

## Карточка № 1

### «Тики - так»

*Все пальцы собраны в кулачок. Педагог начинает упражнение:  
(произносит высоким голосом):*

Тики-так, тики-так,  
Так ходики стучат.

*Указательные пальцы поднять  
вверх и ритмично покачивать ими  
вправо-влево.*

*(произносит в среднем регистре):*

Туки-так, туки-так,  
Так колеса стучат

*Широко раздвинув пальцы,  
покачать руками вправо-влево*

*(произносит низким голосом):*

Туки-ток, туки-ток,  
Так стучит молоток.

*Сжать пальцы в кулаки и стучать  
кулачком по кулачку*

### «Мы платочки стираем»

Мы платочки стираем,  
Крепко, крепко их потрем,  
А потом повыжимаем.  
Мы платочки отождем.  
А теперь мы все платочки  
Так встряхнем, так встряхнем.

*Пальцы сжаты в кулачки, тереть  
кулачком по кулачку.*

*Выполнять движение «выжимаем  
белье».*

*Пальцы свободные, выполнять  
легкие движения кистями вверх-  
вниз.*

А теперь платки погладим,  
Мы погладим утюгом.

*Выполнять движение «гладим  
белье» кулачком одной руки по  
ладони другой.*

А теперь платочки сложим  
И в шкаф положим.

*Хлопки одной ладошкой по другой.  
Положить руки на колени.*

## Карточка № 2

### «Наша бабушка»

Наша бабушка идет

*Хлопать ладонями по коленям  
поочередно левой, правой руками.*

И корзиночку несет.

*Пальцы слегка расставить и  
соединить их с пальцами другой  
руки.*

Села тихо в уголочек,  
Вяжет деточкам чулочек.

*Положить руки на колени.  
Выполнять движение,  
имитирующее вязание на спицах.*

Вдруг котята прибежали  
И клубочки подобрали.  
Где же, где ж мои клубочки,  
Как же мне вязать чулочки?

*Мягкими кистями рук выполнять  
движение «кошечка».*

*Развести руки в стороны.  
Выполнять движение «вязание на  
спицах»*

### «Кот Мурлыка»

Вот кот Мурлыка ходит,  
Он вслед за мышкой бродит.  
Мышка, мышка берегись,  
Смотри, коту не попадись.  
«А-а-а-ам!»

*Легкими, свободными кистями рук  
выполнять движение «кошечка».*

*Погрозить пальчиком левой рук,  
затем правой.*

*Сделать резкое движение  
пальцами обеих рук («кошечка») и  
сжать пальцы в кулаки.*

### Карточка № 3

#### «Семья»

Этот пальчик – бабушка,	<i>Указательным пальцем левой руки дотронуться до большого пальца правой руки.</i>
Этот пальчик – дедушка,	<i>Дотронуться до указательного пальца.</i>
Этот пальчик – мамочка,	<i>Дотронуться до среднего пальца.</i>
Этот пальчик – папочка,	<i>Дотронуться до безымянного пальца.</i>
А этот пальчик – я.	<i>Дотронуться до мизинца.</i>
А это вся моя семья!	<i>Выполнять движение «фонарик» или положить ладонь правой руки на ладонь левой и пожать ее. Выполнить это же упражнение, поменяв руки.</i>

#### «Две тетери»

Как на нашем на лугу	<i>Пальцы широко расставлены, легкие движения (вверх-вниз) кистями рук, ладонями вниз.</i>
Стоит чашка творогу.	<i>Соединить перед собой руки, сделав круг.</i>
Прилетели две тетери,	<i>Помахать кистями рук, как крыльями.</i>
Поклевали,	<i>Соединить большой и указательный пальцы на обеих руках («клюв»).</i>
Улетели.	<i>Помахать руками.</i>

### Карточка № 4

#### «Овечки»

На лугу стоят овечки,	<i>Указательные пальчики приложить к голове в области виска (сделать маленькие ушки) и покачать слегка головой.</i>
Шерсть закручена в колечки.	<i>Поочередно соединять с большим пальчиком указательный, средний, безымянный и мизинец (выполнять сразу двумя руками)</i>
А играет для овечек На свирели человечек.	<i>Имитировать игру на дудочке.</i>

