

картотека
пальчиковой
гимнастики





Прилетайте, птички!

Прилетайте, птички! (*«зовущие» движения пальцев*)
Сала дам синичке. (*«режущие» движения одной ладони по другой*)
Эти крошки – голубям,
Эти крошки – воробьям. (*пальцы щепоткой – «крошим хлеб»*)
Галки да вороны, Ешьте макароны! (*тереть ладонью о ладонь, «катая из хлеба макароны»*)

Апельсин

Мы делили апельсин (*левая рука в кулачке, правая её обхватывает*)
Много нас – а он – один Эта долька – для ежа (*правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке*)
Эта долька – для чижа
Эта долька – для котят
Эта долька - для утят
Эта долька - для бобра
А для волка – кожа! (*встряхиваем обе кисти*)

Гости

К Кате гости прибежали, (*бежим пальчиками по столу или по полу*)
Все друг другу руки жали.
Здравствуй Жора, (*соединяем большой и указательные пальчики*)
Здравствуй Жанна, (*большой и средний*)
Рад Серёжа, (*большой и безымянный*)
Рад Снежана (*большой и мизинец*)
Не хотите ль пирожок? (*ладошки складываем вместе*)
Может коржик (*показываем 2 открытые ладошки*)
Иль рожок (*2 кулачка ставим друг на дружку*)
Вот драже вам на дорожку (*пальчиком тычем в открытую ладошку*)
Вы берите понемножку (*несколько раз сгибаем ладошки в кулачки*)
Все стряхнули быстро крошки
И захлопали в ладошки!

Замок

На двери висит замок (*руки в замке*)
Кто его открыть бы смог? (*пальчики тянем, не разжимая*)
Потянули, (*потянули*)
Покрутили, (*вращаем руки*) Постучали (*стучим основанием ладоней*)
И – открыли! (*руки разжимаются*)



Капуста

Мы капусту рубим, рубим (*ладошками рубим*)
Мы капусту трём, трём (*кулачки трут друг друга*)
Мы капусту солим, солим (*солим щепоткой*)
Мы капусту мнём, мнём (*пальчики сжимаем и разжимаем*)
В баночку кладём и пробуем.

Комар

Летит муха вокруг уха, жжж (*водим пальчиком вокруг уха*)
Летят осы вокруг носа, ссс (*водим пальчиком вокруг носа*)
Летит комар, на лоб - оп (*пальчиком дотрагиваемся до лба*)
А мы его - хлоп (*ладошкой до лба*)
И к уху, зzzz (*зажимаем кулачок, подносим его к уху*)
Отпустим комара? Отпустим! (*подносим кулачок ко рту и дуем на него, разжимая ладошку*)

Котёнок

Шёл один я по дорожке, (*показываем один пальчик*)
Шли со мной мои две ножки, (*показывает два пальчика*)
Вдруг на встречу три мышонка, (*показываем три пальчика*)
Ой, мы видели котенка! (*хлопает себя ладошками по щекам и как бы качает ладошками голову*)
У него четыре лапки, (*показываем четыре пальчика*)
На лапках - острые царапки, (*царапаем ногтями поверхность того что под рукой*)
Один, два, три, четыре, пять, (*на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков*)
Нужно быстро убежать ! (*двумя пальчиками, указательным и средним, убегаем по поверхности*)

Курочка

Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать (*хлопаем ручками по коленкам*)
А за ней ребятки - жёлтые цыплятки (*идём пальчиками*)
Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко! (*грозим пальчиком*)
Лапками гребите (*загребаем ручками*),
Зёрнышки ищите (*клюём пальчиками зёрнышки*)
Съели толстого жука, дождевого червяка (*показываем ручками, какой толстый жук*)
Выпили водицы полное корытце (*показываем, как черпаем воду и пьём*).



Моя семья

Этот пальчик – дедушка (*разжимаем поочередно пальцы из кулачка начиная с большого*)

Этот пальчик – бабушка

Этот пальчик – папочка

Этот пальчик – мамочка

Этот пальчик – я

Вот и вся моя семья! (*вращаем разжатой ладошкой*)

Хлеб

Муку в тесто замесили, (*Сжимают и разжимают пальчики.*)

А из теста мы слепили: (*Прихлопывают ладошками, «лепят».*)

Пирожки и плюшки,

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи - Всё мы испечем в печи. (*Поочередно разгибают пальчики, начиная с мизинца.*) (*Обе ладошки разворачивают вверх.*)

Очень вкусно!

Подводный мир

Посмотри скорей вокруг! (*Делают ладошку у лба «козырьком».*)

Что ты видишь, милый друг? (*Приставляют пальцы колечками у глаз.*)

Здесь прозрачная вода.

Плывет морской конек сюда.

Вот медуза, вот кальмар.

А это? Это рыба-шар.

А вот, расправив восемь ног,

Гостей встречает осьминог. (*Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца.*)

Фруктовая ладошка

Этот пальчик - апельсин,

Он, конечно, не один.

