**Подбор физминуток для разминки пальчиков**

* Мы капусту рубим, рубим, (Резкие движения кистями рук вверх и вниз).  
  Мы морковку трём, трём, (Пальцы рук сжаты в кулаки, движение кулаков к себе и от себя).  
  Мы капусту солим, солим, (Движение пальцев, имитирующее посыпание солью из щепотки).  
  Мы капусту жмём, жмём. (Интенсивное сжимание пальцев рук в кулаки).

* Вот кудрявая овечка (Сжать пальцы в кулак, вращение кулачками рук)

Шерстка белая, в колечках (Подушечки пальцев поочередно касаются подушечки большого пальца)

Шерстка мягкая, густая (Поглаживание внешних сторон ладоней)

Шубка у овцы такая (Сомкнуть пальцы в замок, круговое вращение)

* Вышла курочка гулять, (Шагают двумя пальцами – указательным и средним – каждой руки)

Свежей травки пощипать. (Щиплющие движения всеми пальцами обеих рук)

А за ней ребятки – желтые цыплятки (Бегут всеми пальцами обеих рук)

Ко–ко–ко, ко–ко–ко, не ходите далеко! (Грозим пальчиком.)

Лапками гребите, (Загребаем ручками.)

Зернышки ищите. (Клюем пальчиками зернышки.)

Съели толстого жука, дождевого червяка (Показываем руками, какой толстый жук.)

Выпили водицы полное корытце. (Показываем, как черпаем воду и пьем.)

* Наши красные цветочки (Смыкаем кисти в виде лодочки.)

Распускают лепесточки. (Раскрываются в виде чаши.)

Ветерок немножко дышит, (Кисти движутся против часовой стрелки и потом по часовой стрелке.)

Лепестки колышет. (Кисти наклоняются влево и вправо.)

Наши красные цветочки (Смыкаем кисти в виде лодочки.)

Закрывают лепесточки, (Показываем, как лепестки закрываются.)

Они тихо засыпают,

И головкою кивают.

* Стоит в поле теремок.

(Ладони обеих рук соединены под углом.)

На двери висит замок.

(Пальцы сжаты в замок.)

Открывает его волк-

Дёрг-дёрг, дёрг-дёрг. (Руки, сжатые в замок, движутся вперёд - назад, влево – вправо.)

Пришёл Петя-петушок

И ключом открыл замок. (Пальцы разжимаются и соединяются друг с другом, образуя «теремок».)

* У девочек и мальчиков  
  На руке пять пальчиков:  
  Палец большой — парень с душой,  
  Палец указательный — господин влиятельный,  
  Палец средний — тоже не последний.  
  Палец безымянный — с колечком ходит чванный,  
  Пятый — мизинец, принес вам гостинец.

* Солнце поднимается – (Ладони подняты вверх, пальцы образуют «бутон», основания кистей прижаты друг к другу).  
  Цветочек распускается! (Разводим одновременно пальцы рук в стороны).  
  Солнышко садится –  
  Цветочек спать ложится. (Сводим пальцы вместе).

* (Ладони прижаты друг к другу).  
  На двери висит замок. (Пальцы переплетаем и соединяем в замок).  
  Кто его открыть бы смог?  
  — Потянули! (Пальцы в замке, тянем пальцы, не расцепляя их).  
  — Покрутили! (Двигаем сцепленными пальцами от себя, к себе).  
  — Постучали! (Пальцы остаются в замке, стучим основаниями ладоней друг о друга).  
  И – открыли! (Расцепляем пальцы).

* **Белка**

Сидит белка на тележке, (Исходное положение — кисти рук сжаты в кулак.)

Продает она орешки, (Круговые движения кистью вправо, влево.)

Лисичке-сестричке, (Разогнуть большой палец.)

Воробью, (Разогнуть указательный палец.)

Синичке, (Разогнуть средний палец.)

Мишке толстопятому, (Разогнуть безымянный палец.)

Заиньке усатому. (Разогнуть мизинец.)

* **Фонарики**

Вот фонарики горят, всех ребяток веселят! (Пальцы растопырены.)

Вдруг погасли фонари, (Пальцы сжаты в кулак.)

Ты скорей домой беги! (Руки спрятаны за спину.)

* **Котята**

Вот пятеро котят. Один ушел - и нет его.

(Ладонь правой руки раскрыта.)

Ну, нет его и нет. Котят осталось четверо.

(Загните большой палец.)

Вот четверо котят. Один ночной порою

На дерево залез -котят осталось трое.

(Загнуть мизинец.)

Но где-то запищал мышонок тонко-тонко.

Котенок услыхал - осталось два котенка.

(Загнуть безымянный палец.)

Один из них с мячом исчез в дверях бесследно,

(Загнуть средний палец.)

А самый умный — тот, оставшийся, последний,

(Указательный палец приложите ко лбу.)

Он к миске подошел и, как и должно киске,

Лакать за пятерых стал молоко из миски.

(Ладонь сложить ковшиком.)