

# Музыкальная пальчиковая гимнастика



Составила  
музыкальный руководитель  
Н.В. Карнаущенко

## Дружат дети в нашей группе

<b>Дружат дети в нашей группе:</b>	пальцы обеих рук соединяются ритмично в замок
<b>Девочки и мальчики.</b>	
<b>Мы с тобой подружим</b>	ритмичное качание пальцев обеих рук
<b>Маленькие пальчики.</b>	
<b>Раз, два, три, четыре, пять....</b>	поочередное качание пальцев на обеих руках
<b>Начинай считать опять.</b>	руки вниз, встряхнуть кистями
<b>Раз, два, три, четыре, пять....</b>	повторить предыдущие движения
<b>Мы закончили опять.</b>	

## Зайка

<b>Скачет заяка косой</b>	указательный и средний пальцы правой руки вверх, остальные – соединить
<b>Под высокой сосной.</b>	ладонь правой руки – вертикально вверх, пальцы широко расставлены
<b>Под другою сосной</b>	также – левой рукой
<b>Скачет заяка второй.</b>	

## Зимняя разогревалочка

<b>Если замерзают руки – начинаем их тереть.</b>	медленно растирать одну ладонь о другую
<b>Быстро мы сумеем руки, как на печке, разогреть.</b>	
<b>Сначала ладошки совсем как ледышки,</b>	растирать ладони все быстрее и быстрее
<b>Потом – как лягушки. Потом – как подушки.</b>	
<b>Но вот понемножку согрелись ладошки.</b>	
<b>Горят, и взаправду, а не понарошку.</b>	
<b>Я горю, как от огня.</b>	
<b>Разогретые ладони предлагаю всем потрогать.</b>	протянуть вперед разогретые раскрытые ладони, предлагая всем потрогать их

## Кошечка

<b>Вышла кошечка вперед,</b>	указательный палец и мизинец правой руки согнуты сверху, остальные пальцы прижаты к ладони, большой палец сверху
<b>К нам идет, хвостом играет.</b>	левой ладонью махать у основания правой кисти
<b>Ей навстречу, из ворот</b>	большие пальцы обеих рук вверх, внутренняя сторона ладоней к себе, остальные пальцы в горизонтальном положении вместе, кончики средних пальцев соприкасаются
<b>Две собаки выбегают.</b>	указательные пальцы и мизинцы обеих рук подняты вверх, остальные пальцы – прямые, соединить вместе

## Цветок

Вырос цветок на поляне,	руки в вертикальном положении, ладони прижаты друг к другу, развести пальцы и слегка округлить их («бутон»)
Утром весенним раскрыл лепестки.	развести пальцы рук
Всем лепесткам красоту и питание	выполнять ритмичные движения пальцами «вместе – врозь»
Дружно дают под землей корешки.	ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести

## Птички

Птички полетели,	большой палец отогнуть в горизонтальном положении, сверху присоединить сомкнутые прямые остальные пальцы
Крыльями махали,	махи ладонями с широко раскрытыми пальцами
На деревья сели,	руки вверх, все пальцы широко расставить
Вместе отдыхали.	как первое движение

## Солнышко

Солнышко, солнышко, золота головушка.	на правой ладошке ребенка нарисовать солнце, пальцы руки развести в стороны – это лучики; левая ладонь ложится на правую сзади; медленно, плавно поднять руки вверх
В синем небе выходи, мне в окошко посвети.	сделать круговые движения руками
В синем небе покружись,	медленно опустить руки
Ночь настанет – спать ложись.	закрыть глаза, ладони подложить под щеку
Я с тобою – заодно.	снова поднять «солнышко» над головой
Буду спать, пока темно.	пошевелить «лучиками»
А на утро ты опять Будешь на небе сиять!	

## Бабушка очки надела

Бабушка очки надела	соединить большой и указательный пальцы каждой руки отдельно в «колесико», приложить к глазам
И на внуков поглядела!	посмотреть в «очки»

## Мы платочки стираем

<b>Мы платочки стираем, крепко – крепко их потрем.</b>	пальцы обеих рук сжаты в кулаки, тереть кулак о кулак
<b>А потом – повыжимаем. Мы платочки отождем.</b>	движение «выжимаем белье»
<b>А теперь мы все платочки Так встряхнем, так встряхнем.</b>	пальцы свободные, выполняем легкие встряхивания
<b>А теперь платки погладим, Мы погладим утюжком.</b>	ладони – вертикально, трем одну об другую
<b>А теперь платочки сложим И в шкаф положим.</b>	ладони – горизонтально, то одна сверху, то другая положить руки на колени

## Наша бабушка

<b>Наша бабушка идет</b>	хлопать ладонями по коленям поочередно левой, правой рукой.
<b>И корзиночку несет</b>	пальцы слегка расставить и соединить между собой
<b>Села тихо в уголочек,</b>	положить руки на колени
<b>Вяжет деточкам чулочки.</b>	выполнить движение, имитирующее вязание на спицах
<b>Вдруг котятка прибежали</b>	мягкими свободными кистями рук выполнять движение «кошечка»
<b>И клубочки подобрали</b>	
<b>- Где же, где ж мои клубочки?</b>	развести руки в стороны
<b>Как же мне вязать чулочки?</b>	выполнять движение «вязание на спицах»

## Семья

<b>Этот пальчик – дедушка.</b>	указательным пальцем левой руки дотронуться до большого пальца правой руки
<b>Этот пальчик – бабушка.</b>	затем – до указательного пальца правой руки
<b>Этот пальчик – папочка.</b>	дотронуться до среднего пальца правой руки
<b>Этот пальчик – мамочка.</b>	дотронуться до безымянного пальца правой руки
<b>А этот пальчик – я.</b>	дотронуться до мизинца правой руки
<b>А это вся моя семья.</b>	выполнить движение «фонарики» или положить ладонь правой руки в ладонь левой и пожать ее. выполнить это же упражнение, поменяв руки

