«Держим кисточку»

Держим кисточку вот так: *Рука на локте. Кисточку держат тремя*

Это трудно? Нет, пустяк! *пальцами выше ее металлической части.*

Вправо – влево, вверх и вниз *Движения кистью руки по тексту.*

Побежала наша кисть.

А потом, а потом *Кисточку держат вертикально.*

Кисточка бежит кругом. *Выполняют тычки без краски на листе.*

Закрутилась, как волчок.

За тычком идет тычок

«Пальчики»

Мы сегодня рисовали, *Сгибание и разгибание пальцев.*

Наши пальчики устали.

Пусть немного отдохнут, *Встряхнуть руками перед собой.*

Снова рисовать начнут.

Дружно локти отведем, *Энергично отвести локти назад.*

Снова рисовать начнем.

«Мы лепили».

Долго, долго рисовали, *Встряхивание кистями перед собой.*

Наши пальцы утомили.

Пусть немного отдохнут,

И опять творить начнут.

В прятки пальчики играли *Сжимание и разжимание кистей.*

И головки убирали.

Вот так, вот так,

Так головки убирали.

Дружно руки разведем *Отвести руки назад – вниз,*

И опять рисовать начнем.

«Деревья в лесу»

Руки подняли и покачали – *Плавные покачивания*

Это деревья в лесу. *поднятыми вверх руками.*

Руки нагнули, кисти встряхнули – *Встряхивание рук.*

Ветер сбивает росу.

В сторону руки плавно помашем *Движения в соответствии*

Это к нам птицы летят. *с текстом.*

Как они сядут, тоже покажем –

Крылья сложили назад. (2 раза)

«Вот помощники мои».

Вот помощники мои, *Смотрим на раскрытые ладони.*

Их как хочешь поверни:

И вот эдак, и вот так, *Потираем руками.*

Не обидятся никак.

Раз, два, три, четыре, пять. *Хлопаем в ладоши.*

Не сидится им опять.

Постучали, повертели *Стучим по столу.*

И работать захотели. *Потираем руками.*

Поработают немножко,

Мы дадим им отдохнуть. *Сложили ладони вместе.*

Постучали повертели *Круговые движения кистями.*

И опять обратно в путь. *Хлопаем в ладоши.*

«Маша».

Маша варежку надела: *Изображаем в движении слова текста.*

- Ой, куда я пальчик дела?

Нету пальчика, пропал,

В свой домишко не попал!

Маша варежку сняла,

- Поглядите-ка, нашла!

Ищешь, ищешь – и найдешь.

Здравствуй, пальчик! Как живешь?

«Гости».

Стала Маша гостей созывать: *Вращение кистей рук к себе.*

И Иван приди, и Степан приди, *Поочередный массаж пальцев правой руки.*

И Матвей приди, и Сергей приди,

А Никитушка – ну, пожалуйста.

Стала Маша гостей угощать: *Поочередный массаж пальцев левой руки.*

И Ивану блин, и Степану блин,

И Матвею блин, и Сергею блин,

А Никитушке – мятный пряничек.

«Две сестрички».

Две сестрички, две руки, *Встряхивание кистями рук.*

Рубят, строят, роют, *Изображаем в движении слова текста.*

Рвут на грядке сорняки

И друг дружку моют.

Месят тесто две руки –

Левая и правая,
Воду моря и реки
Загребают, плавая.

«Лошадка».

Вот помощники мои,
Их, как хочешь поверни.
По дороге белой, гладкой
Скачут пальцы как лошадки.
Чок-чок-чок, чок-чок-чок,
Скачет резвый табунок.

Поочередное продвижение рук по столу вперед то левой, то правой рукой с одновременным сгибанием и разгибанием пальцев.

«Массаж для пальчиков».

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальцы погулять.
Этот пальчик самый сильный.
Самый толстый и большой.
Этот пальчик для того…
Чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный…
И стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный…
Он избалованный самый.
А мизинчик хоть и мал…
Очень ловок и удал!

Соединять попарно пальцы обеих рук.
Хлопки в ладоши.
Поочередный массаж пальцев от основания к ногтю.

«Непосильный труд».

Нитку вдеть для пальца
Непосильный труд,
Но зато два пальца
Платьице сошьют.

Движения для пальцев рук: встряхивание, поглаживание, постукивание, массирование, разминание.

Три в альбоме нашем

Рисуют хоть куда.

Десять поле пашут,

Строят города.

«Жил да был один налим»

Жил да был один налим, *Медленные движения соединенными*

Два ерша дружили с ним . *ладонями, имитируя плавание.*

Прилетали к ним три утки *Взмахи ладонями.*

По четыре раза в сутки

И учили их считать: *Согнуть кулачки.*

Раз – два – три – четыре – пять. *Разгибать пальцы.*

«Бабочка»

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.)

«Перчатка»

Солнце утром лишь проснется,

«Я перчатку надеваю,

Я в неё не попадаю.

Сосчитайте-ка ребятки,

Сколько пальцев у перчатки?

Начинаем в слух считать:

Раз, два, три, четыре, пять!»