Этот пальчик - слива,

Вкусная, красивая.

Этот пальчик - абрикос,

Высоко на ветке рос.

Этот пальчик - груша,

Просит: «Ну-ка, скушай!»

Этот пальчик - ананас,

(*Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.*)

Фрукт для вас и для нас. (*Показывают ладошками вокруг и на себя.*)



В гости к пальчику

В гости к пальчику большому
Приходили прямо к дому *(выставить вверх большой палец)*
Указательный и средний,
Безымянный и последний. *(поочередно называемые пальцы соединяются с большим)*
Сам мизинчик-малышок
Постучался о порог. *(вверх выставить мизинец, пальцы сжаты в кулак)*
Вместе пальчики — друзья, *(постучать кулачками друг о друга)*
Друг без друга им нельзя. *(ритмично сжимать и разжимать кулачок)*

Дождик

Раз, два, три, четыре, пять, *(хлопки в ладоши)*
Вышел дождик погулять. *(руки вверх-вниз)*
Шел неслышно, по привычке, *(круговые движения кистями рук)*
Вдруг читает на табличке: *(кисти рук вверх)*
«По газону не ходить!» *(скрестить кисти рук, изобразить ножницы)*
Дождь вздохнул тихонько: «Ох!» *(руки плавно вытянуть вверх, потом плавно опустить)*
И ушел. Газон засох. *(присесть, закрыть голову ладошками)*

Малинка

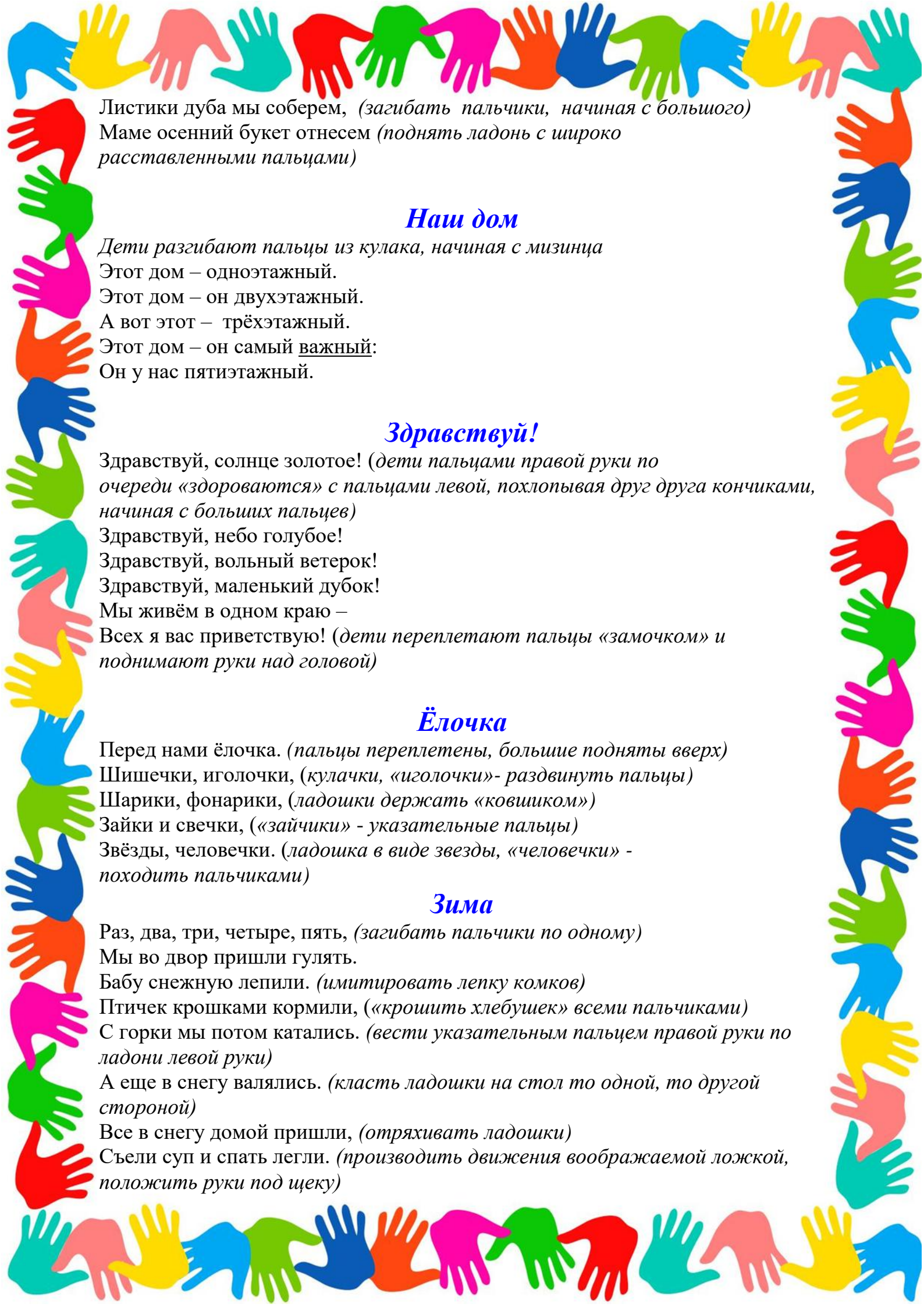
Ягодка по ягодке, *(левой рукой изобразить ветку с ягодками,)*
Я кладу в корзинку. *(пальцами правой руки «снимать с веточек ягоды»)*
Ягодка по ягодке, Спелую малинку
1, 2, 3, 4, 5. *(загибать пальцы на правой руке)*
Любит пальчик рисовать. *(показать указательный палец)*

