



**Осенние
пальчиковые игры
и физминутки**

Для мамочек и воспитателей

ФИЗМИНУТКИ

«ХОДИТ ОСЕНЬ»

**Ходит осень по дорожке
(шаги на месте)**

**Промочила в лужках ножки.
(подняться на носки)**

**Ходит осень, бродит осень,
(повороты на право-на лево)**

**Ветер с клена листья сбросил
(движения кистями рук вверх-вниз)**

**Дружно по песу гуляем
(шаги на месте)**

**И листочки собираем
(наклоны вперед)**

**Собирать их каждый рад
Просто чудный листопад!**

(прыжки на месте, с хлопками в ладоши)

«ОСЕНЬ ПРИШЛА»

**Стояла корзинка на полке без дела
(присесть, округлить руки – изобразить корзину)**

**Скучала, наверно, все лето она
(наклоны головы, вправо-влево)**

**Вот осень пришла и листва пожелтела,
(встать, изобразить ветви деревьев)**

Настала пора собирать урожай.

(потянуться, изобразить срывание фруктов с деревьев)

Корзинка довольна

(руки округлить перед собой, кивать головой)

**Она удивилась
(развести руки)**

Что так много фруктов в саду уродилось!

(подняться на носочки, показать руками большой круг)



«СОРОКОНОЖКА»

Шла сороконожка по лесной дорожке.

(Дети маршируют)

Вдруг закапал дождик кап

(Дети имитируют как капает дождик, стучат пальчиком по ладошке)

Ой, промокнул сорок лап.

Насморк мне не нужен, обойду я лужи

(Изображает как обходят лужи)

Грязи в дом не принесу, каждой лапкой потрясу.

И потопаю потом

(дети топают)

Ой, какой от лапок гром.

«ДОЖДИК»

Раз, два, три, четыре, пять,
Удары по столу пальчиками.

Вышел дождик погулять.

«Шагают»

Шел неспешно, по привычке,

А куда ему спешить?

Удары ладонями по столу.

Вдруг читает на табличке:

«По газону не ходить!»

Хлопок.

Дождь вздохнул тихонько:

- ОХ!

Хлопки по столу.

И ушел.



«ГРИБЫ»

Топ-топ — пять шагов,
(Дети «шагают» пальчиками)
В кузовочке пять грибов.
(Показали 5 пальцев правой руки.)
Мухомор красный —
(Загибают пальцы на одной руке.)
Гриб опасный.
А второй — лисичка,
Рыжая косичка.
Третий гриб — волнушка,
Розовое ушко.
А четвертый гриб — сморчок,
Бородатый старичок.
Пятый гриб — белый,
Ешь его смело!

«ЕСТЬ У КАЖДОГО СВОЙ ДОМ»

У лисы в лесу глухом
(Дети загибают пальцы на обеих руках.)
Есть нора — надежный дом.
Не страшны зимой метели
Белочке в дупле на ели.
Под кустами еж колючий
Нагребает листья в кучу.
Из ветвей, корней, коры
Хатки делают бобры.
Спит в берлоге косолапый,
До весны сосет там папу.
Есть у каждого свой дом,
(Удары ладонями и кулачками поочередно.)
Всем тепло, уютно в нем.



«ПОЗДНЯЯ ОСЕНЬ»

Солнышко греет уже еле-еле,
(поочередно соединяем пальцы,
начиная с большого на обеих руках)
Перелетные птицы на юг улетели,
Голы деревья, пустынные поля,
Белым снежком принакрылась земля.
Река покрывается льдом в ноябре –
(сжимаем руки в замок)
Поздняя осень стоит на дворе.
(разводим руки в стороны)

«ПОДАРКИ ОСЕНИ»

По дороге золоченой
Осень в гости к нам пришла,
И зверятам, и ребятам —
Всем подарки принесла.
Поднять руки вверх, кисти опущены.

Яблоки на веточках висели и скучали.
Покачать опущенными кистями.

Девочки и мальчики ветки раскачали.
Покачать поднятыми вверх руками.

Яблочки о землю громко застучали.
Поднимать и опускать руки, согнутые в локтях, ладони
выпрямлены, пальцы соединены и напряжены.



«ЁЖИК»

По сухой лесной дорожке –
(поочередно ударяют кулак о кулак, ладонь о ладонь)

Топ – топ – топ – топчут ножки.
(постукивают кулаками по столу)

Ходит, бродит вдоль дорожек
Весь в иголках серый ежик.

(поочередно ударяют кулак о кулак, ладонь о ладонь)

Ищет ягодки, грибочки

Для сыночка и для дочки.

