ветерок все тише, тише (медленно приседаем)  
Деревцо все выше, выше (медленно встаем, поднимаемся на носочки, руки вверх)  
Как на горке снег, снег (встаем на носочки, руки вверх)  
И под горкой (приседаем)  
И на елке (встаем, руки в стороны)  
И под елкой (обхватываем себя руками)  
А под снегом спит медведь (пальчик к губам)  
Тише, тише, не шуметь (шепотом, поворачиваясь в разные стороны)

**Котятки**

Все котятки мыли лапки:  
Вот так! Вот так! (изображаем мытье рук)  
Мыли ушки, мыли брюшки:  
Вот так! Вот так!  
А потом они устали:  
Вот так! Вот так!  
Сладко-сладко засыпали:  
Вот так! Вот так! (имитируем все указанные в стихотворении движения)

**Птички и ветер**

Маленькие птички,  
Птички-невелички,  
По лесу летают,  
Песни распевают. (машем руками, как крылышками)  
Буйный ветер налетел, (руки вверх, раскачиваемся из стороны в сторону)  
Птичек унести хотел.  
Птички спрятались в дупло (приседаем на корточки, закрываем голову руками)  
Там не тронет их никто.

**Гроза**

Закапали капли (постучать двумя пальцами каждой руки по столу)  
Идет дождь (постучать четырьмя пальцами)  
Он льет как из ведра! (стучим сильнее)  
Пошел град (косточками пальцев выбиваем дробь)  
Сверкает молния (шипящий звук, рисуем молнию пальцем в воздухе)  
Гремит гром! (барабаним кулаками или хлопаем в ладошки)  
Все быстро убегают домой (прячем руки за спину)  
А утром снова ярко светит солнце! (описываем руками большой круг).

**Прогулка**

(При выполнении этого упражнения дети сидят на своих местах и ритмично, поочередно, скачками двигают по поверхности стола от себя к его противоположному краю прямые пальцы обеих рук).

Пошли пальчики гулять,

(пальцы сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу).

А вторые - догонять,

(ритмичные движения по столу указательных пальцев).

Третьи пальчики - бегом,

(движение средних пальцев в быстром темпе).

А четвертые - пешком.

(медленное движение безымянных пальцев по поверхности стола).

Пятый пальчик поскакал

(ритмичное касание поверхности стола мизинцами).

И в конце пути упал.

(стук кулаками по поверхности стола).

**Крокодил*.*** Указательный палец и мизинец согнуть и оттянуть назад (глаза). Средний и безымянный пальцы вытянуть вперед. Прямой большой палец прижать к ним снизу, образуя пасть крокодила.

**Курочка*.*** Соединить концы большого и указательного пальцев (клюв). На клюв веерообразно накладываются друг на дружку остальные пальцы - это гребешок.

**Петушок**. Клюв, как у курочки, но полусогнутые пальцы не касаются друг друга (гребешок). Гребешок колышется при движении петушка.

**Сова*.*** Большой палец и мизинец отведены в сторону (крылья совы), они могут двигаться при полете. Оставшиеся три пальца согнуты так, что подушечки прижаты к основанию пальцев (голова).

**Мышка*.*** Указательный палец и мизинец согнуть, оттянуть назад, подушечки прижать к основанию пальцев (уши). Большой палец прижать к ладони, на него наложить средний и безымянный. Концы пальцев держать на весу, не прижимая к большому пальцу, - это мордочка мышки, которая при диалогах шевелится.

**Лягушка*.*** Указательный палец и мизинец согнуть, оттянуть назад (глаза). Безымянный и средний согнуть, прижать к середине ладони. Большой палец горизонтально приложить к ногтям среднего и безымянного пальца (рот).

**Лошадка*.*** Повернуть руку ладонью к себе, большой палец поднять вверх. На ребро этой ладони сверху положить согнутые четыре пальца другой руки (грива). Два больших пальца подняты вверх (уши). Лошадь может потряхивать гривой, шевелить ушами, открывать и закрывать рот.

**Зайцы*.*** Вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и средний соединить.

**Улитка с усиками*.*** Положить правую руку на стол, поднять указательный палец и средний, и расставить их, левую руку положить сверху.

**Ежик*.*** Ладони соединить, прямые пальцы выставить вверх.

**Кот*.*** Средний и безымянный пальцы правой руки прижать к ладони большим пальцем, указательный и мизинец слегка согнуть поднять руку вверх.

**Волк*.*** Соединить большой, средний и безымянный пальцы правой руки, указательный и мизинец слегка согнуть, поднять вверх.

**Лиса и заяц*.*** Лиса "крадется" - все пальцы медленно "шагают" по столу вперед, заяц "убегает", перебирая пальцами, быстро двигается назад.

**Пчелы*.*** Указательным пальцем правой руки, затем левой руки вращать вокруг.

**Паук*.*** Пальцы согнуты, медленно передвигаются по столу.

**Бабочка*.*** Ладони соединить тыльной стороной, махать пальцами, плотно сжатыми вместе, - "бабочка машет крыльями".

**Коза*.*** Вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, а затем левой руки.

***Козлята (***то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук).

Можно также делать упражнения с использованием стихов.

