

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 25 «Рябинушка»
г. Мичуринска Тамбовской области

Карточка
«ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА (игры)»



Составитель: Игнатова Е.А.

<p style="text-align: center;">Прогулка</p> <p>Раз,два,три, четыре,пять (загибаем пальчики) Мы во двор пошли гулять (указательным и средними пальчиками "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).</p>	<p style="text-align: center;">Пчёлы</p> <p>Вот улей, (показываем кулачек) Здесь живут пчелы. Вот они показались из домика, (поочередно отгибаем пальчики) Одна, две, три, четыре, пять! З-з-з-з-з-з....." (щекочем ребенка)</p>
<p style="text-align: center;">Рыбка</p> <p>Рыбка в озере живёт Рыбка в озере плывёт (ладошки соединены и делают плавные движения) Хвостиком ударит вдруг (ладошки разъединить и ударить по коленкам) И услышим мы – плюх, плюх! (ладошки соединить у основания и так похлопать.</p>	<p style="text-align: center;">Сапожник</p> <p>Имитируйте движения сапожника, забивающего гвозди: пальцы одной руки держат гвозди, другой - молоток. Мастер, мастер, Помоги - Прохудились Сапоги. Забивай покрепче Гвозди - Мы пойдем сегодня В гости!</p>
<p style="text-align: center;">Снежок</p> <p>Раз,два,три,четыре, (загибать пальчики) Мы с тобой снежок слепили (лепить,меняя положение ладоней) Круглый,крепкий,очень гладкий. (показывают круг,глядят ладони друг о друга) Раз – подбросим, ("подбросить",посмотреть вверх) Два – поймаем. (" ловят", приседают) Три – уроним (встают, "роняют")</p>	<p style="text-align: center;">Солнышко</p> <p>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)</p>

И ... сломаем! (топают)	
<p style="text-align: center;">Счёт</p> <p>Один, два, три, четыре, пять - (разжимаем поочередно пальчики из кулачка) Вышли пальчики гулять. Один, два, три, четыре, пять - (зажимаем пальчики в кулачок) В домик спрятались опять!</p>	<p style="text-align: center;">Тесто</p> <p>Тесто мы месили (сжимаем кисти рук) Мы пирог лепили (ладошки лепят) Шлёп, шлёп, Шлёп, шлёп Слепим мы большой пирог! (разводим руки)</p>
<p style="text-align: center;">Хозяйка</p> <p>Кукле кашу я сварю: (мешаем кашу) В миску молока налью, (наливаем молоко) Положу туда крупу (насыпать крупу) И поставлю на плиту.(поставить на плиту) Будет каша хороша! (хлопать в ладоши) Кушай, кукла, не спеша. (пригрозить пальчиком)</p>	<p style="text-align: center;">Червячки</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, Червячки пошли гулять (ручки лежат на столе, ладошками вниз, сгибаем и разгибаем пальчики) Вдруг, ворона выбегает, (пальчики "бегут" по столу) Каркает:"Вот и обед" (указательный и большой пальчики "каркают".) Глядь (разводим ручками), а червячков уж нет (сжимаем пальчики в кулачки).</p>
<p style="text-align: center;">Апельсин</p> <p>Мы делили апельсин (левая рука в кулачке, правая её обхватывает) Много нас – а он – один Эта долька – для ежа (правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке) Эта долька – для чижа Эта долька – для котят Эта долька - для утят Эта долька - для бобра А для волка – кожура! (встряхиваем обе кисти)</p>	<p style="text-align: center;">Гости</p> <p>К Кате гости прибежали, (бежим пальчиками по столу или по полу) Все друг другу руки жали. Здравствуй Жора, (соединяем большой и указательные пальчики) Здравствуй Жанна,(большой и средний) Рад Серёжа,(большой и безымянный) Рад Снежана (большой и мизинец) Не хотите ль пирожок? (ладошки складываем вместе) Может коржик (показываем 2 открытые ладошки) Иль рожок(2 кулачка ставим друг на дружку) Вот драже вам на дорожку (пальчиком тычем в открытую ладошку) Вы берите понемножку (несколько раз сгибаем ладошки в кулачки) Все стряхнули быстро крошки И захлопали в ладошки!</p>

