

**Картотека.
Пальчиковая
гимнастика.
Группа «Радуга».**

Воспитатель: С.В.Бревникова

Игрушки «Шарик»

Все пальчики обеих рук – «в щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальчики принимают исходное положение.

Надуваем быстро шарик.

Он становится большой.

Вдруг шар лопнул, воздух вышел –

Стал он тонкий и худой.

«Мои игрушки»

Покажу я вам игрушки:

Это курочки пеструшки,

Указательный и большой пальцы каждой руки соединить подушечками (клюв), остальные пальцы направить вверх и слегка согнуть (гребешок).

Это зайка,

Средний и указательный пальцы правой руки направить вверх (ушки зайца), остальные прижать к ладони.

Это пёс.

Ладонь правой руки стоит на ребре (мордочка пса), большой палец направлен вверх (ушко).

Вот машинка без колёс.

Правую ладонь сложить в виде пригоршни и накрыть ею ладонь левой руки.

Это книжки-раскладушки.

Вот и все мои игрушки.

Руки рёбрами поставить на стол, ладони прижать друг к другу, а затем раскрыть.

«Юла»

Большим пальцем проводить по кончикам других пальцев, от указательного до мизинца и наоборот. Выполнять как правой, так и левой рукой.

Я юлу кручу, верчу,

И тебя я научу.

Части тела «Это я»

Это глазки. Вот, вот.

Это ушки. Вот, вот.

Это нос, это рот.

Там спинка. Тут живот.

Это ручки. Хлоп-хлоп.

Это ножки. Топ- топ.
Ох устали вытрем лоб!

Дети показывают части тела и выполняют движения в соответствии с текстом.

Одежда «Я перчатку надеваю»

Я перчатку надеваю,
Я в неё не попадаю.

Поглаживают по очереди одной рукой другую, как будто надевают перчатки.

Сосчитайте-ка ребятки,
Сколько пальцев у перчатки.
Начинаем вслух считать:
Раз, два, три, четыре, пять.
Загибают пальчики.

Осень «Листопад»

Листопад, листопад!
Листья по ветру летят:
сторону,

*Руки поднять вверх.
Покачивая кистями из стороны в*

*медленно опускать руки (листья опадают).
Пальцы выпрямить и максимально*

С клёна – кленовый,
развести в стороны.

Пальцы выпрямить и плотно прижать

С дуба – дубовый,
друг к другу.

Указательный и большой соединить в

С осины – осинový,
виде колечка.

Пальцы выпрямить и слегка развести в

С рябины- рябиновый.
стороны.

Хлопки в ладоши.

Полны листьев лес и сад
То-то радость для ребят!

«Осенью»

Ветры яблони качают.

Руки стоят на столе, опираясь на локти (стволы), пальцы разведены в стороны (кроны яблонь). Покачивать руками.

Листья с веток облетают.

Кисти рук расслаблены, расположены параллельно столу. Плавными движениями из стороны в сторону медленно опускать кисти рук на поверхность стола (листья опадают).

Листья падают в саду,
Их граблями я гребу.

*Пальцы обеих рук подушечками опираются о поверхность стола (грабли).
Приподнимая руки, поскрести пальцами по поверхности стола, изображая
работу граблями*

Обувь

«Новые кроссовки»

Загибать на обеих руках пальчики по одному, начиная с больших пальцев.

Как у нашей кошки

На ногах сапожки.

Как у нашей свинки

На ногах ботинки.

А у пса на лапках

Голубые тапки.

А козлёнок маленький

Обувает валенки.

А сыночек Вовка –

Новые кроссовки.

Вот так, вот так,

Новые кроссовки.

«Шагать» указательным и средним пальчиками по столу.

Упражнение с пробками

*Берём пластмассовые крышки от бутылок (4 штуки) и надеваем их на
указательные и средние пальцы как обувь. И «идём пальцами, как ножками,
не отрывая «Обувь» от поверхности стола.*

Крышки пальчики обули,

Смело в них вперёд шагнули.

