**СЕНТЯБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№1***  ***Пальчиковая гимнастика: «Дедушка и бабушка»***  Здесь бабушкины очки (соединить большие и указательные пальцы обеих рук в колечки и приложить к глазам),  А вот ее чашка (сложить руки чашкой).  Любит она руки вместе сложить (положить одну ладонь на другую)  И на колени положить (затем положить руки на колени).  Здесь у дедушки очки (аналогично предыдущему действию, только очки сделать большего размера),  А там его палка (одну прямую руку опустить вниз и сжать кулак).  Любит он почитать (согнуть руки перед собой, развернув раскрытыми ладонями вверх, изображая книжку),  А затем немного поспать (сложить ладошки под щечкой и закрыть глаза). | ***№2***  ***Пальчиковая гимнастика****:* ***«Осенние листочки»***  Раз, два, три, четыре, пять (начинаем загибать пальчики под счет)  Пойдем листья собирать (сжимать и разжимать кулачки)  Листья березы, листья осины (загибать поочередно пальчики)  Листья тополя и рябины,  Листики дуба мы соберем  И букет домой принесем (вытянуть руки вперед, сжав пальчики в кулачки). |
| ***№3***  ***Пальчиковая гимнастика****:****«рыбки»***  Рыбки плавали, ныряли  В чистой тепленькой воде (сложить пальцы щепоткой, совершая волнообразные движения всей рукой – от плеча до кисти):  То сожмутся (очень плотно сжать пальцы),  Разожмутся (растопырить пальчики в стороны),  То зароются в песке (сложить пальчики вместе и поочередно совершать движения руками, как будто раскапываете песок). | ***№4***  ***Пальчиковая гимнастика: «Приветствие»***  Здравствуй, солнце золотое (растопырить пальчики в разные стороны)  Здравствуй, небо голубое (поднять руки вверх)  Здравствуй, свежий ветерок (покачать поднятыми руками)  Здравствуй, кудрявый дубок (соединить пальчики над головой, округлив руки).  Мы живем в родном краю (развести руки в разные стороны).  Я Вас всех люблю (обнять себя руками). |

**ОКТЯБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№5***  ***Пальчиковая гимнастика: «Угощение»***  Сушки, сушки, сушки, сушки (поочередно соединяем колечком большой пальчик с остальными, начиная с указательного, можно одновременно на двух руках),  Пироги (сложить ладошки вместе, слегка округлив их, в форме пирожка),  Блины (хлопнуть правой ладошкой по левой руке, потом – наоборот),  Ватрушки (протянуть вперед обе раскрытые ладони). | ***№6***  ***Пальчиковая гимнастика «Игрушки»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Мой весёлый круглый мяч, *(*Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)  Щёки круглые не прячь!      *(*Смена рук.)  Я тебя поймаю,       (Двумя руками, соединив одноимённые пальцы, показываем мяч.)  В ручках покатаю!      *(*Покатали воображаемый мяч между ладоней*.)* |
| ***№7***  ***Пальчиковая гимнастика «Игрушки»***  ***Цель****:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Я с игрушками играю: (Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)  Мячик я тебе бросаю, (Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)  Пирамидку собираю,  (Прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз.*)*  Грузовик везде катаю**.**(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катает   машинку».) | ***№8***  ***Пальчиковая гимнастика «Ягоды»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  С ветки ягодки снимаю,       *(*Пальцы расслаблены, свисают вниз. Пальцами другой руки погладит каждый пальчик от основания до самого кончика, как будто снимая с   него воображаемую ягодку.)  И в лукошко собираю.          *(*Обе ладошки сложить перед собой чашечкой.)  Будет полное лукошко,       (Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрыть другой также сложенной ладошкой.)  Я попробую немножко.        (Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой  Я поем ещё чуть-чуть,         достать воображаемые ягодки и отправить их в рот.)  Лёгким будет к дому путь!  (Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.) |

**НОЯБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№9***  ***Пальчиковая гимнастика «Грибы»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Красный-красный мухомор -  *(*Соединяем кончики пальцев – изображаем шляпу гриба.)  Белых крапинок узор.             *(*Одна рука – «шляпка гриба», указательным пальцем другой рука показываем «крапинки».)  Ты красивый, но не рвём!      *(*Погрозили пальчиком.)  И в корзинку не берём!          (Прямая ладонь от себя – отодвигающий жест.) | ***№10***  ***Пальчиковая гимнастика «Осень»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Вышла осень погулять,   («Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)  Стала листья собирать.   (Одной рукой «подбираем» листья и «кладём» в другую.) |
| ***№11***  ***Пальчиковая гимнастика «Деревья»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Здравствуй, лес,                 *(*Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы.)  Дремучий лес,  Полный сказок и чудес! | ***№12***  ***Пальчиковая гимнастика «Овощи»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Я – зелёная капуста,         *(*Руки перед собой образуют круг.)  Без меня в кастрюле пусто.  (Наклонили голову – «заглядываем в кастрюлю».)  Листья снимете с меня*,        (*Разводим руки в стороны.)  И останусь только я! |

**ДЕКАБРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№13***  ***Пальчиковая гимнастика «Фрукты»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Жёлтый-жёлтый наш лимон,  (Одноимённые пальцы соединяются подушечками – показываем лимон.)  Кислым соком брызжет он.    (Пальцы резко разводим в стороны*.)*  В чай его положим                  *(*Соединяем большой, указательный и средний пальцы одной руки и «опускаем лимон в чай».)  Вместе с жёлтой кожей.         (Пальцы в том же положении, делаем вращательные движение «помешиваем чай».) | ***№14***  ***Пальчиковая гимнастика «Одежда»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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.) |
| ***№15***  ***Пальчиковая гимнастика «Овощи - фрукты»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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. | ***№16***  ***Пальчиковая гимнастика «Обувь»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Обуваем ножки бегать по дорожке.  *(*Двумя пальцами «шагают» по столу.)  Повторяй за мной слова:    *(*Сжимают и разжимают пальцы.)  Ножка – раз, ножка – два*!                  (*Ставят два пальца на стол и поднимают по одному.)  В магазине покупают         *(*Сжимают и разжимают пальц*ы.)*  И на ножки надевают  Папа, мама, брат и я –                 *(*Загибают пальцы на руках*.)*  Любит обувь вся семья.                      *(«*Шагают» пальцами по столу*.)* |

**ЯНВАРЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№17***  ***Пальчиковая гимнастика «Новогодний праздник»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  - Здравствуй, Дедушка Мороз!   *(*Ладонь поглаживает подбородок – «бороду» Деда Мороза.)  Что в подарок нам принёс?         *(*Руки вперёд ладонями вверх*.)*  - Громкие хлопушки,                   *(*Хлопнуть в ладоши*.)*  Сладости, игрушки.                     *(*Вертим кистями*.)* | ***№18***  ***Пальчиковая гимнастика «Зима»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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*.)* |
| ***№19***  ***Пальчиковая гимнастика «Продукты питания»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Муку в тесто замесили,      (Сжимают и разжимают пальцы.)  А из теста мы слепили       *(*Прихлопывают ладонями, «лепят».)  Пирожки и плюшки,          *(*Поочерёдно разгибают пальцы, начиная с мизинца.)  Сдобные ватрушки,  Булочки и калачи –            *(*Обе ладони разворачивают вверх*.)*  Всё мы испечем в печи.  Очень вкусно!                    *(*Гладят животы*.)* | ***№20***  ***Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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. |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№21***  ***Пальчиковая гимнастика «Посуда»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Из тарелок, как один,            *(*Ладони вместе перед собой «тарелка*».)*  Суп мы ложками едим.         *(*Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)  Вилкой кушаем котлеты,      *(*Указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку».)  Ножик режет нам омлеты.    («Режем» прямой ладонью взад-вперёд.) | ***№22***  ***Пальчиковая гимнастика «Части тела»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  У меня есть голова,              *(*Слушаем стихотворение и указываем на соответствующие части тела.)  Грудь, живот, а там – спина,  Ножки – чтобы поскакать,  Ручки – чтобы поиграть. |
| ***№23***  ***Пальчиковая гимнастика «Домашние животные»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Вот, убрав царапки,     *(«*Моем руки*».)*  Кошка моет лапки.  Мордочку и ушки        *(*Круговые движения ладонью по лицу*.)*  На своей макушке.      *(*Чуть согнутые ладошки движутся за ушами – показываем, как кошка моетушки.*)* | ***№24***  ***Пальчиковая гимнастика «Детёныши домашних животных»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Побежали вдоль реки     (Двигают указательными и средними пальцами по поверхности стола от себя к краю. Повторяют несколько раз.)  Котята наперегонки. |