Бабочка кружит и вьется. (Покружиться)

«Осень»

Вдруг закрыли небо тучи,

(Поднимаются на носочки, поднимают руки вверх)

Начал капать дождь колючий.

Долго дождик будет плакать,

Разведет повсюду слякоть.

(Приседают, держат руки на поясе.)

Грязь и лужи на дороге,

(Ходьба на месте, высоко поднимая колени)

Поднимайте повыше ноги.

«Яблоко»

Вот так яблоко! Оно – Встали. Руки в стороны

Соку сладкого полно Руки на пояс

Руку протяните, Протянули руки вперёд

Яблоко сорвите. Руки вверх

Ветер ветку стал качать, Качают вверху руками

Трудно яблоко достать Подтянулись

Подпрыгну, руку протяну Подпрыгнули

И быстро яблоко сорву! Хлопок в ладоши над головой

Вот так яблоко! Оно – Встали. Руки в стороны

Соку сладкого полно. Руки на пояс.

«Грибочки».

Дружно по лесу гуляем (шаги на месте)

И грибочки собираем (наклоны вперед)

Раз грибок, два грибок

Положу их в кузовок (прыжки на месте, с хлопками в ладоши)

«Рыбка»

Рыбка плавала, ныряла,

Рыбка хвостиком виляла.

Вверх и вниз, вверх и вниз.

Рыбка, рыбка, не ленись!

По волнам, по волнам,

Тут и там, тут и там.

Вот она какая, рыбка золотая.

-проследить глазами за движением рыбки вверх-вниз (6-8 раз);

-прослеживание глазами по волнистой линии вправо-влево (6-8 р.)

-поморгать глазами.

«Кот»

(все действия проводятся в соответствии со стихотворением)

То прогнёт, Выгибают спину назад-вперёд

То выгнет спинку,

Ножку вытянет вперёд - Выставляют поочерёдно ноги

Это делает зарядку

Наш Борис -

Пушистый кот.

Чешет он себя за ушком, Гладят ушки

Жмурит глазки и урчит. Ладони возле головы, сжимают и разжимают

У Бориса всё в порядке: Выставляют руки вперёд, поглаживают плечи,

Когти, шерсть и аппетит. круговые движения по животу.

«Лисичка»

А в четверг к нам приходила

Хитрая лисичка, (Ходьба на месте имитирует мягкие шаги лисицы)

Показала хвостик рыжий

Такой мягкий и пушистый. (Повороты туловища вправо и влево, взглядом стараясь посмотреть как можно дальше назад)

Посидели, постояли,

Притаились как лиса, (Приседания)

Мышку в норке поискали (Присели и пальчиками рук как бы разгребают землю)

******

Вот такие чудеса! (Встать и развести руки в стороны, приподнимая плечи).

К солнцу потянулись высоко, (На носочках подтягивание)

Стало им приятно и тепло! (Качание руками в стороны.)

Пусть они цветут, растут. (Кружение, Хлопки в ладоши.)

Радость всем несут.

«Девочки и мальчики прыгают, как мячики»

(после слов выполняют прыжки под музыку),

Ручками хлопают

(хлопки три раза),

Ножками топают

(топают три раза),

Глазками моргают

(ритмичное зажмуривание глаз),

После отдыхают

(приседают, руки свободные). «Листочки».

Мы листики осенние,

На ветках мы сидим.

Дунул ветер – полетели.

Мы летели, мы летели

И на землю тихо сели.

Ветер снова набежал

И листочки все поднял.

Закружились – полетели

И на землю тихо сели.

* * *

Дождик осенний из туч моросит,

(броски расслабленными кистями рук)

дерево, сбросив листочки, стоит

(руки вверх, пальцы направлены вверх (ветви деревьев))

Ветер осенний ветви качает

(плавно покачивают руками)

Листья под деревом ветер гоняет.

(присаживаются и «ворошат листья» под деревом, имитируя их шелест: «ш-ш-ш-ш…»)

* * *

Дует ветер, дует, дует, задувает

(махи руками на себя)

Желтые листочки с дерева срывает

(кружатся на месте)

и летят листочки,

Кружат по дорожке (на цыпочках проходят круг)

Падают листочки …

«Петух»

Шел по берегу петух,

(высокий шаг, «крылья»)

Поскользнулся,

(«мельница»)

В речку - бух!

(наклоны)

Будет знать петух,

Что впредь

(грозят указательным пальцем правой руки)

Надо под ноги смотреть!

****

Спал цветок и вдруг проснулся,

(встать, руки на поясе)

Больше спать не захотел.

Шевельнулся, потянулся,

(руки вверх, потянуться вправо, влево, вверх)

Взвился вверх и полетел.

****

Буратино потянулся,

(руки поднять через стороны вверх, потянуться, поднявшись на носочки)

Раз - нагнулся,

Два - нагнулся,

(наклоны корпуса вперед)

Руки в сторону развел,

(руки развести в стороны)

Ключик, видно, не нашел.

(повороты вправо и влево)

Чтобы ключик нам достать,

Нужно на носочки встать.

(руки на поясе, подняться на носочки)