И пошли по переулку

На весёлую прогулку.

Пальцы – словно балеринки,

Но одетые в ботинки.

Каждый пальчик – будто ножка,

Только шаркает немножко.

Фрукты

«Яблоки»

Большой пальчик яблоки трясёт.

Кисти сжаты в кулак, разгибаем большой пальчик.

Второй их собирает.

Разгибаем указательный палец.

Третий их домой несёт.

Разгибаем средний палец

Четвёртый высыпает.
Разгибаем безымянный.
Самый маленький – шалун.
Разгибаем мизинец
Всё, всё, всё съедает.

«Компот»

Будем мы варить компот,
помешивание.

Левая рука – «ковшик», правая имитирует

Фруктов нужно много вот:

Будем яблоки крошить,

Загибают пальчики начиная с большого.

Грушу будем мы рубить,

Отожмём лимонный сок,

Слив положим на песок.

Варим, варим мы компот.

Опять «варят» и «помешивают».

Угостим честной народ.

Развести руки в стороны.

«СЛИВЫ»

Кисти сжаты в кулак.

Большой пальчик сливы трясёт.

Разгибаем большой палец.

Второй их собирает.

Разгибаем указательный палец.

Третий их домой несёт.

Разгибаем средний палец.

Четвёртый высыпает.

Разгибаем безымянный.

Самый маленький – «шалун»

Разгибаем мизинец.

Всё, всё съедает.

Овощи

Капустка

Мы капустку рубим-рубим,
вверх-вниз

Движения прямыми ладонями

Мы капустку солим-солим,
подушечек пальцев

поочерёдное поглаживание

Мы капустку трём-трём,

потирать кулачок о кулачок

Мы капустку жмём-жмём.

сжимать и разжимать кулачки

«Репка»

Тянут, тянут бабка с дедкой
ногтевые фаланги

Вытягивание пальцев за

Из земли большую репку:

Вот пришла бы наша внучка,
прикасаются друг к другу.

Одноимённые пальцы

Помогла б собачка Жучка.

Где же кошка, мышка – крошка?
Хоть держалась крепко,
Вытянута репка.

Вот на ветках, посмотри,
В красных майках снегири.
Распушили пёрышки.
Греются на солнышке.
Головой вертят,
Улетать хотят.
Кыш! Кыш! Улетели!
За метелью, за метелью!

Ла-ла-ла, ла-ла-ла,
Туча по небу плыла.
округлить

Вдруг из тучи над землёй
стороны.
Полетел снежинок рой.
руки (снежинки летят).
Ветер дунул, загудел –
слегка вытянуть вперёд).
Рой снежинок вверх взлетел.
Ветер с ними кружится,
руки.
Может быть подружится.

Перед нами ёлочка.
Шишечки, иголки,
Шарики, фонарики,
Зайки и свечки,
пальцы вверх ("Уши

Зима **«Снегири»**

Четыре хлопка руками.

Изображают «крылышки»

Повороты головой.

Вращательные движения кистями рук.

« Снежинки»

Пальцы обеих рук соединить подушечками и
в форме шара (туча).

Руки поднять вверх, пальцы развести в

Поворачивать кисти, медленно опуская

Подуть на кисти рук (губы округлить и

Встряхнуть кистями рук, поднимая вверх,
вращать ими (снежинки летят).

Вращать кистями, попеременно скрещивая

Новый год **«Ёлочка»**

Пальцы переплетены, большие подняты вверх.

Кулачки, «иголки»- раздвинуть пальцы.

Ладони держать «ковшиком».

Соединить оба кулачка вместе, указательные

зайчиков.

Звёзды, человечки.
пальчиками.

Ладонка в виде звезды, «человечки» – походить

Домашние птицы **«Домашние птицы»**

Есть у курицы цыплёнок,
остальных, начиная с мизинца.