<p style="text-align: center;">Горшок</p> <p>Жили – были в домике (сжимать и разжимать кулачки) Маленькие гномики: Токи, Бики, Лики, Чики, Микки. (загибать пальчики, начиная с мизинца) Раз, два, три, четыре, пять (разгибать пальчики) Стали гномики стирать (тереть кулачки друг о друга) Таки – рубашки, (загибать пальчики, начиная с большого) Тики – платочки, Лики – штанишки, Чики – носочки, Микки умница был, Всем водичку носил.</p>	<p style="text-align: center;">Дом</p> <p>Стук -стук- постук, раздаётся где то стук. Молоточки стучат, строят домик для зайчат - Вот с такою крышей, (ладошки над головой) Вот с такими стенами, (ладошки около щёчек) Вот с такими окнами, (ладошки перед лицом) Вот с такою дверью, (одна ладошка перед лицом) И вот с таким замком! (сцепили ручки)</p>
<p style="text-align: center;">Домик</p> <p>Я гуляю во дворе (хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой рукой) Вижу домик на горе (ритмичные хлопки ладошками) Я по лесенке взберусь (раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев) И в окошко постучусь. Тук, тук, тук, тук! (поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой)</p>	<p style="text-align: center;">Ёжик</p> <p>Ёжик, ёжик колкий, где твои иголки? (малыш катает ёжика ладошками) Надо бельчонку сшить распашонку (малыш катает ёжика по животу) Шалуну зайчишке починить штанишки (катаем по ножкам) Фыркнул ёжик - отойдите и не плачьте, не просите (катаем по полу) Если дам иголки - съедят меня волки!!! (ёжик убегает в домик, на место в коробку или на полку)</p>
<p style="text-align: center;">Замок</p> <p>На двери висит замок (руки в замке) Кто его открыть бы смог? (пальчики тянем, не разжимая) Потянули, (потянули) Покрутили, (вращаем руки) Постучали (стучим основанием ладоней) И – открыли! (руки разжимаются)</p>	<p style="text-align: center;">Капуста</p> <p>Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим) Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга) Мы капусту солим, солим (солим щепоткой) Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем) В баночку кладём и пробуем.</p>

<p style="text-align: center;">Комар</p> <p>Летит муха вокруг уха, жжж (водим пальчиком вокруг уха) Летят осы вокруг носа, сссс (водим пальчиком вокруг носа) Летит комар, на лоб - оп (пальчиком дотрагиваемся до лба) А мы его - хлоп (ладошкой до лба) И к уху, зззз (зажимаем кулачок, подносим его к уху) Отпустим комара? Отпустим! (подносим кулачок ко рту и дуем на него, разжимая ладошку)</p>	<p style="text-align: center;">Котик (выполнять действия по смыслу)</p> <p>Котик лапкой умывается Видно, в гости собирается Вымыл носик. Вымыл ротик. Вымыл ухо. Вытер сухо.</p>
<p style="text-align: center;">Котёнок</p> <p>Шёл один я по дорожке, (показываем один пальчик) Шли со мной мои две ножки, (показывает два пальчика) Вдруг на встречу три мышонка, (показываем три пальчика) Ой, мы видели котенка!(хлопает себя ладошками по щечкам и как бы качает ладошками голову) У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика) На лапках - острые царапки, (царапаем ноготками поверхность того что под рукой) Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков) Нужно быстро убежать! (двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности)</p>	<p style="text-align: center;">Черепашка</p> <p>Шла по полю черепаха (идем пальчиками) И дрожала вся от страха (руки в кулачках, кулачки дрожат) Кусь, кусь, кусь!Кусь, кусь, кусь! (большой и указательный пальцы «кусаются») Никого я не боюсь! (отрицание –указательным пальцем)</p>
<p style="text-align: center;">Курочка</p> <p>Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать (хлопаем ручками по коленкам) А за ней ребятки - жёлтые цыплятки (идём пальчиками) Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко! (грозим пальчиком) Лапками гребите (загребаем ручками), Зёрнышки ищите (клюём пальчиками зёрнышки) Съели толстого жука, дождевого червяка (показываем ручками, какой толстый жук) Выпили водицы полное корытце (показываем как черпаем воду и пьём).</p>	<p style="text-align: center;">Ладочки</p> <p>Ладочки вверх, Ладочки вниз, А теперь их на бочок И зажали в кулачок</p>