#### «Коза»

Идет коза рогатая, Идет коза бодатая.	<i>Средние и безымянные пальцы обеих рук согнуты, большие их придерживают. Указательные пальцы и мизинцы выставлены вперед. Покачивать кистями рук (если у ребенка не получается, он может выполнять упражнение одной рукой).</i>
Ножками топ-топ.	<i>Пальцы сжаты в кулаки. Постучать кулачком по кулачку.</i>
Глазками хлоп-хлоп.	<i>Большой палец внизу, остальные пальцы прижаты друг к другу. Резким движением соединять большой палец с остальными.</i>
Кто кашу не ест, Кто молоко не пьет –	<i>Погрозить указательным пальцем правой руки. Погрозить указательным пальцем левой руки.</i>
Того забодаю, забодаю, забодаю!	<i>Выполнить первое движение «коза».</i>

## Карточка № 5

### «Осенние листья»

Раз, два, три, четыре, пять  
Будем листья собирать.  
Листья березы,  
Листья рябины,  
Листики тополя,  
Листья осины,  
Листики дуба мы соберем  
Маме осенний букет принесем.

*Загибать пальчики, начиная с большого*  
*Сжимать и разжимать кулачки.*  
*Загибать пальчики, начиная с большого.*  
*«Шагать» по столу указательным и средним пальцами.*

### «Варим, варим мы компот»

Будем мы варить компот,  
Фруктов нужно много. Вот.  
Будем яблоки крошить,  
Грушу будем мы рубить,  
Отожмем лимонный сок,  
Слив положим и песок.  
Варим, варим мы компот,  
Угостим честной народ.

*Левую ладошку держать «ковшиком», а указательным пальцем правой руки мешать*  
*Загибать пальчики по одному, начиная с большого.*  
*Правую ладошку держать «ковшиком», а указательным пальцем левой руки мешать.*

## Карточка № 6

### «В лес по ягоды пойдем»

Раз, два, три, четыре, пять  
В лес идем мы погулять.  
За черникой,  
За малиной,  
За брусникой,  
За калиной,  
Землянику мы найдем.  
И братишке отнесем.

*Пальчики обеих рук «здороваются», начиная с большого.*  
*«Шагать» по столу указательным и средним пальцами.*  
*Загибать пальчики по очереди, начиная с большого.*  
*«Шагать» по столу указательным и средним пальцами.*

### «Капуста»

Что за скрип ?  
Что за хруст?  
Это что еще за куст?  
Как же быть без хруста?  
Если я – капуста!  
Мы капусту рубим,  
Мы морковку трем,  
Мы капусту солим,  
Мы капусту ждем.

*Сжимать и разжимать пальцы.*  
*Соединить основания ладоней, пальцы-«бутоном», покружить ими.*  
*Сделать из пальцев «шар».*  
*Резкие движения кистями вверх, вниз.*  
*Пальцы обеих рук сжаты в кулаки, тереть кулачки друг о друга.*  
*Движение пальцев, имитирующее посыпание солью.*  
*Интенсивно сжимать пальцы обеих рук в кулаки.*

## Карточка № 7

### «Хозяйкины помощники»

Наша хозяйка сметлива была,  
Всем она в доме работу дала.  
Тарелочку собачка  
Моет язычком.

*Хлопки в ладоши, сверху то правая,  
то левая рука.*

*Большой палец правой руки  
оттопырен-«ухо», указательный  
согнут, остальные выпрямлены.  
«Собачка» наклоняется к  
«тарелочке»-округленной левой  
ладони, «моет ее» (движения  
мизинца в сторону и обратно).  
Согнутые мизинец и указательный  
палец правой руки-«ушки»,  
сомкнутые и прогнутые средний,  
безымянный и большой-«мордочка».  
«Мышка» пощипывает  
выпрямленную левую ладонь.*

Мышка убирает  
Крошки под столом.

*Пальцы правой руки, как при  
фигурке «мышка», но пальцы,  
которые изображают мордочку, не  
прогнуты, а округлены.*

Кошка под окошком

*Пальцы правой руки скребут ладонь  
левой.*

Когтями скребет

Курочка в сержках  
Избушку метет.

*Правая ладонь «подметает»  
выпрямленную левую.*

## Карточка № 8

### «Птички – невелички»

Это птичка – соловей,  
Это птичка – воробей  
Это птичка – совушка,  
Сонная головушка,  
Это птичка – свиристель,  
Это птичка – коростель.  
Эта птичка – злой орлан.

*Загибать на каждую строчку по  
одному пальчику.*

Птички, птички по домам.

*Помахать ладошками, словно  
крыльями.  
Помахать обеими руками, как  
крыльями.*

### «Ветер листики считал»

Ветер по лесу летал  
Ветер листики считал  
Вот – дубовый,  
Вот – кленовый,  
Вот – рябиновый, резной,  
Вот – с березки, золотой.  
Вот – последний лист с осинки  
Ветер бросил на тропинку.

