

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ИРКУТСКА
ДЕТСКИЙ САД № 151

Пальчиковая гимнастика на каждый день

«Весёлые пальчики»

Составитель: О.Г. Федькина,

воспитатель

Город Иркутск, 2019 год

Пальчиковая игра «Утро встало»

«Утро настало, солнышко встало,

Эй, братец Федя, разбуди соседа!

- Вставай, Большак,

Вставай, Указка,

Вставай, Серёдка,

Вставай, Сиротка,

И крошка-Митрошка,

Привет, ладошка!

Все потянулись и проснулись.

Доброе утро!»

Пальчиковая игра «Репка»

Репка здесь у нас растёт,

Открывай пошире рот.

Нужно рот сильнее открыть,

Чтобы репу проглотить.

Дети сгибают правую руку, опускают локоть вниз, кисть смотрит вверх.

Потом сгибают руку в запястье и левой рукой отгибают вниз большой палец правой руки, стараясь прижать его к запястью.

Затем проделывают тоже самое с левой рукой.

Пальчиковая игра «Вышли пальчики...»

Вышли пальчики гулять,
Стали весело плясать.
Во так, вот так –
Стали весело плясать.
Пальчики играли, собачку у видали.
Она громко лает, пальчики пугает.
Пальчики сбежались, в кулачок все сжались,
А собачка ходит, пальцы не находит.
Кулаки стучали, собаку испугали,
Ну, а пальчики опять стали дружно танцевать.
Поплясали, поплясали –
Ох, как быстро мы устали!
Мы немножко отдохнём,
И опять рисовать начнём...

Пальчиковая игра «За окном...»

За окном темны-темно.
Три звезды глядят в окно.
Первая-счастливая,
Вторая-красивая,
А третья-правдивая.
Только доченька заснет.
Звезды встанут в хоровод
И приснится дочке
В золотом веночке.
Чтоб росла счастливая,
Чтоб росла красивая,
Чтоб росла правдивая
Маленькая дочка.

(П.Воронько)

Пальчиковая игра «Потеряла крольчиха крольчат»

Потеряла крольчиха крольчат,
А крольчата лежат и молчат:
 За кадушкой-один,
 За кормушкой-один,
 Под листом-один,
 Под кустом-один.
Как детей поскорее найти?
Их должно быть чуть меньше пяти.

Пальчиковая игра «А вот эта цифра..»

А вот это-цифра пять!
До пяти легко считать.
Каждый пальчик поддержи,
Цифру пальчику скажи,
Как считали, повтори!
И один, и два, и три,
А четыре не забудешь?
И четыре говори.
А последний будешь братъ –
Говори скорее пять.

(С.Маршак)

Пальчиковая игра «Я колю дрова»

У крыльца растёт трава
(поводить ладонью друг над другом, меняя местами)

Я колю, колю дрова.

(левая ладонь прямая, правая – ребром стучит по левой, меняем ладони)

Я колю на чурочки,

Гори, огонь, в печурочке!

(скользящие хлопки, руки немного развести в стороны).

Я колю на плашки

Для сестры Дуняшки.

(скользящие хлопки, «накинуть платочек на голову»)

Гори, гори жарче, печь.

(широко развести руки в стороны)

Будет Дуня пышки печь!

(хлопки с поворотом ладоней вверх).

Пальчиковая игра с «колючим» мячом.

Массаж пальцев рук

Предлагается взять в правую руку «колючий» мячик и
размять поочередно все пальцы на левой руке,
затем – на правой от подушечки до основания пальца.

Левая рука

Вырос у нас чесночок (указательный палец)

Перец, томат, кабачок (средний)

Тыква, капуста, картошка (безымянный)

Лук и немного горошка (мизинец)

Правая рука

Овощи мы собирали (мизинец)

Ими гостей угощали (безымянный)

Квасили, ели, солили (средний)

С дачи домой увозили (указательный)

Далее разминаются большие пальцы на обеих руках:

Прощай же на год (правая рука)

Наш друг – огород (левая рука)

Пальчиковая игра «Доброе утро, здравствуй Иван»

(и.п. пальцы сомкнуты, чуть растопырены, ладони соединены)

Доброе утро, здравствуй, Иван!

(перекрещивание больших пальцев)

Доброе утро, здравствуй, Степан!

(перекрещивание указательных пальцев)

Доброе утро, здравствуй, Сергей!

(перекрещивание средних пальцев)

Доброе утро, здравствуй, Матвей!

(перекрещивание безымянных пальцев)

Доброе утро, здравствуй, Танюшка!

(перекрещивание мизинцев)

Доброе утро, здравствуйте, все!

(обращение ко всем)

Пальчиковая игра «Дружба»

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

(пальцы обеих рук соединяются ритмично в «замок»).

Мы с вами подружился,

Маленькие пальчики.

(ритмичное качание мизинцев).

Раз, два, три, четыре, пять –

Начинай считать опять.

(поочередно касание пальцев обеих рук, начиная с мизинцев).

Раз, два, три, четыре, пять –

Мы закончили считать.

(руки вниз, встряхнуть кистями).

Пальчиковая игра «Теремок»

Стоит в поле теремок, теремок,
Дети поднимают руки над головой, делают «крышу».

Он не низок, не высок, не высок.

Присесть – встать.

На двери висит замок, да, замок.

Сцепляют пальцы рук в замок.

Кто бы тот замок нам открыть помог?

Слева зайка, справа мишка.

Кивают головой вправо-влево.

Отодвиньте-ка задвижку.

Слева мышка, справа волк-

Нажимайте на замок.

Зайка, мишка, мышка, волк

Открывают теремок, теремо-о-ок!

Стараются расцепить пальцы рук.

Пальчиковая игра «Улитка, покажи рожки!»

Улитка, улитка! *Кулачок в кулачке, поменять руки.*

Покажи рога, *Руки от себя, ладошками вверх,*

Поднять рожки к голове.

Дам кусок пирога *«Дам» - руки от себя,*

«кусок пирога» - закрыть ладошки,

Пышки, ватрушки *«пышки» - шарик из ладошек,*

«ватрушки»-прикрыть левую ладошку сверху

правым кулачком, поменять руки.

Сдобной лепёшки! *Прихлопнуть левую ладошку правой сверху,*

затем поменять руки. «Высуни»-руки от себя, ладошки вверх,

Высуни рожки! *«рожки»-поднять рожки к голове.*

Пальчиковая игра «Топ-топ...»

Топ-топ-топотушки!
Пляшет зайка на опушке,
Пляшет ёжик на пеньке,
Пляшет белка на сучке,
Пляшет пёсик на крылечке,
Пляшет котик возле речки,
Пляшет мышка возле норки.
Пляшет козочка на горке,
Пляшет утка на реке
Черепашка на песке
Топ-топ-топотушки!
Пляшут лапки,
Пляшут ушки,
Пляшут рожки и хвосты
Что стоишь?
Пляши и ты!