<p style="text-align: center;">Листья</p> <p>Листья жёлтые летят и под ножками шуршат. (руки сверху вниз опускаются, ладони поворачиваются, изображая падающие листья) Вшик, вшик, вшик. Вшик, вшик, вшик (шаркаем ладонью об ладонь) Листья жёлтые летят и под ножками шуршат Вшик, вшик, вшик. Вшик, вшик, вшик. (шаркаем ножками) Листья жёлтые летят и под ножками шуршат Вшик, вшик, вшик. Вшик, вшик, вшик. (указательные пальцы шаркают друг об друга).</p>	<p style="text-align: center;">Лужок</p> <p>На лужок пришли зайчата, Медвежата, барсучата, Лягушата и енот. На зелёный на лужок Приходи и ты, дружок! (сгибать пальчики в кулачок в ритме потешки, при перечислении животных сгибать пальчики на обеих руках поочередно, на последней строчке помахать ладонями)</p>
<p style="text-align: center;">Моя семья</p> <p>Этот пальчик – дедушка (разжимаем поочередно пальцы из кулачка, начиная с большого) Этот пальчик – бабушка Этот пальчик – папочка Этот пальчик – мамочка Этот пальчик – я Вот и вся моя семья! (вращаем разжатой ладошкой)</p>	<p style="text-align: center;">Ножки</p> <p>Нарядили ножки (поочередно поглаживать одной рукой другую) В новые сапожки. Вы шагайте, ножки, (шагать пальчиками по столу) Прямо по дорожке. Вы шагайте - топайте, (постукивать пальчиками) По лужам не шлёпайте, (погрозить пальчиком) В грязь не заходите, Сапожки не рвите.</p>
<p style="text-align: center;">Шалун.</p> <p>Наша Маша варила кашу Кашу сварила, малышей кормила. (на первые две строчки чертить круговые линии на ладошке малыша) Этому дала, этому дала, Этому дала, этому дала, (на следующие 2 строчки загибать пальцы с проговариванием соответствующих слов) А этому - не дала. Он много шалил, Свою тарелку разбил. (со словами последней строчки пальцами другой руки брать мизинчик и слегка покачивать)</p>	<p style="text-align: center;">Пальчики в лесу.</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, вышли пальчики гулять. (взрослый держит перед собой кулачок ребенка) Этот пальчик в лес пошел, (разгибает мизинчик) этот пальчик гриб нашел, (разгибает безымянный пальчик) этот резал, (разгибает средний пальчик) этот ел, (разгибает указательный пальчик) ну, а этот лишь глядел! (разгибает большой пальчик и щекочет ладошку)</p>

<p style="text-align: center;">Кто приехал?</p> <p>Кто приехал? (ребенок складывает вместе ладони и пальцы обеих рук, четыре раза хлопает кончиками больших пальцев) Мы, мы, мы! (теперь кончики больших пальцев прижаты друг к другу и неподвижны, а кончиками остальных пальцев быстро и одновременно хлопает три раза) Мама, мама, это ты? (хлопает кончиками больших пальцев) Да, да, да! (хлопает кончиками указательных пальцев) Папа, папа, это ты? (хлопает кончиками больших пальцев) Да, да, да! (хлопает кончиками средних пальцев) Братец, братец, это ты? или: Ах, сестричка, это ты? (хлопает кончиками больших пальцев) Да, да, да! (хлопает кончиками безымянных пальцев) Дедушка, а это ты? или: Бабушка, а это ты? (хлопает кончиками больших пальцев) Да, да, да! (хлопает кончиками мизинцев) Все мы вместе, да, да, да! (хлопает в ладоши)</p>	<p style="text-align: center;">Моя семья.</p> <p>(Проговаривая слова, поочередно пальчики можно разгибать, а можно, наоборот, сгибать, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком. Этот пальчик ДЕДУШКА. (загибает /разгибает/ большой пальчик) Этот пальчик БАБУШКА. (загибает /разгибает/ указательный пальчик) Этот пальчик ПАПОЧКА. (загибает /разгибает/ средний пальчик) Этот пальчик МАМОЧКА. (загибает /разгибает/ безымянный пальчик) Этот пальчик Я. (загибает /разгибает/ мизинчик пальчик) Вот и вся моя семья! (поднимает левую ручку и распрямляет все пальчики)</p>