*Выполнять плавные волнообразные  
движения ладошками.*

*Загибать по одному пальчику.*

*Спокойно положить ладони на  
стол.*

## Карточка № 9

### «Прогулка»

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

*На первые строчки поочередно  
разгибать пальчики из кулачка,  
начиная с большого.  
На следующие строки-поочередно  
сгибать пальчики в кулачки, начиная  
с мизинца.*

### «Я стираю, маме помогаю»

Мы маме помогали,  
Мы белье стирали,  
В речке полоскали  
Выжали, развесели

*Потереть один кулачок об другой.*

*Двигать ладошками вправо-влево.  
Сжимать-разжимать кулачки,  
имитируя движения развешивания  
белья.*

То-то стало весело!

*Выполнять круговые движения  
кистями рук.*

## Карточка № 10

### «Мебель»

Раз, два, три, четыре  
Много мебели в квартире.  
В шкаф повесим мы рубашку,  
А в буфет 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.  
Много мебели в квартире.

*Сжимать и разжимать кулачки.*

*Загибать пальчики, начиная с  
большого.*

*Попеременно хлопать в ладоши и  
стучать кулачками.*

### «Строитель»

Молотком стучу, стучу  
Сто гвоздей заколочу.  
Я построю дом, дом  
Буду жить в нем, в нем.

*Постукивать кулачком правой  
руки по ладони левой руки.  
Постукивать кулачком левой руки  
по ладони правой руки.  
Поочередно ставить кулачок на  
кулачок.  
Соединять пальцы, изображая  
крышу дома.*

## Карточка № 11

### «Кот испек себе пирог»

Падал снег на порог

*Медленно опускать ладошки на стол.*

Кот слепил себе пирог.

*Изобразить лепку пирога.*

А пока лепил и пек,

*«бежать» пальчиками обеих рук по столу.*

Ручейком пирог утек.

Пирожки себе пеки

*Изобразить лепку пирога.*

Не из снега – из муки.

### «Мы во двор пошли гулять»

Раз, два, три, четыре, пять

*Загибать пальчики по одному.*

Мы во двор пошли гулять.

*«Идти» по столу указательным и средним пальцами.*

Бабу снежную лепили.

*Изобразить лепку снежного комочка двумя руками.*

Птичек крошками кормили,

*«Крошить хлебушек» всеми пальцами.*

С горки мы потом катались

*Водить указательным пальцем правой руки по ладони левой.*

А еще в снегу валялись.

*Класть ладошки на стол то одной стороной, то другой*

Все в снегу домой пришли.

Съели суп и спать легли.

## Карточка № 12

### «Снежок»

Белый снег пушистый

*Ритмично, плавно опускать руки вниз.*

В воздухе кружится.

*Выполнять круговые движения кистями рук.*

И на землю тихо

*Ритмично, плавно опускать руки вниз.*

Падает ложится.

А потом, а потом

*Имитация сгребания снега.*

Мы из снега слепим ком.

*Выполнять движения «пирожки».*

Ух!

*Бросить снежок вперед.*

### «Шарик»

Надувают шарик быстро,

*Пальцы обеих рук собраны в щепотку, постепенно раздвигать их, не отрывая друг от друга.*

Он становится большой.

*Медленно развести руки в стороны.*

Вдруг шар лопнул,

*Хлопок в ладоши.*

Воздух вышел,

*Подуть на сложенные ладони.*

Стал он тонкий и худой.

*Снова собрать пальцы в щепотку.*

## Карточка № 13

### «Два ежа»

Шли по лесу два ежа,  
Шли спокойно, не спеша.  
На спине иголки  
Длинные и колкие.  
Чуть шуршали листьями  
И травкой зубки чистили.

*Поочередно шлепать ладонями по коленям.  
Резкими движениями растопыривать пальцы и прятать их в кулак.  
Круговые движения ладошкой по ладошке.  
Указательным пальцем одной руки имитировать чистку зубов.*

### «Замок»

На двери висит замок.  
Кто его открыть бы мог?  
Потянули,  
Покрутили,  
Постучали  
И открыли!

*Ритмичные быстрые соединения пальцев двух рук в замок.  
Пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны.  
Движение сцепленными пальцами от себя, к себе.  
Пальцы сцеплены, основания ладоней стучат друг о друга.  
Пальцы расцепляются, ладони разводятся в стороны.*

## Карточка № 14

### «Дружат в нашей группе»

Дружат в нашей группе  
Девочки и мальчики.  
Мы с тобой подружим  
Маленькие пальчики.  
Раз, два, три, четыре, пять  
Начинай считать опять.  
Раз, два, три, четыре, пять  
Мы закончили считать.

