## Картотека

Пальчиковая гимнастика

## для детей 1-2 лет

### Кулачок

Этот пальчик — маленький, (загибаем мизинчик)
Этот пальчик — слабенький, (загибаем безымянный пальчик)
Этот пальчик — длинненький, (загибаем средний пальчик)
Этот пальчик — сильненький, (загибаем указательный пальчик)
Этот пальчик — толстячок, (загибаем большой пальчик)
Ну а вместе — кулачок!

### В гости

В гости к пальчику большому (большой пальчик отогнут, остальные сжаты в кулак)
Приходили прямо к дому:
Указательный и средний, (в соответствии с текстом разгибать поочередно пальцы)
Безымянный и последний.
Сам мизинчик-малышок
Постучался на порог.
Вместе пальчики — друзья, (сжать пальцы в кулак и разжать их)
Друг без друга им нельзя.

### Сидит белка на тележке

Сидит белка на тележке, (сжимание и разжимание пальчиков в кулачок в ритме потешки)
Продает она орешки: (начинаем загибать пальчики)
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заяньке усатому,
Кому в зобок,
Кому в платок,
Кому в лапочку.

## для детей 2-3 лет

### Клён

Ветер тихо клён качает, (пальчики растопырены и тянутся вверх)
Вправо, влево наклоняет: (качаем ладошками вправо-влево)
Раз — наклон и два — наклон, (наклоняем влево — вправо ладошки низко-низко)
Зашумел листвою клён. (пошевелить пальчиками)

### Кораблик

По реке плывёт кораблик,
Он плывёт издалека, (сложить руки лодочкой и делать волнообразные движения)
На кораблике четыре
Очень храбрых моряка. (показываем поднятые вверх 4 пальца)
У них ушки на макушке, (поднимаем руки к голове, показываем ушки согнутыми ладонями)
У них длинные хвосты, (приставляем руку к пояснице, изображаем движения хвостиком)
Но страшны им только [**кошки**](http://www.7ya.ru/pub/cats/),
Только кошки и коты. (обе руки поднимаем к голове, изображаем кошачьи когти и шипим)

### Торт

Тесто ручками помнем, (сжимаем-разжимаем пальчики)
Сладкий тортик испечем. (как будто мнем тесто)
Сеpединку смажем джемом, (кpуговые движения ладошками по столу)
А верхушку — сладким кpемом (круговые движения ладошками друг об друга)
И кокосовою кpошкой
Мы присыплем торт немножко (сыплем "крошку" пальчиками обеих рук)
А потом заваpим чай —
В гости друга пpиглашай! (одна рука пожимает другую)

## для детей 3-4 лет

### Зайка

Зайка по лесу скакал, (пальчики "скачут" по столу)
Зайка корм себе искал. (пальчиками обеих рук поочерёдно перебираем по столу)
Вдруг у зайки на макушке
Поднялись, как стрелки, ушки. (изображаем ушки ручками)
Шорох тихий раздается:
Кто-то по лесу крадется. (пальчики медленно идут по столу)
Заяц путает следы,
Убегает от беды. (пальчики быстро-быстро бегают по кругу на столе)

### Апельсин

Мы делили апельсин! (руки сцеплены в замок, покачиваем)
Много нас, (пальцы растопыриваем)
А он один. (показываем только один палец)
Эта долька для ежа, (пальцы сложены в кулачок, отгибаем по одному пальчику)
Эта долька для стрижа, (отгибаем следующий пальчик)
Это долька для утят, (отгибаем следующий пальчик)
Это долька для котят, (отгибаем следующий пальчик)
Эта долька для бобра, (отгибаем следующий пальчик)
А для волка кожура! (ладони вниз, пальчики растопырены)
Он сердит на нас, беда! (погрозить пальцем)
Разбегайтесь кто куда! (сымитировать бег пальцами по столу)

### Улитка

Тычет рожками улитка — (большой палец правой руки придерживает средний и безымянный; указательный и мизинец — прямые)
Заперта в саду калитка.(тычет "рожками" в ладонь левой руки)
Отвори скорей калитку, (левая рука "открывает" калитку),
Пропусти домой улитку (правая рука "проползает").

## для детей 4-7 лет

### Дни недели

В понедельник я стирала, (кулачки трём друг о друга)
Пол во вторник подметала. (кисти расслабленных рук вниз и делаем имитирующие движения по столу)
В среду я пекла калач, (печём "пирожки")
Весь четверг искала мяч, (правую руку подносим ко лбу и делаем "козырёк")
Чашки в пятницу помыла, (пальцы левой руки полусогнуты, ладонь стоит на ребре, а указательным пальцем правой руки водим по кругу внутри левой руки)
А в субботу торт купила. (ладошки раскрыты и соединены вместе по стороне мизинцев)
Всех подружек в воскресенье
Позвала на день рождения. (машем ладошками к себе)

### Горох

Пять маленьких горошин
Заперты в стручке. (переплетя пальцы, сжимаем руки вместе)
Вот выросла одна,
И тесно ей уже. (выпрямляем большие пальцы)
Но вот растёт вторая,
И третья, а потом
Четвёртая, пятая... (выпрямляем пальцы поочерёдно)
Сказал стручок: "Бом!". (хлопаем)

### Зима

# Раз, два, три, четыре, пять, (загибаем пальчики по одному)Мы во двор пошли гулять.Бабу снежную лепили, (имитируем лепку комков),Птичек крошками кормили, ("крошим хлебушек" всеми пальчиками)С горки мы потом катались, (ведем ладошкой правой руки по ладони левой руки)А еще в снегу валялись. (кладем ладошки на стол то одной, то другой стороной)Все в снегу домой пришли, (отряхиваем ладошки)Съели суп и спать легли. (производим движения воображаемой ложкой, кладем руки под щеку)

# Пальчиковая гимнастика в средней группе

#### Птички

Маленькая птичка

Принесла яичко.

