

Картотека
Пальчиковая гимнастика
Группа «Ручеёк»

Воспитатель: Салахова А.И.

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).*

С клёна – кленовый,
развести в стороны.

Пальцы выпрямить и максимально

С дуба – дубовый,
друг к другу.

Пальцы выпрямить и плотно прижать

С осины – осинový,
виде колечка.

Указательный и большой соединить в

С рябины- рябиновый.
стороны.

Пальцы выпрямить и слегка развести в

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

Хлопки в ладоши.

«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

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.
Фруктов нужно много вот:
Будем яблоки крошить,
Грушу будем мы рубить,
Отожмём лимонный сок,
Слив положим на песок.
Варим, варим мы компот.
Угостим честной народ.

Левая рука – «ковшик», правая имитирует

Загибают пальчики начиная с большого.

*Опять «варят» и «помешивают».
Развести руки в стороны.*

Овощи

Капустка

Мы капустку рубим-рубим,
вверх-вниз

Движения прямыми ладонями

Мы капустку солим-солим,
подушечек пальцев

поочерёдное поглаживание

Мы капустку трём-трём,
Мы капустку жмём-жмём.

*потирать кулачок о кулачок
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.

Зима

« Снежинки»

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

Пальцы обеих рук соединить подушечками и

в форме шара (туча).

Вдруг из тучи над землёй
стороны.

Руки поднять вверх, пальцы развести в

Полетел снежинок рой.
руки (снежинки летят).

Поворачивать кисти, медленно опуская

Ветер дунул, загудел –
слегка вытянуть вперёд).

Подуть на кисти рук (губы округлить и

Рой снежинок вверх взлетел.

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

Ветер с ними кружится,
руки.

Вращать кистями, попеременно скрещивая

Может быть подружится.

Новый год

«Ёлочка»

Перед нами ёлочка.

Пальцы переплетены, большие подняты вверх.

Шишечки, иголки,
Шарики, фонарики,
Зайки и свечки,
пальцы вверх ("Уши

Звёзды, человечки.
пальчиками.

Кулачки, «иголки»-раздвинуть пальцы.
Ладони держать «ковшиком».
Соединить оба кулачка вместе, указательные

зайчиков.

Ладонка в виде звезды, «человечки» – походить

Домашние птицы **«Домашние птицы»**

Есть у курицы цыплёнок,
остальных, начиная с мизинца.

У гусыни есть гусёнок,
У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утёнок.

У каждой мамы малыши,
Все красивы хороши!

Большим пальцем поочерёдно касаться

Показать все пальчики, «играя» ими.

«Петушок»

Наш красивый петушок
Кверху поднял гребешок.

Крыльшками машет.

На лужайке пляшет.

Крошки хлебные клюёт.
постучать по столу.

Пёстрых курочек зовёт.
движения.

Обе руки сжаты в кулачки.

Разжать ладони.

Кистями помахать в воздухе.

Указательными пальцами

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.
Пряники пекутся,
Коту в лапы не даются.

*Ладони «лепят калачи»
Подуть на ладошки.*

Погрозить 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 двуступище.

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,
поочередно.
Всем тепло уютно в нём.

Ударяют ладонями и кулачками

«Белочка»

Большим пальцем поочередно 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»).

Моет вилку, чашку, ложку,
мизинца. Выполнять

Потирать ладошки друг об друга

Разгибать пальцы из кулачка, начиная с

имитирующие движения.

Вымыл блюдце и стакан

И закрыл покрепче кран.

«К нам весна пришла»

К нам весна пришла,

Цветы красивые принесла!
букетом».

Ручки протягивают вперед «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,

Движения руками вправо-влево.

И мне улыбается!

Мимика, жесты.

Я мамочку поцелую

И цветочек подарю ей!

«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.

Пальцы обеих рук поочерёдно

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

Много мебели назвал –
Десять пальчиков зажал!

Поднимать зажатые кулачки вверх.

«Стул»

Ножки, спинка и сиденье –
нижней части приставляется

Левая ладонь – вертикально вверх. К её

кулачок (большим пальцем к себе)

Вот вам стул на удивленье.

Транспорт **«Транспорт»**

Будем пальчики сгибать-
Будем транспорт называть:

Сжимать и разжимать пальчики.

Машина, вертолёт,
начиная с мизинца.

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.

Это жук с зелёным брюхом.

Это кто же тут звенит?

Ой, сюда комар летит!

Прячьтесь!

Сжимать и разжимать кулачки.

Поочередно сгибать пальцы в кулачок,

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.