**Собака**

"У собачки острый носик,  
Есть и шейка, есть и хвостик"

Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх. Указательный, средний и безымянный - вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается.

**Мышка**

"Серенький комок сидит  
И бумажкой все шуршит"

Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному пальцам.

**Зайка и ушки**

"Ушки длинные у зайки,   
Из кустов они торчат,  
Он и прыгает, и скачет,  
Веселит своих зайчат"

Пальчики в кулачок. Выставить вверх указательные пальцы. Ими шевелить в стороны

**Зайка и зеркало**

"Зайка в зеркальце глядит  
И ушами шевелит"

Левая ладонь кверху, делаем "козу". Сверху на нее накладываем правую руку, которая тоже изображает "козу" (тыльной стороной вверх). Выставляем вверх и вниз средние и безымянные пальцы обеих рук и двигаем ими в противоположные стороны.

**Зайчик в норке**

"У елки на пригорке  
Спрятался зайчишка в норке"

Левая ладонь почти горизонтальная, правая тоже. Указательный и мизинец правой руки упираются в указательный и мизинец левой. Средний и безымянный пальцы правой руки подняты и разведены в стороны (ушки). Большой палец прижат.

**Зайка и барабан**

"Зайка взял свой барабан  
И ударил трам - трам - трам"

Пальчики в кулачок. Указательный и средний пальцы вверх, они прижаты. Безымянным и мизинцем стучит по большому пальцу.

**Лошадка**

"У лошадки вьется грива,  
Бьет копытами игриво"

Правая ладонь на ребре от себя. Большой палец кверху. Сверху на нее накладывается левая ладонь под углом, образуя пальчиками гриву. Большой палец кверху. Два больших пальца образуют уши.

**Коза**

"У козы торчат рога,  
Может забодать она"

Внутренняя сторона ладони опущена вниз. Указательный и мизинец выставлены вперед. Средний и безымянный прижаты к ладони и обхвачены большим.

**Гусь**

"Гусь стоит и все гогочет,  
Ущипнуть тебя он хочет"

Предплечье вертикально. Ладонь под прямым углом. Указательный палец опирается на большой. Все пальцы прижаты друг к другу.

**Петушок**

"Петушок стоит весь яркий,  
Гребешок он чистит лапкой"

Ладонь вверх указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в стороны и подняты вверх.

**Курочка**

"Курочка прыг на крыльцо:  
Я снесла тебе яйцо"

Ладонь располагается горизонтально. Большой и указательный пальцы образуют глаз. Следующие пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении.

**Осы**

"Осы любят сладкое, к сладкому летят.  
И укусят осы, если захотят"

Выставить средний палец, зажать его между указательным и безымянным вращать им в разные стороны.

**Жук**

"Жук летит, жужжит, жужжит  
И усами шевелит"

Пальчики в кулачок. Указательный и мизинец разведены в стороны, ребенок шевелит ими.

**Птенчики в гнезде**

"Птичка крылышками машет и летит к себе в гнездо.  
Птенчикам своим расскажет, где она взяла зерно"

Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и ими шевелить.

**Краб**

"Краб ползет по дну,  
Выставив свою клешню"

Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы к себе. Передвигаем на пальчиках ладони сначала в одну сторону, затем в другую.

**Слон**

"В зоопарке стоит слон.  
Уши, хобот, серый он.  
Головой своей кивает,  
Будто в гости приглашает"

Ладонь на себя. Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой - указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качаем всей кистью.

**Птичка**

"Пальчики - головка,  
Крылышки - ладошка"

Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы - головка, остальные сомкнутые пальцы - крылья. Помахать ими.

**Филин**

"Сидит филин на суку  
И кричит бу - бу - бу - бу"

Руки в кулачок, прижаты, большие пальчики - вверх (ушки), указательные пальцы вместе; они выставлены на вас, (нос).

**Волк и лиса**

"Серый волк бежит по лесу,  
А за ним бежит лиса.  
Поднялись у них трубою  
Два пушистеньких хвоста"

Волк. Делаем "пароходик", большие пальцы разводим в стороны. Указательные пальцы сгибаются внутрь ладоней и образуют лоб, а остальные в виде "лодочки" - верхнюю и нижнюю челюсти. Лиса. Выполняем то же самое, но внутрь ладони сгибаем еще мизинцы, чтобы мордочка у лисы была острее. Большие пальцы чуть сгибаем. Одна фигурка вытекает из другой.

**Крокодил**

"Крокодил плывет по речке,  
Выпучив свои глаза  
Он зеленый весь, как тина,  
От макушки до хвоста"

Ладонь выставлена вперед горизонтально (параллельно полу). Большой палец под ладонью. Указательный и мизинец согнуты (глаза) и прижаты соответственно к среднему и безымянному.

1. Растения

* Ромашка. (Соединить обе руки, прямые пальцы развести в стороны).
* Тюльпан. (Полусогнутые пальцы обеих рук соединить, образуя чашечку цветка).
* Колокольчик. (То же, но пальцы разъединены).
* Корни растений. (Прижать руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).
* Деревья. (Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы).