*Пальцы обеих рук соединяются в замок.  
Ритмичное касание пальцев обеих рук.  
Поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца.  
Руки опустить вниз, встряхнуть кистями.*

### «Зайка»

Скачет заяка косою  
Под высокой сосной.  
Под другою сосной  
Скачет заяка второй.

*Выпрямить указательный и средний пальцы правой руки, остальные соединить.  
Ладонь правой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставить.  
Ладонь левой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставить.  
Выпрямить указательный и средний пальцы правой руки, остальные соединить.*

## Карточка № 15

### «Мы делили апельсин»

Мы делили апельсин.

*Пальцы обеих рук широко расставлены, соприкасаются только кончики одноименных пальцев.*

Апельсин всего один.

*Слегка раздвинуть руки и выполнять легкие повороты кистями в противоположные стороны.*

Эта долька – для кота,

*Загнуть указательные пальцы.*

Эта долька – для ежа,

*Загнуть средние пальцы.*

Эта долька – для улитки,

*Загнуть безымянные пальцы*

Эта долька – для чижа,

*Загнуть мизинцы.*

Ну, а волку кожура.

*Поднять руки вверх и, быстро выполняя движение «фонарики», опустить кисти рук вниз.*

Он сердит на нас, беда!

*Погрозить пальцем.*

Разбегайтесь кто куда!

*Спрятать руки за спину.*

### «Кулачки»

Кулачки мы вместе сложим,

*Поочередно прижать пальчики, собирая их в кулачок, начиная с большого пальца сначала на правой, затем на левой руке.*

Нашим пальчикам поможем

Разогнуться и подняться,

*Ритмично и энергично сжимать и разжимать пальчики, широко их расставляя.*

Пальчик к пальчику прижаться

*Ритмично прижимать одноименные пальцы.*

## Карточка № 16

### «Коза и козленок»

Идет коза рогатая,

*Указательный палец и мизинец поднять вверх, остальные прижать к ладони большим пальцем.*

Идет коза бодатая.

К ней козлёночек спешит,  
Колокольчиком звенит.

*Пальцы соединить в «щепотку», опустить кисти рук вниз, потрясти ими.*

За козлёнком бежит волк

*Одновременно резко сжимать и разжимать пальцы рук.*

И зубами щёлк да щёлк!

*Соединить запястья рук, одна кисть сверху. Пальцы расставлены и полусогнуты. Ритмично соединять и разъединять одноименные пальцы.*

Рассердилась тут коза:

*Попеременно стучать кулачком о кулачок.*

«Волку выколю глаза!»

*Указательный палец и мизинец поднять вверх, остальные прижать к ладони большим пальцем.*

### «Цветок»

Вырос цветок на поляне,

*Руки в вертикальном положении, ладони прижаты друг к другу, развести пальцы и слегка округлить их, как «бутон».*

Утром весенним раскрыл лепестки.

*Развести пальцы рук.*

Всем лепесткам красоту и питание

*Выполнять ритмичные движения пальцами вместе-врозь.*

Дружно дают корешки под землёй.

*Ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, развести пальчики и пошевелить ими.*



## Карточка № 17

### «Дружная семья»

Папа, мама, брат и я -

*Дети правой рукой загибают на левой руке по одному пальцу, начиная с большого.*

Вместе дружная семья,

*Покачивают крепко сжатый кулачок левой руки.*

Раз, два, три, четыре,

*Левой рукой загибают на правой руке одному пальцу, начиная с большого.*

Мы живем в одной квартире.

*Покачивают крепко сжатый кулачок правой руки.*

### «Крючочки»

Это наши мальчики,

*Энергично и ритмично выполнять кистями рук движение «фонарики».*

Маленькие пальчики.

Крепко держатся дружочки,  
Не разжать нам их крючочки.

*Сцепить мизинцы обеих рук и тянуть в разные стороны.*

А ещё мы можем так:

*Движение «фонарики».*

Вот ладонь, а вот кулак,

*Энергично разжимать и сжимать в кулачки пальцы обеих рук.*

Хочешь, тоже делай так –

То ладонь, а то – кулак!

## Карточка № 18

### «Люблю по городу гулять»

Люблю по городу гулять,

*Дети «шагают» пальниками обеих рук по столу.*

Люблю смотреть,

Люблю считать.

Площадь — раз,

Башня — два,

Три — плотинка у пруда,

А четыре — Горсовет.

Пять — в честь Ленина

проспект,

Шесть — к фонтану подхожу

На водичку погляжу.

Семь и восемь – два театра,

В них смотреть спектакли  
рады.

