



**Пальчиковые
игры и
физминутки
по теме**

"Моя семья"

"Семья"

Руку сжать в кулак, поочередно разжимать пальцы, начиная с большого.

Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик - папочка,

Этот пальчик - мамочка,

Этот пальчик - я.

Вот и вся моя семья (*энергично сжать руку в кулак несколько раз*).

"Как у нас семья"

Как у нас семья

Большая и веселая (*хлопают в ладоши и ударяют кулачок об кулачок попеременно*)

Два у лавки стоят, (*Загибают большие пальцы*)

Два учиться хотят. (*Загибают указательные пальцы*)

Два Степана сметаны обедают. (*Загибают средние пальцы*)

Две Дашки у кашки питаются. (*Загибают безымянные пальцы*)

Две Ульки в люльке качаются. (*Загибают мизинцы*)

Этот пальчик большой -

Это папа дорогой.

Рядом с папой - наша мама.

Рядом с мамой – старший брат.

Вслед за ним сестренка -

Милая девчонка.

И самый маленький крепыш -

Это славный наш малыш.

"Мой дом"

В нашем доме все друзья (*Дети ритмично стучат кулачками по столу.*)

Самый младший- это я. (*Разжимают кулачки, начиная с мизинчика.*)

Это мама Маша,

Это папа Саша,

Это брат Юра,

Это сестра Даша.

"Наша дружная семья"

Папа, мама, брат и я (*Дети разжимают кулачки, начиная с большого пальца.*)

Наша дружная семья (*Энергично сжать руку в кулак несколько раз*)

Вместе в доме проживаем, вместе маме помогаем (*Энергично сжать руку в кулак несколько раз*)

"Семья"

У меня есть папа. (*Дети разжимают кулачки, начиная с большого пальца.*)

У меня есть мама.

У меня есть брат, сестра

А у них есть – я.

Это вся моя семья. *(Энергично сжать руку в кулак несколько раз)*

"Пальцы - дружная семья"

Пальцы - дружная семья, друг без друга им нельзя. *(Сжимаем пальцы каждой руки в кулачки и разжимаем их)*

Вот большой! А это – средний. Безымянный и последний - наш мизинец, малышок!

Указательный забыли.

Чтобы пальцы дружно жили, будем их соединять и движения выполнять. *(Каждый палец руки соединяем поочередно с большим).*

"Мой дом"

Скворцы живут в скворечнике, *(поочередно загибаем пальчики)*

Очки живут в очечнике,

Лиса живет в своей норе,

Живут деревья на горе...

И у меня есть тоже дом,

Он самый лучший: мама в нём!

"Наша бабушка!"

Наша бабушка идёт *(хлопать ладонями по коленям поочередно левой, правой руками.)*

И корзиночку несёт *(пальцы слегка расставить и соединить их с пальцами другой руки.)*

Села тихо в уголочек, *(положить руки на колени.)*

Вяжет деточкам чулочек. *(выполнять движение, имитирующее вязание на спицах.)*

Вдруг котята прибежали *(мягкими кистями рук выполнять движение «кошечка».)*

И клубочки подобрали.

Где же, где ж мои клубочки, *(развести руки в стороны.)*

Как же мне вязать чулочки. *(выполнять движение «вязание на спицах».)*

"Семья могучая"

В одном лесу дремучем *(Покачать руками над головой)*

Жила семья могучая: *(Сложить ладони в "замок")*

У них был дом огромный *(Соединить пальцы - "крыша")*

И крыша с трубой темной. *(Поднять средние пальцы – труба)*

Из трубы в колечки дым - *(«Колечки» из пальцев)*

Плим, плим, плим. *(Поцелкать пальцами).*

"Моя семья"

Знаю я, что у меня

Дома дружная семья:

Это – мама,

Это – я,
Это – бабушка моя,
Это – папа,
Это – дед.
И у нас разлада нет.

"Кто приехал?"

Кто приехал? *(Пальцы обеих рук сложены вместе.)*
Мы, мы, мы! *(Быстро хлопают кончики больших пальцев.)*
Мама, мама, это ты? *(Кончики больших пальцев прижаты, а кончики остальных хлопают.)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев.)*
Папа, папа, это ты? *(Хлопают кончики указательных.)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев.)*
Братец, братец, это ты? *(Хлопают кончики средних пальцев.)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев.)*
Ах, сестричка, это ты? *(Хлопают кончики безымянных.)*
Да, да, да! *(Хлопают кончики больших пальцев.)*
Все мы вместе, да, да, да! *(Хлопают кончики мизинцев. Хлопать в ладоши.)*

"Мамы"

Много мам на белом свете, *(разводят руки в разные стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи)*
Всех их очень любят дети!
Журналист и инженер, *(поочерёдно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке)*
Повар, милиционер,
Швея, кондуктор и учитель,
Врач, парикмахер и строитель –
Мамы разные нужны, *(сжимают обе ладошки в "замочек")*
Мамы разные важны! *(разводят руки, поднимают ладошками вверх)*

"Помощники"

Дружно маме помогаем – *(ладошки скользят по столу)*
Пыль повсюду вытираем.
Мы белье теперь стираем *(трём руки друг о друга - "стираем")*
Полощем, отжимаем. *(сжимаем и разжимаем кулачки)*
Подметаем все кругом – *(кисти рук "подметают")*
И бегом за молоком. *(пальчики бегут по столу)*
Маму вечером встречаем, *(разводим руки в стороны)*
Двери настежь открываем,
Маму крепко обнимаем». *(обнимаем себя за плечи)*

«Три медведя»

Три медведя шли домой. *(Дети имитируют ходьбу на месте)*
Папа был большой – большой, *(Тянут руки вверх)*
Мама чуть поменьше ростом, *(Наклоняются)*
А малыш малютка просто. *(Приседают)*
Очень маленький он был, с погремушками ходил. *(Изображают игру погремушками)*
Дзынь – дзынь – дзынь, с погремушками ходил.

"Кто живёт у нас в квартире?"

Раз, два, три, четыре *(хлопаем в ладоши)*
Кто живёт у нас в квартире? *(шагаем на месте)*
Раз, два, три, четыре, пять *(прыжки на месте)*
Всех могу пересчитать *(шагаем на месте)*
Папа, мама, брат, сестра *(хлопаем в ладоши)*
Кошка Мурка, два котёнка *(наклоны туловища вправо, влево)*
Мой сверчок, щегол и я - *(повороты туловища вправо, влево)*
Вот и вся моя семья. *(хлопаем в ладоши)*

"Семейная зарядка"

Осенью, весной, летом и зимой. *(хлопки руками)*
Мы во двор выходим дружною семьёй. *(маршируют на месте)*
Встанем в круг и по порядку каждый делает зарядку. *(взявшись за руки образуют круг)*
Мама руки поднимает *(руки вверх и вниз)*
Папа бодро приседает *(приседания)*
Повороты вправо- влево делает мой братик Сева *(руки на пояс, повороты всем корпусом)*
А я сам бегу трусцой и качаю головой *(бег на месте и наклоны головой в стороны)*

Мы семьёй к лужайке вышли, *(ходьба друг за другом)*
Поднимая ноги выше,
Через кустики и кочки, *(высоко поднимать колени)*
Через ветви и пенечки.
Мы шагаем высоко,
Не упал из нас никто.

Маму я свою люблю,
Я всегда ей помогу: *(далее движения по тексту)*
Я стираю, полоскаю,
Воду с ручек отрясаю,
Пол я чисто подмету,
И дрова ей наколю.
Маме надо отдыхать,
Маме хочется поспать.