Можно также делать упражнения с использованием стихов:

**Дерево**

"У дерева ствол, на стволе много веток,  
А листья на ветках зеленого цвета"

Прижать руки тыльной стороной друг к другу. Пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами.

**Елка**

"Елка быстро получается,  
Если пальчики сцепляются.  
Локотки ты подними,  
Пальчики ты разведи"

Ладони от себя, пальчики пропускаются между собой (ладони под углом друг к другу). Пальчики выставляются вперед. Локотки к корпусу не прижимаются.

**Колокольчик**

"Колокольчик все звенит,  
Язычком он шевелит"

Тыльные стороны рук обращены вверх, пальцы обеих рук скрещены. Средний палец правой руки опущен вниз, и ребенок им свободно вращает.

1. Люди

* Человечек. Указательный и средний пальцы правой руки, потом левой руки бегают по столу.
* Пожарник. Левая рука упирается в стол. Указательный и средний пальцы правой руки бегут по ней. Поменять руки.
* Пассажиры в автобусе. (Скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук вверх, большие пальцы вытянуты вверх).
* Двое разговаривают. Согнуть обе руки в кулак, большие пальцы вытянуть вверх, приблизить их друг к другу.
* Маляр. Рука-это кисть. Пальцы-волоски кисти. Макните кисть в краску и красьте разными руками поочередно: сверху вниз, слева на право и т.д.

1. Предметы

* "Очки" (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
* "Ножницы" (указательный и средний пальцы правой руки и левой руки имитируют стрижку ножницами).
* "Колокол" (скрестить пальцы обеих рук, тыльные стороны обратить вверх, опустить средний палец правой и левой руки вниз и синхронно вращать их).
* "Дом" (соединить наклонно кончики правой и левой руки).
* "Стол" (правую руку согнуть в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку).
* "Стул" (правую руку согнуть в кулак, а левую прислонить к ней вертикально).
* "Ворота" (соединить кончики средних и безымянных пальцев обеих рук, большие пальцы поднять вверх или согнуть внутрь).
* "Мост" (расположить руки ладонями друг к другу, пальцы округлить, соединить кончики пальцев обеих рук).
* "Замок" (Ладони вместе. Пальцы расположены между пальцами противоположной руки).
* "Лодочка" (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыть их).

Можно также делать упражнения с использованием стихов.

**Домик**

"Дом стоит с трубой и крышей,  
На балкон гулять я вышел"

Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).

**Очки**

"Бабушка очки надела  
И внучонка разглядела"

Большой палец правой и левой руки вместе с остальными образуют колечко. Колечки поднести к глазам.

**Замок**

"Пальцы сплетем  
И замок мы получим.  
Еще повторим,  
И получится лучше"

Ладошки прижаты друг к другу. Пальцы переплетены. Перебираем ими.

**Флажок**

"Я в руке флажок держу  
И ребятам им машу"

Четыре пальца (указательный, средний, безымянный и мизинец) вместе большой опущен вниз. Тыльная сторона ладони к себе.

**Лодка**

"Лодочка плывет по речке,  
Оставляя на воде колечки"

Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням (как ковшик).

**Пароход**

"Пароход плывет по речке,  
И пыхтит он, словно печка"

Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), а большие пальцы подняты вверх.

**Стул**

"Ножки, спинка и сиденье -  
Вот вам стул на удивленье"

Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе). Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять руки.

**Стол**

"У стола четыре ножки,  
Сверху крышка, как ладошка"

Левая рука в кулачок. Сверху на кулачок опускается ладошка. Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук: правая в кулачке, левая ладонь сверху кулачка. Можно делать попеременно на счет раз.

**Грабли**

"Листья падают в саду,  
Я их граблями смету"

Ладони на себя, пальчики переплетены между собой, выпрямлены и тоже направлены на себя.

**Цепочка**

"Пальчики перебираем  
И цепочку получаем"

Большой и указательный пальцы левой руки в кольце. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.

**Скворечник**

"Скворец в скворечнике живет  
И песню звонкую поет"

Ладошки вертикально поставлены друг к другу, мизинцы прижаты (как лодочка), а большие пальцы загнуты вовнутрь.

**Шарик**

"Надуваем быстро шарик.  
Он становится большой.  
Вдруг шар лопнул, воздух вышел -  
Стал он тонкий и худой"

Все пальчики обеих рук в "щепотке" и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух "выходит", и пальчики принимают исходное положение.

Литература:

* Кольцова М.М. "Ребенок учится говорить". - М.,1979.
* Поваляева М.А. "Справочник логопеда".- Ростов-на-Дону 2002.
* Жукова Н.С., Мастюкова Е.Н., Филечева Т.Б. "Преодоление общего недоразвития речи у дошкольников". - М.,1973.
* Рузина М.С. "Страна пальчиковых игр. Развивающие игры для детей и взрослых". - СПб.2000.
* Ткаченко Т.А. "Использование физкультминуток для развития пальцевой моторики у дошкольников с нарушениями речи". - М., 1989.
* Узорова О.В., Нефедова Е.А. "Пальчиковая гимнастика". - М. 2002.