(поочередно соединяют кончики пальцев обеих рук с
большим пальцем)

«БЕЛКА»

На сучки, как на гвоздочки,

Белка вешает грибочки,

Сушит ягоды рябины,

Ежевика и малины.

Носит желуди, орешки.

(на каждую стихотворную строчку загибают пальцы,
начиная с большого. Сначала на правой, затем на левой
руке)

Разбирает все без спешки.

Вот закончился запас

И в дупло скосила глаз.

Чтобы было в нем тепло,

Пухом выстлала его.

Зиму жить ей, поживать,

Никаких забот не знать.

(поочередные ритмичные удары
кулак о кулак, ладонь о ладонь)



«МЫ ИДЁМ В ОСЕННИЙ ЛЕС»

Мы идем в осенний лес.

**- маршируем на месте
И в лесу полно чудес!**

- разводим руки в стороны, «удивляемся»

Дождь вчера в лесу прошел

- потряхиваем ладонями обеих рук

Это очень хорошо.

- хлопаем в ладоши

Будем мы грибы искать

**- приставляем ладонь ко лбу, смотрят то в одну, то в
другую сторону**

И в корзинку собирать.

- сводят руки перед собой в «корзинку»

Вот сидят маслята,

**- загибают по одному пальцу на обеих руках
одновременно на каждое название грибочка**

На пеньке – опята,

И во мху – лисички,

Дружные сестрички.

- делают манящие движения руками

«Подосиновик, груздок,

- грозят указательным пальцем правой руки

Полезайте в кузовок!

- присесть, обнять себя руками

Ну, а ты, мухомор,

- встаем, разводим руками в стороны

Украшай осенний бор!»



«ОСЕНЬ»



- трем ладошки друг о друга
Приходи!
- по очереди сжимаем кулачки
Осень, осень,
- трем ладошки друг о друга
Погляди!
- положить ладошки на щеки
Листья желтые кружатся,
- движение ладонями сверху вниз
Тихо на землю ложатся.
- поглаживаем коленки
Солнце нас уже не греет,
- по очереди сжимаем кулачки
Ветер дует все сильнее,
- разводим одновременно ручки в разные стороны
К югу полетели птицы,
- скрестить ручки и пошевелить пальчиками
Дождик к нам в окно стучится.
- стучим пальчиками по ладошкам
Шапки, куртки надеваем
- делаем вид
И ботинки обуваем
- постучать ногами
Знаем месяцы:
- похлопать ладошками по коленкам
Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь.
- кулак, ребро, ладонь



«ОСЕНЬ, ОСЕНЬ К НАМ ПРИШЛА...»

Осень, осень к нам пришла,
Дождь и ветер принесла.

(Дети стучат пальцем левой руки по ладони правой)

Кап-кап-кап, кап-кап-кап,
Дождь и ветер принесла.

(Дети стучат пальцем правой руки по ладони левой)

Пожелтел зеленый сад,
Листья кружатся, летят.

(Трут ладонью о ладонь)

Шу-шу-шу, шу-шу-шу,

Листья кружатся, летят.

Песни птичек не слышны,

Подождем их до весны.

(Кисти рук накрест, движения кистями рук вверх-вниз)

Чик-чирик, чик-чирик,

Подождем их до весны.

«ЛИСТЬЯ ПОСЧИТАЕМ»

Вышли пальчики гулять,

(шагаем пальчиками по столу)

Стали листья собирать,

(собираем листики в ручку)

Красный листик, жёлтый листик,

Будем их сейчас считать

(хлопаем в ладоши)

Сколько листиков собрали

Раз, два, три, четыре, пять!

(загибаем пальчики)

Можно с ними поиграть

(поднимаем руки вверх,

делаем "фонарики")



ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ

«ОСЕННИЕ ЛИСТЬЯ»

**Раз, два, три, четыре, пять,
(Загибают пальчики, начиная с большого.)**

Будем листья собирать.

(Сжимают и разжимают кулачки.)

Листья берёзы,

(Загибают пальчики, начиная с большого.)

Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба мы соберём,

Маме осенний букет отнесём.

(«Шагают» по столу средним и указательным пальцем.)

«ОСЕНЬ»

Ветер по лесу летал,

(Плавные, волнообразные движения ладонями)

Ветер листики считал:

Вот дубовый,

(Загибают по одному пальчику на обеих руках)

Вот кленовый,

Вот рябиновый резной,

Вот с березки - золотой,

Вот последний лист с осинки

(Спокойно укладывают ладони на стол)

Ветер бросил на тропинку.