

## Пальчиковая гимнастика для детей 4-5 лет

### Тема: Зима

#### «Снегири»

Вот на ветках, посмотри,  
В красных майках снегири.  
Распушили пёрышки.  
Греются на солнышке.  
Головой вертят,  
Улетать хотят.  
Кыш! Кыш! Улетели!  
За метелью, за метелью!

Четыре хлопка руками.  
Изображают «крылышки»  
Повороты головой.  
Вращательные движения кистями рук.

#### «Зимующие птицы»

Прилетайте, птички!  
Сала дам синичке.  
Приготовлю крошки  
Хлебушка немножко.  
Эти крошки – голубям,  
Эти крошки – воробьям.  
Галки да вороны,  
Ешьте макароны!

«зовущие» движения пальцев 4 раза- «режущие» движения одной ладони по другой пальцы щепоткой – «крошим хлеб», тереть подушечки пальцев друг о друга вытянуть вперёд правую руку с раскрытой ладонью то же – левой рукой тереть ладонью о ладонь, «катая из хлеба макароны»

Сколько птиц к кормушке нашей. Прилетело?

Мы расскажем. Две синицы, воробей,

Дятел в пестрых перышках. Всем хватило зернышек.

(Ритмичное сжимание и разжимание кулачков. Загибание пальчиков, начиная с большого. Ритмичное сжимание и разжимание кулачков)

#### « Снежинки»

Ла-ла-ла, ла-ла-ла,  
Туча по небу плыла.  
Вдруг из тучи над землёй  
стороны.

Полетел снежинок рой.  
(снежинки летят).

Ветер дунул, загудел –  
слегка вытянуть вперёд).

Рой снежинок вверх взлетел.

Пальцы обеих рук соединить подушечками  
в форме шара (туча).

Руки поднять вверх, пальцы развести в

Поворачивать кисти, медленно опуская руки

Подуть на кисти рук (губы округлить и

Встряхнуть кистями рук, поднимая вверх,

Ветер с ними кружится,  
руки.  
Может быть подружится.

вращать ими (снежинки летят).  
Вращать кистями, попеременно скрещивая

### «Зимние забавы 1»

Что зимой мы любим делать?  
В снежки играть, на лыжах бегать,  
На коньках по льду кататься,  
Вниз с горы на санках мчаться.  
*(Поочередно соединяют большой палец с остальными.)*  
Новогодние игрушки,  
Праздник приближается, елка наряжается.  
*(Поднимают руки вверх «к макушке елки» и, опуская вниз, разводят в стороны.)*  
Мы развешали игрушки:  
Бусы, шарики, хлопушки.  
*(Поочередно соединяют большой палец с остальными.)*  
А здесь фонарики висят,  
Блеском радуют ребят.  
*(Крутят ладошками в воздухе – «фонарики»)*

### «Зимние забавы 2»

Лепим мы из снега ком, Из комочков слепим дом.	дети сжимают и разжимают кисти рук соединяют кончики пальцев рук, слегка разводят ладони в стороны хлопают в ладоши
Звери будут в доме жить, Веселиться и дружить, Вместе домик сторожить Раз, два, три, четыре, пять, Мы с тобой снежок слепили. Круглый, крепкий, очень гладкий глядят одной ладонью другую.	соединяют руки в «замок» загибают пальчики дети "лепят" показывают круг, сжимают ладони,
И совсем-совсем не сладкий. Раз — подбросим, Два — поймаем, Три — уроним И... сломаем	грозят пальчиком. "подбрасывают" "ловят" "роняют" топают

### «Зимние забавы3»

Раз, два, три, четыре, пять	загибаем пальчики
Мы во двор пошли гулять	указательным и средними "идем" по столу
Бабу снежную слепили	катаем ручками "комок"
Птичек крошками кормили	"кормим птичек "
С горки мы потом катались	ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки
А ещё в снегу валялись	кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой
Все в снегу домой пришли	отряхиваем ладошки
Суп поели	"едим суп"
спать легли	ладошки под щечку

### «Зима»

Пришла зима,	трем ладошки друг о друга
Принесла мороз.	пальцами массируем плечи, предплечья
Пришла зима,	трем ладошки друг о друга
Замерзает нос.	ладошкой массируем кончик носа
Снег,	плавные движения ладонями
Сугробы,	кулаки стучат по коленям попеременно
Гололед.	ладони шоркают по коленям разнонаправлено
Все на улицу — вперед!	обе руки протянуть вперед

### «Мороз»

Ой, сердит мороз (качают головой, взявшись за нее руками)  
Ветки снегом занес. (Взмахивают кистями рук)  
Хватает за нос. (Хватают себя за нос)  
Щиплет до слез (Щиплют себя за щеки)  
Ребятишки не пугаются (Грозят пальчиком)  
И на лыжах («Едут на лыжах»)  
И на саночках катаются («Едут на санках»)  
Над морозом сердитым потешаются. (Прыгают и одновременно хлопают в ладоши)

### «Зима 2»

Наши ручки замерзают. Кулачки крепко прижать друг к другу  
Поиграем – ка немножко Разжать кулачки, хлопать в ладони.  
Да похлопаем в ладошки. Хлопать в ладоши  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп!  
Пальчики, чтоб их согреть, Прижать ладони друг к другу, тереть  
Сильно надо растереть. ладонь о ладонь.  
Пальчики мы согреваем, Греем руки круговыми движениями,  
Их сжимаем – разжимаем! сжимаем и разжимаем кулачки.