**Пальчиковая гимнастика** **для детей старшего дошкольного возраста** (продолжение)

**Комплекс 1:**

1. **«Ножницы**». Указательный и средний пальцы правой и левой рук имитируют стрижку ножницами.
2. «**Колокол**». Скрестив пальцы обеих рук, тыльные стороны обратить вверх, спустить средний палец правой руки вниз и свободно вращать им.
3. «**Дом»**. Соединить наклонно кончики пальцев правой и левой рук.
4. «**Волчонок с водой**». Слегка согнуть пальцы левой руки в кулак, оставив сверху отверстие.
5. «**Пожарные**». Упражнение с предметом: используется игрушечная лестница, указательный и средний пальцы бегут по ней.
6. **Потешка «Прятки**». Сжимание и разжимание рук в ритме стиха:

В прятки пальчики играли

И головки убирали.

Вот так, вот так -

Так головки убирали.

**Комплекс 2:**

1. «**Птички летают».** Пальцами обеих рук производить движения вверх-вниз.
2. **«Птица, высиживающая птенцов»**. Пальцы одной руки слегка прикрыты и согнуты, другая рука покоится между большим и указательным пальцами.
3. **«Птички клюют**». Большой палец поочередно соединять с остальными пальцами.
4. **«Полет птицы**». Пальцы рук прогибаются назад и сгибаются вперед.

**Комплекс 3:**

1. **«Зайчик».** Указательный и средний пальцы разведены, безымянный и мизинец полусогнуты и наклонены к большому.
2. **«Большой зайчик**». Руки на столе ладонью вниз, три первых пальца вытянуты вперед, два последних загнуты.
3. **«Бежит собачка**». Рука на столе ладонью вниз, указательный палец вытянут вперед, остальные «бегут» по столу.
4. **«Собачка**». Локоть левой руки на столе, рука сжата в кулак, указательный и большой пальцы вытянуты вверх, локоть двигается вперед - бегущая женщина. Правая рука изображает собачку.

**Комплекс 4:**

1. **«Цветок».** Обе ладони соединены, пальцы округлены и слегка разведены.
2. **«Корень растения**». Тыльные стороны ладоней соединены, пальцы опущены вниз.
3. **«Прорасти растение**». Пальцы сжаты в кулак, плотно прижаты друг к другу, затем они медленно поднимаются вверх до высоты большого пальца.
4. **«Елка».** Пальцы обеих рук скрещены.
5. **«Малыш взбирается на дерево**». Локоть правой руки на столе, пальцы широко разведены - дерево. Два пальца левой руки взбираются вверх по предплечью.

**Комплекс 5:**

- **«Флажок».** Большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе.

**- «Птички».** Поочередно большой палец соединяется с остальными.

- **«Гнездо».** Соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжаты.

- **«Ц в е т о к».** То же, но пальцы разъединить.

- **«Корни растений**». Прижать кисти рук тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз.

- **Игра-потешка «Дружные пальчики**». Пальцы одной руки сжаты в кулак, медленно разгибаются по одному, начиная с мизинца. В конце игры пальцы сжимаются в кулак, но большой палец кладется сверху.

Этот пальчик маленький,

Мизинчик удаленький,

Безымянный - кольцо носит,

Никогда его не бросит.

Ну, а этот - средний, длинный,

Он как раз посередине.

**Комплекс 7:**

1. **«Двое разговаривают**». Сжать обе руки в кулаки,
2. большие пальцы вытянуть вверх, приблизить их друг к другу.
3. **«Стол».** Правую руку сжать в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку.
4. **«Кресло**». Правую руку сжать в кулак, а левую прислонить к ней вертикально.
5. **«Ворота».** Соединить кончики среднего и безымянного пальцев обеих рук, большие пальцы поднять вверх и согнуть внутрь.
6. **«Мост».** Поднять руки вверх ладонями друг к другу, расположить пальцы горизонтально, соединить кончики среднего и безымянного пальцев обеих рук.
7. **Потешка «По грибы**». Попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца:

Раз, два, три, четыре, пять!

Мы грибы идем искать.

Этот пальчик в лес пошел,

Этот пальчик гриб нашел,

Этот веток натаскал,

Этот пальчик все поел,

Оттого и потолстел.

**Комплекс 8:**

1. **«Ромашка**». Соединить обе руки, прямые пальцы развести в стороны.
2. **«Тюльпан**». Полусогнутые пальцы обеих рук, образуя чашечку цветка, соединить.
3. Сжимание-разжимание кистей рук на счет «раз-два».
4. **Потешка «Алые цветы**». Ладони соединены в форме тюльпана, пальцы медленно раскрываются, затем производятся плавные покачивания кистями рук, после чего пальцы медленно закрываются, приобретая форму цветка, производятся покачивания «головкой» цветка.

Наши алые цветки

Распускают лепестки,

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Тихо засыпают,

Головой качают.

**Комплекс 9:**

- **«Улитка с усиками**». Положит, правую руку на стол, поднять указательный и средний пальцы, расставить их.

- **«Раковина улитки**». Правая рука на столе, левую руку положить сверху.

- **«Ежик».** Ладони соединены, прямые пальцы выставить вверх.

**- «Кот».** Средний и безымянный пальцы правой руки прижать к ладони большим пальцем, указательный палец и мизинец слегка согнуть, поднять руку вверх.

- **«Волк».** Соединить большой, средний и безымянный пальцы правой руки, указательный палец и мизинец слегка согнуть, поднять вверх.

Мы делили апельсин.

Апельсин всего один.

Эта долька для кота,

Эта долька для крота,

Эта долька для ежа,

Эта долька для чижа,

Ну, а волку кожура.