

Пальчиковая гимнастика для малышей 3-4 лет

Мой Мизинчик, где ты был? *Пальчики сжаты в кулачки,*
разжимаем мизинчик на левой руке
С Безымянным щи варил, *Разжимаем безымянный пальчик*
А со Средним кашу ел, *Разжимаем средний пальчик*
С Указательным запел. *Разжимаем указательный пальчик*
А Большой меня встречал *Разжимаем большой пальчик*
И конфетой угощал.
Указательный на правой *Разжимаем одноименные*
Вел в поход нас всей оравой. *пальчики на правой руке*
Средний брат несет рюкзак,
Безымянный ходит так,
А Мизинец стал играть:
Братьев слушать приглашать.
Правый же Большой плясал.
И на танец приглашал.
Раз-два-три-четыре пять!

Сжимаем и разжимаем кулачки



Большой пальчик хочет спать, *Выполняем пальчиковую гимнастику сначала с одной ручкой, а потом с другой. Пальчики разжаты, зажимаем в кулачок большой пальчик.*
Указательный - играть, *Зажимаем в кулачок указательный пальчик.*
Средний пальчик задремал, *Зажимаем в кулачок средний пальчик.*
Безымянный уж устал. *Зажимаем в кулачок безымянный пальчик.*
Мизинчик всем кричит - "Ура!" *Зажимаем в кулачок мизинчик.*
В детский сад идти пора! *Сжимаем и разжимаем кулачок.*



Ивану-большаку - дрова *Берём правой рукой большой пальчик и слегка его потряхиваем.*
рубить,
Ваське-указке - воду носить, *Слегка потряхиваем указательный пальчик*
Мишке-среднему - печку *Слегка потряхиваем средний пальчик*
топить,
Гришке-сиротке - кашу варить, *Потряхиваем безымянный пальчик*
А крошке-Тимошке - песенки *Слегка потряхиваем мизинчик*
петь.

Песни петь и плясать, *Хлопаем в ладоши*
Родных братьев потешать!
(Русская народная)



Сидит белка на тележке,

Пальчики сжаты в кулачки, ударяем кулак о кулак

Продает она орешки:
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,

*Разгибаем большой пальчик
Разгибаем указательный и средний пальчики*

Мишке толстопятому
И зайнъке усатому.

*Разгибаем безымянный пальчик
Разгибаем мизинчик*



Раз, два, три, четыре, пять!

Пальчики сжаты в кулачки, разгибаем каждый пальчик, начиная с большого

Вышли пальчики гулять!

Сжимаем и разжимаем кулачки.

Раз, два, три, четыре, пять!

Загибаем каждый пальчик, начиная с большого

В домик спрятались опять.

Ударяем кулак о кулак

