***МБДОУ «Детский сад № 89 «Журавлёнок» компенсирующего вида***

***г. Улан-Удэ »***

***КОМПЛЕКС***

***ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ***

***В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ***

***Улан-Удэ 2023***

***Сентябрь.***

***Комплекс № 1***

**«Дружба»**  
Дружат в нашей группе (*Хлопают в ладоши*.)  
Девочки и мальчики.  
Мы с тобой подружим (*Стучат кулачками друг об друга.)*  
Маленькие пальчики.  
Раз, два, три, четыре, пять (*Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца.)*Будем снова мы считать.  
Раз, два, три, четыре, пять (*Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца на др. руке.)*Мы закончили считать.

**«Овощи - фрукты»**

В огороде много гряд,          *(Сжимают и разжимают пальцы.)*

Тут и репа, и салат,               *(Загибают пальцы поочерёдно.)*

Тут и свёкла, и горох,

А картофель разве плох?

Наш зелёный огород             *(Хлопают в ладоши.)*

Нас прокормит целый год.

**«Хлеб»**

Муку в тесто замесили,

*(Сжимают и разжимают кулачки*)

А из теста мы слепили: *(Прихлопывают ладошками, «лепят»)*

Пирожки и

*(Поочерёдно разгибают пальчики обеих рук, начиная с мизинца)*

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи – Всё мы испечём в печи. (*Обе ладошки разворачивают вверх)*

Очень вкусно! (*Гладят живот)*

**«От куда хлеб пришел»**

Бублик

  Баранку,

  Батон

  И буханку

  Пекарь из теста

 Испёк спозаранку. .( *Большой и указательный пальцы*

*образуют круг Большой и средний пальцы*

*образуют круг. Большой и безымянный пальцы*

*образуют круг.Большой и мизинец образуют круг.*

*Имитация лепки хлеба.)*

**Собираем листики**

Раз, два, три, четыре, пять –

Будем листья собирать.

Листья березы, листья рябины,

Листики тополя, листья осины.

Листики дуба мы соберем,

Маме осенний букет принесем.(

*Отгибать пальчики.*

*Кулачки сжимать и разжимать.*

*Загибать пальчики.*

*Изобразить фонарики.)*

**Октябрь.**

***Комплекс 2***

**«Грибы»**

Этот пальчик в лес пошел,

Этот пальчик гриб нашел,

Этот пальчик чистить стал,

Этот пальчик жарить стал,

Этот пальчик все съел,

Оттого и потолстел.

*(массируют поочередно пальчики, начиная с мизинца)*

**«Осенью»**

Ветры яблони качают.*(Руки стоят на столе, опираясь на локти (стволы), пальцы разведены в стороны (кроны яблонь). Покачивать руками.*

Листья с веток облетают.

*(Кисти рук расслабленны, расположены параллельно столу. Плавными движениями из стороны в сторону медленно опускать кисти рук на поверхность стола (листья опадают).*

Листья падают в саду,

Их граблями я гребу.

*(Пальцы обеих рук подушечками опираются о поверхность стола (грабли). Приподнимая руки, поскрести пальцами по поверхности стола, изображая работу граблями)*

**«Домашние животные»**

Довольна корова своими телятами (*показывают поочерёдно пальцы сначала на одной, затем на другой руке, начиная с больших)*

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья? Поросятами!

Довольна коза своими козлятами,

А я довольна своими ребятами! *(показывают на себя и разводят ладони в стороны)*

**«Дружат добрые зверята»**

Дружат добрые зверята    *(соединяем одинаковые пальчики рук).*

Дружат малые зайчата (*ритмичное касание мизинцев обеих рук*).

Дружат в озере бобры, (*ритмичное касание безымянных пальцев обеих рук*).

Дружат в небе комары, (*ритмичное касание средних пальцев обеих рук)*.

Дружат милые ежата, (*ритмичное касание указательных пальцев обеих рук*).

Дружат даже медвежата (*ритмичное касание больших пальцев обеих рук*).

Вот как разыгрались, по лесу разбежались! (*руки опустить, потрясти кистями*)

**Ноябрь**

***Комплекс № 3***

**«Домашние птицы»**

Есть у курицы цыплёнок,

*(Большие пальцы поочерёдно касаются остальных, начиная с мизинца)*

У гусыни есть гусёнок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утёнок,

У каждой мамы малыши

*(Показывают пальчики, играя ими) Все красивы, хороши! )*

**«Бытовые электроприборы***»*

Пылесос, пылесос,

  Ты куда суёшь свой нос?