Большим пальцем поочерёдно касаться

У гусыни есть гусёнок,
У индюшки – индюшонок,
А у утки есть утёнок.

У каждой мамы малыши,
Все красивы хороши!

Показать все пальчики, «играя» ими.

«Петушок»

Наш красивый петушок
Кверху поднял гребешок.
Крылышками машет.

Обе руки сжаты в кулачки.

Разжать ладони.

На лужайке пляшет.
Крошки хлебные клюёт.
постучать по столу.

Кистями помахать в воздухе.

Указательными пальцами

Пёстрых курочек зовёт.
движения.

Кистями рук сделать манящие

Домашние животные **«Повстречались»**

На каждую фразу соединять одноимённые пальцы левой и правой рук по одному начиная с мизинца. На последнюю фразу показать «рога», одновременно выпрямив указательные пальцы и мизинцы.

Повстречались два котёнка: «Мяу – мяу».

Два щенка: «Ав – ав».

Два жеребёнка: «И-го-го»

Два телёнка, два быка:

«Му-у». Смотри, какие рога!

«Кот на печку пошёл»

Кот на печку пошёл,
Горшок каши нашёл.

Пальчики «шагают».

«Горшок из ладошек».

На печи калачи,
Как огонь горячи.

Ладонки «лепят калачи»

Подуть на ладошки.

Пряники пекутся,

Коту в лапы не даются.

Погрозит пальчиком.

«Собака»

У собаки острый носик,
Есть и шейка,
Есть и хвостик.

Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх, указательный, средний, безымянный вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается («лает собака»)

Дикие животные

«Есть у каждого свой дом»

Дети загибают на обеих руках пальцы: по одному пальцу на каждое двуступишь.

У лисы в лесу глухом
Есть нора – надёжный дом.
Не страшны зимой метели
Белочке в дупле на ели.
Под кустами ёж колючий
Нагребает листья в кучу.
Из ветвей, корней, травы
Хатки делают бобры.

Спит в берлоге косолапый,
До весны сосёт там лапу.
Есть у каждого свой дом,
поочерёдно.

Ударяют ладонями и кулачками

Всем тепло уютно в нём.

«Белочка»

Большим пальцем поочерёдно касаться остальных пальцев, выполняя упражнение сначала одной рукой затем другой рукой.

Прыгает по веточкам
Невеличка белочка.
Мелькает хвостик средь ветвей.
Кто угонится за ней?

Посуда

«Помощник»

Посуду моет наш Антошка,
(«мыть посуду»).

Потирать ладошки друг об друга

Моет вилку, чашку, ложку,
мизинца. *Выполнять*

*Разгибать пальцы из кулачка, начиная с
имитирующие движения.*

Вымыл блюдце и стакан
И закрыл покрепче кран.

Весна «Жаворонок»

Дети показывают движениями кистей рук как летит птичка.

Птичка, птичка, прилетай!
Весну-красну зазывай!
Птичка крылышками машет,
Веселит детишек наших!

«К нам весна пришла»

К нам весна пришла,
Цветы красивые принесла!
букетом».

Ручки протягивают вперёд «с

В палисадник мы пошли
И венок себе сплели!
венок.

Пальчики двигаются, будто плетут

Семья

«Радуются взрослые и дети»

*Выполнение по образцу за педагогом движений: на каждую строку дети
загибают пальчик, 6 строка – сжимать и разжимать кулачок.*

Кто ещё радуется солнышку?
Радуется дедушка,
Радуется бабушка,
Радуется мамочка,
Радуется папочка,
Очень радуюсь я.
Рада солнцу вся семья!

«Цветочек для мамочки»

Ой, в нашем цветнике
Большой цветок на стебельке.
пальчики, будто лепестки.

Раскрывать и закрывать кулачок,

От ветерка качается,
И мне улыбается!
Я мамочку поцелую
И цветочек подарю ей!

