

Пальчиковые игры и физкультминутки летом.

Лето наступает

Вот и лето наступает

(Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими, начиная с мизинцев.)

Всех на отдых приглашает

(Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших)

Будем плавать, загорать

(Круговые движения кистями, «солнце»)

И на даче отдыхать

(«Домик»)

Бутонок

Каждый бутончик

(Складывают ладони вместе)

Склониться бы рад.

Направо, налево, вперед и назад

(Делают наклоны в соответствии с текстом)

От ветра и зноя бутончики эти

(Локти соединяют в стебель)

Спрятались живо в цветочном букете

(Качают руками)

На лужок

На лужок пришли

(Сгибать пальцы рук в соответствии с текстом)

Зайчата, медвежата,

Барсучата,

Лягушата и енот.

На зеленый на лужок
Приходи и ты, дружок.

Солнышко

Солнышко проснулось
(Сжимают ладошку в кулачок.)
Сладко потянулось.
(Поднимают кулачок вверх.)
Лучикам пора вставать
(Разжимают по одному пальчику)
Раз, два, три, четыре, пять.

Солнышко

Утром солнышко встаёт выше, выше,
(Руки высоко вверх).
Ночью солнышко зайдет ниже, ниже.
(Руки вниз).
Хорошо-хорошо солнышку живётся,
(Делаем ручками фонарики)
И нам вместе с солнышком весело живётся
(Хлопаем в ладоши)

Дождик

Капал дождик на ладошку
Кап-кап, кап-кап
(Дети хлопают в ладоши в ритме)
Я ловил малютку крошку.
Кап-кап, кап-кап
(Пальчиками стучат по ладошке)
Дождик вдруг пошел сильней
Побежали в дом скорей!
(Соединяют ладони над головой)

Спал цветок и вдруг проснулся,(туловище вправо, влево)
Больше спать не захотел
(туловище вперед, назад).
Шевельнулся ,потянулся,(руки вверх, потянуться)
Взвился вверх и полетел.
(Руки вверх, вправо, влево).
Солнце утром лишь проснется,
Бабочка кружит и вьется.
(покружиться).

Видишь , бабочка летает,
(машем руками-крылышками).
На лугу цветы считает
(Считаем пальчиком)
Раз, два, три, четыре, пять
(хлопки в ладоши)
Ох, считать не сосчитать!
(прыжки на месте)
За день, за два и за месяц..
(шагаем на месте)
Шесть, семь, восемь, девять, десять.
(хлопки в ладоши)
Даже мудрая пчела
(машем руками-крылышками)
Сосчитать бы не смогла!
(считаем пальчиком).

Вместе по лесу идем,
Не спешим, не отстаем.
Вот выходим мы на луг.(ходьба на месте)
Тысяча цветов вокруг!(потягивания –руки в стороны)
Вот ромашка , василек,
Медуница, кашка-клевер.
Расстилается ковер
И направо и налево.(Наклониться и коснуться левой ступни правой
рукой, потом наоборот)
К небу ручки протянули,
Позвоночник растянули.(Потягивания- руки вверх).

Отдохнуть мы все успели
И на место снова сели. (дети садятся).

Улитка
Улитка, улитка
Покажи нам рожки
(Поддерживают средний и безымянный пальцы большим,
указательный и мезинец выставляют вперед –«рожки»)
И ползи, улитка,
Тихо по дорожке
(Медленно вытягивают руку вперед, покачивая «рожками»)

Лягушка
Лягушка - попрыгушка-
Глазки на макушке
(Похлопывают ладонями по коленям)
Прячьтесь от лягушки
(Поднимают вверх ладони)
Комары да мушки
(Сжимают пальцы в кулак)

Гроза
Капли первые упали.
(Указательным и средним пальцами каждой руки постучать по столу)
Пауков перепугали.
(Кисти рук опустить, пальцы подушечками опереть на стол и пошевелить ими)
Дождик застучал дельней,
(Всеми пальцами обеих рук постучать по столу)
Птички скрылись средь ветвей.
(Скрестить большие пальцы и помахать кистями рук в воздухе)
Дождь полил как из ведра,
(Всеми пальцами обеих рук быстро постучать по столу)
Разбежалась детвора.
(Указательным и средним пальцами обеих рук «побегать» по столу)
В небе молния сверкает,
(Указательным пальцем «нарисовать» в воздухе молнию)

Гром гремит –не затихает.

(Громко похлопать в ладоши)

Дождь прошел. И снова солнце

Засияло нам в оконце!

(Обе руки поднять вверх, пальцы выпрямить и слегка развести в стороны –лучи солнца)