  Я жужжу, я жужжу,

  Я порядок навожу*.* *Ритмичное сгибание пальцев*

*обеих рук (ладони смотрят    вперёд) то же, но ладони обращены друг*

*к другу.   Соприкосновение кончиков  пальцев.*

**«Дом»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этот дом- одноэтажный.  Этот дом – он  двухэтажный.  А вот этот – трёхэтажный.  Этот дом – он самый важный:  Он у нас пятиэтажный! |  | (*Разгибают пальцы из кулачка,*  *начиная с мизинца.)* |

**«Дом и ворота»**

На поляне дом стоит,

*(«Дом»   изобразить   двумя  руками,крышу дома — пальцы левой и правой рук соприкасаются друг с другом.)*

Ну а к дому путь закрыт.

*(Правая и левая руки повернутыладонями к себе,*

*Соприкасаются  друг с другом, большие пальцы — вверх(«ворота»).*

Мы ворота открываем,

*(Ладони разворачиваются пара- ллельно друг другу).*

В этот домик приглашаем.

**«Мебель»**

Мебель я начну считать:

*(показывают ладошки обеих рук)*

Кресло, стол, диван, кровать, (*пальцы обеих рук поочерёдно сжимают в кулачки)*

Полка, тумбочка, буфет,

Шкаф, комод и табурет

. Много мебели назвали, (*разжимают кулачки и показывают ладошки)*

Десять пальчиков зажали! *(сжимают кулачки и поднимают их вверх)*

**Декабрь**

***Комплекс № 4***

**«Это я»**

Это глазки. Вот, вот.

Это ушки. Вот, вот.

Это нос, это рот.

Там спинка. Тут живот.

Это ручки. Хлоп-хлоп.

Это ножки. Топ- топ.

Ох устали вытрем лоб!

(Дети показывают части тела и выполняют движения в соответствии с текстом.)

**«Одежда и обувь»**

Я надену сапоги, *(Показываем на ноги, туловище, голову.)*

Курточку и шапку.

И на руку каждую *(Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая – проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток.)*

Натяну перчатку. *(Смена рук.)*

**«Зима»**

Снег ложится на дома,     *(Руки разводим в стороны, ладонями вниз.)*

Улицы и крыши.               *(Руки «домиком».)*

Тихо к нам идёт зима,      *(Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*

Мы её не слышим…         *(Рука за ухом.)*

**«Новогодний праздник»**

  Ждали праздника мы долго.          *Трём ладошку о ладошку.*

   Наконец пришла зима.*Сжать кулаки, прижать их друг к  другу.*

  Наконец пришла зима                     *Пальцы «идут» по столу, по  коленкам.*

   В гости ёлку привела.*Пальцы показывают Ёлочку, указательные пальцы сцепляются*

  К ёлке все мы подошли,

  Хороводы завели.*Круговые движения кистями рук.*

  Покружились, поплясали,*Кисти рук опустить, расслабить.*

  Даже чуточку устали.

  Дед Мороз скорей приди,*Ладони прижать друг к другу, потом протянуть вперёд.*

  Нам подарки принеси.

**Январь**

***Комплекс № 5***

**«Зимние каникулы»**

Что зимой мы любим делать? *(Поочерёдно соединяют большой палец с остальными.)*

В снежки играть,

На лыжах бегать,

На коньках по льду кататься,

Вниз с горы на санках мчаться.

« **Зимние забавы»**

Лепим мы из снега ком,               *(Дети сжимают и разжимают кисти рук)*

Из комочков слепим дом.           *(Соединяют кончики пальцев рук, слегка разводят ладони в стороны)*

Звери будут в доме жить,            *(Хлопают в ладоши)*

Веселиться и дружить,

Вместе домик сторожить             *(Соединяют руки в «замок»)*

«**Кормушка»**

Сколько птиц к кормушке  нашей  *(Ритмично сжимают и разжимают кулачки.)*

Прилетело? Мы расскажем.

Две синицы, воробей,                      *(На каждое название птицы загибают по одному  пальчику.)*

Шесть щеглов и голубей,

Дятел в пестрых перышках.

Всем хватило зернышек.                 *(Опять   сжимают   и   разжимают   кулачки.)*

**«Дикие животные зимой»**

Ёж, медведь, барсук, енот

Спят зимою каждый год (*смена рук).*

Волка, зайца, рысь, лису

**И зимой найдёшь в лесу.**

**Февраль**

***Комплекс № 6***

**«Мы веселые матрешки»**  
Мы веселые матрешки,           (*Хлопают в ладоши)*   
На ногах у нас сапожки,         *(Указательным и средним пальцами идут по полу)*  
В сарафанах наших пестрых *(Соединяют ладошки вместе)*   
Мы похожи словно сестры.    *(Руки в замок)*

**«Защитники Отечества»**

Илья Муромец –         *(Приосаниться.)*

Добрый молодец.       *(Показать бицепсы.)*

Зорко в даль глядит   *(Рука козырьком.)*

Да врагов разит.         *(«Бросить копьё».)*

**«Строители».**

Мы строители, мы строим, Ребенок стучит кулачком о кулачок.