Движения руками вправо-влево.

Мимика, жесты.

«Семья»

С каждой строкой дети загибают по одному пальчику, начиная с большого.

Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – мамочка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – я.
Вот и вся моя семья!

Мебель «Мебель»

Мебель я начну считать:

Кресло стол, диван, кровать,
зажимать в кулачки.

Полка, тумбочка, буфет,
Шкаф, комод и табурет.

Много мебели назвал –
Десять пальчиков зажал!

Пальцы обеих рук поочередно

Поднимать зажатые кулачки вверх.

«Много мебели в квартире»

Раз, два, три, четыре,
Много мебели в квартире.

В шкаф повесим мы рубашку,

А в буфет поставим чашку.
Чтобы ножки отдохнули,
Посидим чуть-чуть на стуле.

А когда мы крепко спали,
На кровати мы лежали.

А потом мы с котом
Посидели за столом,
Чай с вареньем дружно пили.

Много мебели в квартире!
стучать кулачком о кулачок.

Ритмично сжимать и разжимать кулачки.

*Загибать пальчики, начиная с больших,
на каждое название мебели.*

Ритмично попеременно хлопать в ладоши и

«Стул»

Ножки, спинка и сиденье –
нижней части приставляется

кулачок (большим пальцем к себе)

Вот вам стул на удивленье.

Левая ладонь – вертикально вверх. К её

Транспорт
«Транспорт»

Будем пальчики сгибать-
Будем транспорт называть:
Машина, вертолёт,
начиная с мизинца.

Сжимать и разжимать пальчики.

Поочерёдно разжимать пальчики,

Трамвай, автобус, самолёт.
Пять пальцев мы в кулак зажали,
большого.

Сжать пальцы в кулачок, начиная с

Пять видов транспорта назвали.

«Пароходик»

Пароходик в море был.
Вот он к пристани приплыл.
воздухе.

Ладони соединить в форме чаши.

Сделать волнообразные движения в

Загудел в свою трубу: «У – у – у !»
большими пальцами.

Одновременно пошевелить

Насекомые
«Насекомые»

Дружно пальчики считаем-
Насекомых называем:
Бабочка, кузнечик, муха,
начиная с большого.

Сжимать и разжимать кулачки.

Поочерёдно сгибать пальцы в кулачок,

Это жук с зелёным брюхом.
Это кто же тут звенит?
Ой, сюда комар летит!
Прячьтесь!

Вращать мизинцем.

Спрятать руки за спину.

«Бабочка»

Скрестить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. «Бабочка сидит». Имитировать полёт «бабочки».

Бабочка-коробочка,
Улетай под облачко.
Там твои детки
На берёзовой ветке.

Лето
«Колокольчики»

В прятки пальчики играют
рук.

И головки убирают,
Словно синие цветки,
Распускают лепестки
«веером».

Наверху качаются,
влево.

Низко наклоняются.
Колокольчик голубой
Поклонился, повернулся
К нам с тобой.

Колокольчики-цветы
Очень вежливы, а ты?

Сжимать и разжимать пальцы

Открывать и закрывать глаза.

Сводить и разводить пальцы

Качание и наклоны кистей вправо-

влево.
Круговые движения кистями.

Повороты кистями вправо-влево,
Ладони сверху опустить на стол.

«Что делать после дождика?»

Что делать после дождика?
большими.

По лужицам скакать!
ладони другой.

Что делать после дождика?
Кораблики пускать!

Что делать после дождика?
На радуге кататься!
каждая рука очерчивает дугу.

Что делать после дождика?
Да просто улыбаться!

Соединяем по очереди все пальцы с

Щёпоть одной руки приставляем в центр

Соединяем все пальцы рук с большими.
Рисуем обеими руками восьмёрку.

Соединяем все пальцы с большими.
Руки перед грудью, кисти опущены вниз,

Соединяем все пальцы с большими.
Улыбаемся.