## Паучок

<b>У тебя, скажи, паук: сколько ног и сколько рук?</b>	соединить большой палец левой руки с мизинцем правой, а большой палец правой руки – с мизинцем левой, поворачиваем кисти рук
<b>Отвечай – ка, паучок, сколько рук и сколько ног?</b>	поочередно соединять одноименные пальцы рук
<b>Когда лапы по дорожке Ходят, это – мои ножки</b>	запястье одной руки положить на запястье другой, пошевелить пальцами
<b>Лапы вяжут паутинку, Будто руки ткут холстинку</b>	соединить четыре пальца на каждой руке в щепотку, мизинцы слегка отвести, выполнить движение, имитирующее вязание
<b>Если я крадусь за мошкой - Мои лапы – это ножки.</b>	запястье одной руки положить на запястье другой, широко раздвинуть пальцы и плавно пошевелить ими
<b>Если попадутся мухи –</b>	прижать основание ладоней друг к другу, пальцы слегка согнуть и расставить
<b>Лапки цапнут их, как руки!</b>	не отрывая основания ладоней, быстро прижать пальцы друг к другу, соединить кончики пальцев обеих рук – «коробочка»

## Дом

<b>На поляне дом стоит,</b>	пальцы обеих рук под углом друг к другу, широко расставлены, соприкасаются только кончиками одноименных пальцев
<b>Ну, а к дому путь закрыт.</b>	большие пальцы обеих рук – вверх, внутренняя сторона ладоней – к себе; остальные пальцы в горизонтальном положении вместе; кончики средних пальцев соприкасаются
<b>Мы дорогу открываем, В этот домик приглашаем.</b>	ладони поворачиваются параллельно друг другу движения – как в первой строчке

## Гномы

<b>Стали гномы гостей приглашать.</b>	указательным пальцем правой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев левой руки
<b>Стали гномы гостей угощать.</b>	указательным пальцем левой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев правой руки
<b>Каждому гостю досталось варенье.</b>	«намазывать» варенье на кончик каждого пальца
<b>Пальчики склеило то угощенье.</b>	последовательно, начиная с большого пальца, «склеить» соответствующие пальцы на обеих руках
<b>Плотно прижались ладошка к ладошке.</b>	прижать ладони одна к другой
<b>Гости не могут взять даже ложки!</b>	плечи приподнять, руки слегка развести в стороны - удивиться

## Козлик

<b>Вот мостик горбатый.</b>	пальцы прижать друг к другу, одну ладонь положить поверх другой
<b>Вот козлик рогатый.</b>	правой рукой сделать «козу»: согнуть средний и безымянный пальцы, на них положить согнутый большой палец, указательный и мизинец вытянуть вперед
<b>На мостике встретил он своего брата.</b>	сделать «козу» левой рукой
<b>Упрямцу с упрямцем опасно встречаться. И с козликом козлик стали бодаться.</b>	соединить указательные пальцы и мизинцы
<b>Бодались, бодались... Сражались, сражались.....</b>	
<b>И в речке глубокой вдвоем оказались.</b>	разъединить руки и опустить обе «козы» вниз пальцами

## Апельсин

<b>Мы делили апельсин.</b>	пальцы обеих рук широко расставлены, соприкасаются только кончики одноименных пальцев
<b>Много нас, а он – один</b>	слегка раздвинуть руки и выполнять легкие повороты кистями в противоположные стороны; на слово «один» большие пальцы обеих рук прижать к ладоням
<b>Эта долька – для кота.</b>	загнуть указательные пальцы
<b>Эта долька – для ежа.</b>	загнуть средние пальцы
<b>Эта долька – для улитки.</b>	загнуть безымянные пальцы
<b>Эта долька – для чижа.</b>	загнуть мизинцы
<b>Ну, а волку – кожура.</b>	поднять руки вверх и быстро выполнять движение «фонарики», опустить кисти рук вниз
<b>Он сердит на нас! Беда!</b>	погрозить пальцем
<b>Разбегайтесь кто куда!</b>	спрятать руки за спину

## Ракета

<b>У ракеты два пилота</b>	поставить кулачки на стол, большие пальцы поднять вверх
<b>Приготовились к полету!</b>	
<b>Я – готов! И я – готов!</b>	пошевелить большим пальцем левой руки, затем - правой
<b>Отойдите все! Подъем!</b>	
<b>Мы взлетаем выше, выше...</b>	описывая круги большими пальцами, плавно поднимая руки вверх, крутить пальцами все быстрее и быстрее
<b>Там, внизу, деревья, крыши....</b>	
<b>И дороги, и поля -</b>	
<b>Вся огромная земля.</b>	
<b>И туда, куда хотим</b>	
<b>Мы летим, летим, летим..</b>	замедляя движения пальцев, понемногу опускать руки
<b>Мы заходим на посадку.</b>	
<b>Рейс окончен. Все в порядке.</b>	вновь поставить кулачки на стол

## Весна

<b>Весенний день!</b>	хлопают в ладоши
<b>На дворе звенит капель,</b>	встряхивают кистями рук
<b>По полям бегут ручьи, На дорогах – лужи.</b>	
<b>Выползают муравьи</b>	соединяют руки перед собой, округлив их
<b>После зимней стужи.</b>	
<b>Пробирается медведь</b>	«пробегают» пальчиками по бедрам к колену
<b>Сквозь лесной валежник.</b>	«переступают» большими пальцами и мизинцами по бедрам
<b>Стали птицы громче петь,</b>	делают взмахи кистями рук
<b>И расцвел подснежник.</b>	