Много мы домов построим, Загибает по очереди пальцы на обеих руках.

Много крыш и потолков,

Много окон, стен, полов,

Много комнат и дверей,

Лифтов, лестниц, этажей.

Будет у жильцов веселье –  Произносит слова веселым голосом.

В новом доме новоселье!   Произносит громко

**Март.**

***Комплекс № 7* «8 марта»**

Мамочка хорошая,     *(Воздушный поцелуй над ладонью.)*

Мамочка любимая!    *(Поцелуй над другой ладонью.)*

Очень я её люблю,     *(Сдуваем с ладони поцелуй.)*

Поцелуи ей дарю!      *(Сдуваем поцелуй с другой ладони.)*

**«Этот пальчик…»**

Этот пальчик - дедушка*,                                   Загните большой палец.*

Этот пальчик – бабушка*,                                  Загните указательный палец.*

Этот пальчик – папочка,                                   *Загните средний палец.*

Этот пальчик – мамочка*,                                  Загните безымянный палец.*

Этот пальчик – я,                                                *Загните мизинец.*

Вот и вся моя семья!                                        *Вращайте кисть, разведя пальцы в стороны…*

**«Весна»**

Вот уж две недели *(Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.)*

Капают капели.

Снег на солнце тает *(Руки ладонями вниз разведены в стороны.)*

И ручьём стекает. *(Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.)*

**«Рыбки»**

Рыбки весело плескались                            *Ладошки как бы ударяют по воде.*

В чистой светленькой реке

То сожмутся, разожмутся,                           *Пальчики сжимаются в кулачок, разжимаются****.***

 То закружатся в воде.                                  *Винтообразные движения кистью.*

**« Птички»**

Птички полетели,

   Крыльями махали,

   На деревья сели,

   Вместе отдыхали.

*Большой палец отгибают в*

*горизонтальное положение,*

*сверху присоединяют сомкнутые*

*прямые остальные пальцы.*

*Машут ладонями с широко*

*раскрытыми пальцами.*

*Руки вверх, все пальцы широко*

*расставлены.*

*Большие пальцы отгибают*

*(как движения в первой строчке)*

**Апрель**

***Комплекс № 8***

**«Книги»**

Много книжек есть на свете,*Дети ладошки соединяют вместе*

*«книжкой».*

Читать их очень любят дети*.                    Раскрывают и закрывают*

*«книжку».*

Если книги мы прочтем,

То узнаем обо всем:

Про моря и океаны,                                  *Поочередно соединяют одно*

Удивительные страны.                             *именные пальцы,*

Про животных прочитаем    *начиная с мизинца.*

**«Транспорт»**

Раз, два, три, четыре, пять –

Буду транспорт я считать. *(Сжимают и разжимают****пальчики****.)*

Автобус, лодка, и мопед,

Мотоцикл, велосипед,

Автомобиль и самолет,

Корабль, поезд, вертолет. *(Поочередно сжимают****пальчики обеих рук в кулачки****, начиная с мизинца левой руки)*

**«Дорожная грамота»**

Дорожных правил очень много

Раз - Внимание дорога!

Два - сигналы светофора,

Три – смотри дорожный знак,

А четыре – «переход».

Правила все надо знать

И всегда их выполнять.

**Май**

***Комплекс№ 9***

***«Цветы»***

*(Выполнять движения в соответствии с содержанием стихотворения.)*

Наши алые цветки

Раскрывают лепестки.

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Тихо засыпают,

Головками качают.

***«Насекомые»***

Прилетела к нам вчера   *Взмахи перекрещенных кистями рук.*

Полосатая пчела*.*

А за нею шмель –  шмелек *На каждое название насекомого* соединяют  

*пальцы, начиная с мизинца.*

И веселый мотылек*,*

Жук – жучок и стрекоза,

Как фонарики, глаза*.                     «Колечки» - указательные и большие*

*пальцы      соединены.*

Пожужжали, полетали*,                  Взмахи перекрещенными кистями рук.*

От усталости упали. *Тихо кладут руки на стол.*

***«Что такое лето?»***

Что такое лето?*Дети произносят вопросительно,*

*поднимают  плечи.*

Это много света, *Поднимают руки вверх.*

Это поле, это лес*,                   «Рисуют» круги, делают упражнение*

*«Деревья».*

Это тысячи чудес,*Хлопают.*

 Это в небе облака, *Поднимают руки вверх, рисуем круги.*

Это быстрая река,*Соединяют ладони вместе, делают ими*

*«змейку».*

Это яркие цветы,                     *Кисти рук ставят вертикально и соединяют.*

*Округленные ладони с раздвинутыми пальцами*

*отводят в стороны.*

Это синь высоты*,                    Поднимают руки вверх.*

Это в мире сто дорог *«Ходят» пальцами.*

Для ребячьих ног.*Хлопают.*