<p style="text-align: center;">По грибы.</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, Мы идём грибы искать! Этот пальчик в лес пошёл, Этот пальчик гриб нашёл. Этот пальчик чистить стал. Этот пальчик жарить стал, Этот пальчик всё съел, Оттого и потолстел. (попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)</p>	<p style="text-align: center;">Пальчики.</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, Вышли пальчики гулять! Раз, два, три, четыре, пять, В домик спрятались опять. (поочередно разгибать все пальцы, начиная с мизинца, затем сгибать их в том же порядке)</p>
<p style="text-align: center;">Мальчик-пальчик.</p> <p>(Пальцы сжаты в кулачок) - Мальчик-пальчик, Где ты был? (разгибается большой палец) - С этим братцем в лес ходил, (разгибается указательный) С этим братцем щи варил, (разгибается средний) С этим братцем кашу ел, (разгибается безымянный) С этим братцем песни пел. (разгибается мизинец)</p>	<p style="text-align: center;">Стишок для запоминания названий пальчиков.</p> <p>Палец Толстый и Большой В сад за сливами пошел. (загибает /разгибает/ большой пальчик) Указательный с порога Указал ему дорогу. (загибает /разгибает/ указательный пальчик) Палец Средний - самый меткий, Он снимает сливы с ветки. (загибает /разгибает/ средний пальчик) Безымянный поедает, (загибает /разгибает/ безымянный пальчик) А Мизинчик-господинчик В землю косточки сажает. (загибает /разгибает/ мизинчик пальчик)</p>
<p style="text-align: center;">Осенние листья.</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, (загибать пальцы, начиная с большого) Будем листья собирать. (сжимать и разжимать кулачки) Листья берёзы, листья рябины, (загибать пальчики, начиная с большого) Листья тополя, листья осины, Листики дуба мы соберём.</p>	<p style="text-align: center;">Есть игрушки у меня.</p> <p>Есть игрушки у меня: (хлопать в ладоши) Паровоз и два коня, Серебристый самолёт, Три ракеты, вездеход, Самосвал, Подъёмный кран. (загибать поочередно пальчики)</p>

<p style="text-align: center;">Улей.</p> <p>(Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели) Вот маленький улей, где пчелы спрятались, Никто их не увидит. Вот они показались из улья. Одна, две, три, четыре, пять! Ззззз!</p>	<p style="text-align: center;">Черепаха.</p> <p>(Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно.) Вот моя черепаха, она живет в панцире. Она очень любит свой дом. Когда она хочет есть, то высовывает голову. Когда хочет спать, то прячет её обратно.</p>
<p style="text-align: center;">Мы рисовали.</p> <p>(Плавно поднять руки перед собой, встряхивать кистями.) Мы сегодня рисовали, Наши пальчики устали. Наши пальчики встряхнем, Рисовать опять начнем.</p>	<p style="text-align: center;">Капустка.</p> <p>(Движения прямыми ладонями вверхвниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.) Мы капустку рубим-рубим, Мы капустку солим-солим, Мы капустку трём-трём, Мы капустку жмём-жмём.</p>
<p style="text-align: center;">Лодочка.</p> <p>(На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок.) Две ладошки прижму И по морю поплыву. Две ладошки, друзья, - Это лодочка моя. Паруса подниму, Синим морем поплыву. А по бурным волнам Плывут рыбки тут и там.</p>	<p style="text-align: center;">Рыбки.</p> <p>(Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.) Рыбки весело резвятся В чистой тепленькой воде. То сожмутся, разожмутся, То зарюются в песке.</p>

Зимняя прогулка.