Девять — повстречался мне

Маршал Жуков на коне.

Ну, а десять — посмотри,

Знаменитый наш УПИ

## Карточка № 19

### «В гости»

В гости к пальчику большому  
Прибежали прямо к дому  
Указательный и средний,  
Безымянный  
И последний –  
Сам мизинчик малышок  
Постучался на порог.  
Все пальчики – друзья.  
Друг без друга нам нельзя!

*Руки поднять вверх, пошевелить большими пальцами и прижать их к ладоням.*  
*Энергично пошевелить четыремя остальными пальцами.*  
*Прижимать к ладони те пальцы, о которых говорится.*  
*Пошевелить мизинцами и сжать пальцы в кулачки.*  
*Постучать кулачком о кулачок.*  
*Пожать ладошкой ладошку.*  
*Пальцы одной руки соединить с соответствующими пальцами другой руки.*

### «Домик»

Я гуляю во доре,  
Вижу домик на горе.  
Я по лесенке взберусь

*Хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой рукой.*  
*Ритмичные хлопки ладошками.*  
*Раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев.*  
*Поочередно стучать кулачком одной руки в раскрытую ладонь другой.*

И в окошко постучусь.  
Тук, тук, тук, тук!

## Карточка № 20

### «Гномы»

Стали гномы гостей приглашать.  
Стали гномы гостей угощать.  
Каждому гостю досталось варенье,  
Пальчики склеило то угощенье.

Плотно прижались ладошка к ладошке.  
Гости не могут взять даже ложки!

Указательным пальцем правой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев левой руки.  
Указательным пальцем левой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев правой руки.  
«Намазывать» варенье на кончик каждого пальца.  
Последовательно, начиная с большого пальца, соединять одноименные пальцы (подушечки) рук.  
Крепко прижимать ладони одна к другой.  
Плечи приподнять, руки слегка развести в стороны, сделать удивленное лицо.

## Карточка № 21

### «Паук»

У тебя, скажи, паук,  
Сколько ног и сколько рук?

Отвечай-ка, паучок,  
Сколько рук и сколько ног?  
- Когда лапы по дорожке  
Ходят – это мои ножки.

Лапы вяжут паутинку,  
Будто руки ткут холстинку.

Если я крадусь за мошкой,  
Мои лапы – это ножки.

Если попадутся мухи,

Лапы цапнут их, как руки!

*Соединить большой палец левой руки с мизинцем правой. Поворачивая кисти рук, соединить большой палец правой руки с мизинцем левой. Снова поворачивая кисти рук, соединить большой палец левой руки с мизинцем правой и.т.д.*

*Поочередно соединять одноименные пальцы рук.*

*Запястье одной руки положить на запястье другой, опустить пальцы рук и пошевелить ими.*

*Соединить четыре пальца на каждой руке в щепотку, мизинцы слегка отвести. Выполнить движение, имитирующее вязание.*

*Запястье одной руки положить на запястье другой, широко раздвинуть пальцы и плавно пошевелить ими.*

*Прижать основания ладоней друг к другу, пальцы слегка согнуть и расставить.*

*Не отрывая основания ладоней, быстро прижать пальцы друг к другу, соединить кончики пальцев обеих рук – сделать «коробочку».*

## Карточка № 22

### «Сороконожки»

Две сороконожки  
Бежали по дорожке.  
Побежали, побежали

И друг дружечку догнали!  
Так друг дружечку обняли,

Что едва мы их разняли.

*Дети пальчиками изображают движение ног сороконожки: пальцы правой руки «бегут» по левой руке, пальцы левой руки «бегут» по правой.*

*Пальцы встречаются на груди. Сцепить пальцы в замок. Потянуть сцепленные пальцы в стороны.*

*Расцепить пальцы.*

### «Мостик»

Вот мостик горбатый.

Вот козлик рогатый.

На мостике встретил он

Серого братца.

Упряму с упрямом

Опасно встречаться.

И с козликом козлик

Стали бодаться.

Бодались, бодались,

Сражались, сражались,

И в речке глубокой

Вдвоем оказались.

*Пальцы прижать друг к другу, одну ладонь положить поверх другой.*

*Правой рукой сделать «козу»: согнуть средний и безымянный пальцы, прижать их большим пальцем к ладони. Указательный палец и мизинец выставить вперед. Сделать «козу» левой рукой.*

*Соединить указательные пальцы и мизинцы обеих рук.*

*Не отрывая пальцы друг от друга, поднимать кисти рук: то правую, то левую*

*Разъединить руки и резко опустить их пальцами вниз.*