Пальчики – зверюшки

Пальчик – зайчик, *(загнуть мизинец на правой руке)*
Пальчик – волк, Серы, Лиса- лисонька краса, *(загнуть средний палец)*
Пальчик – ежик, *(загнуть указательный)*
Пальчик – мишка, *(загнуть большой палец)*
А кулак похож на шишку. *(согнуть пальцы в кулачок)*

Осенние листья

Раз, два, три, четыре, пять, *(загибать пальчики, начиная с большого)*
Будем листья собирать. *(сжимать и разжимать кулачки)*
Листья березы,
Листья рябины,
Листики тополя,
Листья осины,



Листики дуба мы соберем, *(загибать пальчики, начиная с большого)*
Маме осенний букет отнесем *(поднять ладонь с широко расставленными пальцами)*

Наш дом

Дети разгибают пальцы из кулака, начиная с мизинца
Этот дом – одноэтажный.
Этот дом – он двухэтажный.
А вот этот – трёхэтажный.
Этот дом – он самый важный:
Он у нас пятиэтажный.

Здравствуй!

Здравствуй, солнце золотое! *(дети пальцами правой руки по очереди «здороваются» с пальцами левой, похлопывая друг друга кончиками, начиная с больших пальцев)*
Здравствуй, небо голубое!
Здравствуй, вольный ветерок!
Здравствуй, маленький дубок!
Мы живём в одном краю –
Всех я вас приветствую! *(дети переплетают пальцы «замочком» и поднимают руки над головой)*

Ёлочка

Перед нами ёлочка. *(пальцы переплетены, большие подняты вверх)*
Шишечки, иголки, *(кулачки, «иглолки» - раздвинуть пальцы)*
Шарики, фонарики, *(ладошки держать «ковишком»)*
Зайки и свечки, *(«зайчики» - указательные пальцы)*
Звёзды, человечки. *(ладошка в виде звезды, «человечки» - походить пальчиками)*

Зима

Раз, два, три, четыре, пять, *(загибать пальчики по одному)*
Мы во двор пришли гулять.
Бабу снежную лепили. *(имитировать лепку комков)*
Птичек крошками кормили, *(«крошить хлебушек» всеми пальчиками)*
С горки мы потом катались. *(вести указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)*
А еще в снегу валялись. *(класть ладошки на стол то одной, то другой стороной)*
Все в снегу домой пришли, *(отряхивать ладошки)*
Съели суп и спать легли. *(производить движения воображаемой ложкой, положить руки под щеку)*



Посуда

Из тарелок, как один, *(ладони вместе перед собой «тарелка»)*
Суп мы ложками едим. *(вращательные движения рукой с воображаемой ложкой)*
Вилкой кушаем котлеты, *(указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку»)*
Ножик режет нам омлеты. *(«режем» прямой ладонью взад-вперёд)*

Транспорт

Раз, два, три, четыре, пять –
Будем транспорт называть. *(сжимать и разжимать пальчики)*
Машина, вертолёт,
Трамвай, автобус, самолёт. *(поочередно сжать пальчики, начиная с мизинца)*
Пять пальцев мы в кулак зажали,
Пять видов транспорта назвали. *(сжимать и разжимать пальчики)*

Наша армия

Аты - баты, аты - баты! *(«шагать» указательным и средним пальцами)*
На парад идут солдаты! *(поочередно соединять пальцы с большим пальцем)*
Вот идут танкисты,
Потом артиллеристы,
А потом пехота –
Рота за ротой.

На поляне дом стоит

На поляне дом стоит *(Сложить руки над головой в виде крыши)*
Ну а к дому путь закрыт. *(«ворота» из сложенных ладошек)*
Мы ворота открываем, *(ладони развернуть друг к другу)*
В этот домик приглашаем. *(руками показать приглашение)*

Кулачки, ладошки

Есть у любого два кулачка, *(пальцы сжать в кулаки, показать)*
Хлопнул одним по другому слегка. *(слегка ударить одним кулаком по другому)*
Ну, а ладошки не отстают, *(разжать пальцы)*
Следом за ним весело бьют. *(хлопки ладонями)*
Кулачки быстрее бьют, *(быстро ударить одним кулаком по другому)*
До чего стараются,
А ладошки тут, как тут, *(быстрые хлопки ладонями)*
Так и рассыпаются.