**МАРТ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№25***  ***Пальчиковая гимнастика «Дикие животные наших лесов»***  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Заяц и ёжик навстречу друг другу     *(*Указательные и средние пальцы обеих рук «идут» навстречу друг другу*.)*  Шли по дорожке по полю, по лугу.  Встретились – и испугались они.      *(*Стукнуть кулачками*.)*  Быстро бежали – поди догони!          *(*Снова пальцы «идут», но теперь в разные стороны.) | ***№26***  ***Пальчиковая гимнастика «*Капуста»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  (Движения прямыми ладонями вверхвниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.)  Мы капусту рубим-рубим,  Мы капусту солим-солим,  Мы капусту трѐм-трѐм,  Мы капусту жмѐм-жмѐм. |
| ***№27***  ***Пальчиковая гимнастика «*Дружба»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  (Обхватить правой ладонью левую и покачивать в ритме стихотворения.)  Дружат в нашей группе  Девочки и мальчики. (Обхватить левую ладонь правой и покачивать в ритме стихотворения.)  Мы с тобой подружим Маленькие пальчики. (Соединить пальчики обеих рук, начиная с большого. Затем соединять, начиная с мизинца.)  Один, два, три, четыре, пять.  Пять, четыре, три, два, один. | ***№28***  ***Пальчиковая гимнастика «*Варим кашу»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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. |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№29***  ***Пальчиковая гимнастика «*Зайцы»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  (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 зайка косой  Под высокой сосной.  Под другою сосной  Скачет зайка другой. | ***№30***  ***Пальчиковая гимнастика «*Счет»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  (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! |
| ***№31***  ***Пальчиковая гимнастика «*Пчела»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Прилетела к нам вчера (Помахать руками.)  Полосатая пчела (На каждое название насекомого загибать один пальчик.)  А за нею шмель-шмелѐк  И весѐлый мотылѐк,  Два жука и стрекоза,  Как фонарики глаза. (Помахать ладошками и уронить ладони на стол.)  Пожужжали, полетали, От усталости упали. | ***№32***  ***Пальчиковая гимнастика «*Апельсин»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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 – кожура! (Встряхиваем обе кисти) |

**МАЙ**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№33***  ***Пальчиковая гимнастика «*Котик»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Котик лапкой умывается  Видно, в гости собирается  Вымыл носик.  Вымыл ротик.  Вымыл ухо.  Вытер сухо. | ***№34***  ***Пальчиковая гимнастика «*Дом и ворота»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  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 повернуты ладонями к себе,*  *Соприкасаются друг с другом, большие пальцы — вверх («ворота»)).*  Мы ворота открываем, *(Ладони разворачиваются параллельно друг другу.*)  В этот домик приглашаем. |
| ***№35***  ***Пальчиковая гимнастика «*Рыбка»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Рыбка в озере живет (Ладошки соединены и делают плавные движения)  Рыбка в озере плывет (Ладошки разъединить и ударить по коленкам)  Хвостиком ударит вдруг (Ладошки соединить у основания и так похлопать)  И услышим мы – плюх, плюх! | ***№36***  ***Пальчиковая гимнастика «*Подводный мир»**  ***Цель:*** развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.  Посмотри скорей вокруг! (*Делают ладошку у лба «козырьком».)*  Что ты видишь, милый друг? (*Приставляют пальцы колечками у глаз.*)  Здесь прозрачная вода.  Плывет морской конек сюда.  Вот медуза, вот кальмар.  А это? Это рыба-шар.  А вот, расправив восемь ног,  Гостей встречает осьминог.  *(Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.)* |