(Загибаем пальчики по одному)
Раз, два, три, четыре, пять
("Идём" по столу указательным и средним пальчиками)
Мы во двор пришли гулять.
("Лепим" комочек двумя ладонями)
Бабу снежную лепили,
(Крошащие движения всеми пальцами)
Птичек крошками кормили,
(Ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)
С горки мы потом катались,
(Кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)
А ещё в снегу валялись.
(Отряхиваем ладошки)
Все в снегу домой пришли.
(Движения воображаемой ложкой, руки под щёки)
Съели суп и спать легли.

Паучок.

(Руки скрещены. Пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.)
Паучок ходил по ветке,
А за ним ходили детки.
(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение - дождик.)
Дождик с неба вдруг полил,
(Хлопок ладонями по столу/коленям.)
Паучков на землю смыл.
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками - солнышко светит.)
Солнце стало пригревать,
(Делаем движения такие же, как и в самом начале.)
Паучок ползёт опять,
("Паучки" ползают по голове.)
А за ним ползут все детки,
Чтобы погулять на ветке.

Варим кашу.

(Чертим пальцем круги по ладошке. Имя можно заменить на имя вашего ребёнка)
Настя кашу варила,
Деток кормила.
(Загибаем пальцы по одному, начиная с мезинца)
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
Этому дала,
(Подёргать большой палец)
А этому не дала.
(Разгибаем пальцы по одному. Здесь можно придумывать свои причины, по которым последний пальчик не получил каши)
Он сено не косил,
Корову не доил,
Тесто не месил,
И печку не топил.

Прятки.

(Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: поочередное сгибание пальчика на обеих руках)
В прятки пальчики играли,
И головки убирали.
Вот так, вот так,
И головки убирали.

<p style="text-align: center;">Одежда.</p> <p>(Поочерёдные хлопки ладошками и удары кулачками друг о друга.) Алёнушка шустра, Алёнушка быстра: (Поочерёдное загибание пальчиков по одному, начиная с большого. На обеих руках.) Сарафан дошила, Носок довязала, Постирала платок, Погладила поясок, Платье надела (Развести ладошки в стороны.) И песню запела. (Хлопок ладонями, удар кулачками друг о друга – 2 раза.) Везде поспела, В охотку ей дело!</p>	<p style="text-align: center;">С добрым утром!.</p> <p>(Указательными пальцами поглаживать глаза. Сделать из пальцев «бинокль» посмотреть в него) С добрым утром, глазки! Вы проснулись? (Ладонями поглаживать уши. Приложить ладони к ушам «Чебурашка») С добрым утром, ушки! Вы проснулись? (Поглаживать то одну, то другую ручки. Хлопки в ладоши) С добрым утром, ручки! Вы проснулись? (Поглаживание коленок. Потопать ногами) С добрым утром, ножки! Вы проснулись? (Поднять руки вверх, посмотреть на солнце/посмотреть вверх) С добрым утром, солнце! Я - проснулся! (проснулась)</p>
<p style="text-align: center;">Зайцы.</p> <p>(Указательный и средний пальцы правой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить. На вторую строчку - ладонь левой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставить, на третью строчку - ладонь правой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставлены. На последнюю строчку - указательный и средний пальцы левой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить.) Скачет заяка косой Под высокой сосной. Под другую сосной Скачет заяка другой.</p>	<p style="text-align: center;">Гости.</p> <p>(Русская игра. Ладони сомкнуты перед грудью, пальцы левой руки плотно прижаты к пальцам правой руки.) (Мизинцы четыре раза постукивают друг о друга.) - Мама, мама! (Три раза постукивают друг о друга указательные пальцы.) - Что, что, что? (Постукивают мизинцы.) - Гости едут! (Постукивают указательные пальцы.) - Ну и что? (Средний и безымянный пальцы дважды перекрещиваются с теми же пальцами другой руки, обходя их то справа, то слева.) - Здравьете, здравьете! (Гости целуются: средний и безымянный пальцы постукивают по тем же пальцам другой руки.) - Чмок, чмок, чмок!</p>

<p style="text-align: center;">Пчела.</p> <p>(Помахать руками.) Прилетела к нам вчера Полосатая пчела (На каждое название насекомого загибать один пальчик.) А за нею шмель-шмелёк И весёлый мотылёк, Два жука и стрекоза, Как фонарики глаза. (Помахать ладошками и уронить ладони на стол.) Пожужжали, полетали, От усталости упали.</p>	<p style="text-align: center;">Апельсин.</p> <p>Мы делили апельсин (Левая рука в кулачке, правая ее обхватывает) Много нас – а он – один (Правой рукой поочередно разжимаем пальцы на левой руке, начиная с мизинчика) Эта долька – для ежа Эта долька – для чижа Эта долька – для котят Эта долька - для утят Эта долька - для бобра А для волка – кожа! (Встряхиваем обе кисти.)</p>
<p style="text-align: center;">Счет.</p> <p>(Разжимаем поочередно пальчики из кулачка) Один, два, три, четыре, пять- Вышли пальчики гулять. Один, два, три, четыре, пять- (Зажимаем пальчики в кулачок) В домик спрятались опять!</p>	<p style="text-align: center;">Сороконожки.</p> <p>(Средний и указательный пальчики перемещаются) Две сороконожки, Бежали по дорожке. (Ладшки друг напротив друга) Встретились, (Ладшки переплелись) Обнялись, (Ладшки разжались) Насилу расстались - (Ладшки машут, прощаясь) И – попрощались!</p>
<p style="text-align: center;">Котик.</p> <p>Котик лапкой умывается Видно, в гости собирается Вымыл носик. Вымыл ротик. Вымыл ухо. Вытер сухо.</p>	<p style="text-align: center;">Тесто.</p> <p>(Сжимаем кисти рук) Тесто мы месили (Ладшки «лепят») Мы пирог лепили Шлеп, шлеп, Шлеп, шлеп (разводим руки) Слепим мы большой пирог!</p>

<p style="text-align: center;">Рыбка.</p> <p>(Ладони соединены и делают плавные движения) Рыбка в озере живет Рыбка в озере плывет (Ладони разъединить и ударить по коленкам) Хвостиком ударит вдруг (Ладони соединить у основания и так похлопать) И услышим мы – плюх, плюх!</p>	<p style="text-align: center;">Капуста.</p> <p>(Ладони движутся параллельно друг другу) Мы капусту рубим, рубим (Кулачки трут друг друга) Мы морковку трем, трем («солим» щепоткой) Мы капусту солим, солим (Пальчики сжимаем и разжимаем) Мы капусту жмем, жмем, В баночку кладем и пробуем.</p>
<p style="text-align: center;">Берёза.</p> <p>(Плавное движение правой рукой в сторону-вверх) Берёза моя, берёзонька. (То же, но левой рукой) Берёза моя кудрявая. (подъём рук вверх, вдох) Стоишь ты, берёзонька, (Опустить руки, выдох) Посреди долинушки, (подъём рук, вдох) На тебе, берёзонька, (Опустить руки, выдох) Листья зелёные, (Подъём рук, вдох) Под тобой, берёзонька, (Опустить руки, выдох) Трава шёлковая, (Подъём рук, вдох) Вокруг тебя, берёзонька, (Опустить руки, длительный выдох) Девушки красные Венки вяют, плетут...</p>	<p style="text-align: center;">Рыбки.</p> <p>(Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.) Пять маленьких рыбок играли в реке, (Руки прижаты друг к другу. Переворачиваем их с боку на бок.) Лежало большое бревно на песке, (Ладони сомкнуты и чуть округлены. Выполняем ими "ныряющее" движение.) И рыбка сказала: "Нырять здесь легко!" (Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).) Вторая сказала: "Ведь здесь глубоко." (Ладони поворачиваются на тыльную сторону одной из рук – рыбка спит.) А третья сказала: "Мне хочется спать!" (Быстро качаем ладонями – дрожь.) Четвёртая стала чуть-чуть замерзать. (Запястья соединены. Ладони раскрываются и соединяются – рот.) А пятая крикнула: "Здесь крокодил!" (Быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями – уплывают.) Плывите отсюда, чтоб не проглотил!"</p>