Мы с яичком поиграем,

Мы яичко покатаем,

Покатаем, не съедим-

Мы яичко отдадим.

Детям раздаются маленькие шарики, они катают их между ладошками.

#### Перелетные птицы

Тили-тели, тили- тели- Скрестить большие пальцы, помахать ладошками.

С юга птицы прилетели!

Прилетел к нам скворушка- Поочередно сгибать пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки.

Серенькое перышко.

Жаворонок, соловей

Торопились: кто скорей.

Цапля, лебедь, утка, стриж,

Аист, ласточка и чиж- Снова, скрестив большие пальцы, помахать ладошками.

Все вернулись, прилетели,

Песни звонкие запели! Указательным и большим пальцами сделать «клюв» - «птицы поют».

#### Птички прилетали

Птички прилетали, Пальцами обеих рук производить движения вверх- вниз. Сжать пальцы в кулачок.

Крыльями махали.

Сели. Посидели

И дальше полетели.

**Дятел**

Вдруг в лесу раздался стук. Постукивать по столу подушечкой указательного пальца правой руки.

Это дятел долбит сук.

Он деревья не калечит,

Он деревья лечит.

#### Птички в гнезде

Улетела птица- мать Машут «крыльями». «Малыши» - пальцы руки обхватывают левой ладонью.

Малышам жуков искать. Получается «гнездо». Шевеление пальцами правой руки.

Ждут малютки- птицы

Мамины гостинцы.

**Пальчиковая гимнастика.**

Дружба

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики.

Методические указания. Первые две строчки - обхватить правой ладонью левую и покачивать в ритме стихотворения. Следующие две строчки - обхватить левой рукой правую и покачивать в ритме стихотворения.

В гости кпальчикубольшому

В гости к пальчику большому

Приходили прямо к дому

Указательный и средний,

Безымянный и последний.

Сам мизинчик-малышок,

Постучался на порог.

Вместе пальчики-друзья,

Друг без друга им нельзя.

Методические указания. На первую строчку - выставляем вверх большие пальцы, на вторую - соединяем под углом кончики пальцев обеих рук. На третью - поочередно называемые пальцы соединяются с большим на двух руках одновременно. Затем вверх выставляются только мизинцы, другие пальцы сжаты в кулак. На шестую - кулачки стучат друг о друга. На последние две строчки - ритмичное сжатие пальцев на обеих руках.

**Наши пальцы**

Пальцы встали дружно в ряд (показать ладони с выпрямленными пальцами

Десять крепеньких ребят

(сжать пальцы в кулак) .

Эти два - всему указки (показать два указательных пальца,

Все покажут без подсказки (придержать их большими пальцами) .

Пальцы - два середнячка (показать два средних пальца,

Два здоровых бодрячка (придерживать их большими пальцами) .

Ну, а эти безымянны молчуны, всегда упрямы. (Показать безымянные пальцы, остальные придерживать большими пальцами) .

Два мизинца-коротышки (показать мизинцы, остальные придерживать большими пальцами) .

Пальцы главные средь них (показать два больших пальца, остальные сжать в кулаки,

Два больших и удалых.

**Шарик**

Надуваем быстро шарик -

Он становится большим.

Вдруг наш шарик лопнул,

Воздух вышел - ш-ш-ш!

Стал он тонким и худым.

Методические указания. Пальцы обеих рук собраны в щепотку и соприкасаются кончиками. Дуем на них - пальцы принимают форму шара. Воздух выходит - пальцы в исходное положение.

**Этот пальчик**

Этот пальчик в лес пошел,

Этот пальчик гриб нашел,

Этот пальчик чистить стал,

Этот пальчик жарить стал,

Этот пальчик все доел,

Оттого и похудел.

Методические указания. Загибать поочередно пальцы, начиная с мизинца.

За грибами

Солнце утром встало рано, всех детишек приласкало. (Ладони скресХтить, пальцы широко раздвинуть J солнышко.)

За грибами мы пошли. (Пальцы «идут» по столу, коленям.)

Три лукошка принесли. (Показать три пальца.)

Фигурки из палочек

В лес с корзинкой я пошел,

У пенька грибок нашел

Засолка капусты

Мы капусту рубим (резкие движения прямыми кистями вверх и вниз,

Мы капусту солим (движение пальцев, имитирующее посыпание солью из щепотки) .

Мы капусту жмем (интенсивное сжимание пальцев рук в кулак) .

Морковка

Не морковка - загляденье,

Выросла на удивленье,

Сочная да вкусная,

Для детей полезная.

Методические указания. Пальцы левой руки сжаты в щепоть и направлены вверх, ладонь правой руки с расставленными пальцами приставлена к щепоти левой.

Апельсин

Мы делили апельсин. Много нас, а он один. (Покрутить сжатым кулачком левой руки, растопырить пальцы правой руки, поднять указательный палец левой руки, остальные пальцы сжаты)

Эта долька для ежа. (Левая рука сжата в кулак, мизинец отогнут)

Эта долька для чижа. (Отогнуть безымянный палец.)

Эта долька для утят. (Отогнуть средний палец)

Эта долька для котят. (Отогнуть указательный палец)

Эта долька для бобра. (Отогнуть большой палец)

А для волка - кожура. (Ладонь повернуть тыльной стороной кверху, округлив пальцы, и погладить кожуру)

Он сердит на нас. Беда! (Ладони соприкасаются основаниями, чуть согну-тые пальцы постукивают по тем же пальцам другой руки - как волчьи зубы)

Разбегайтесь кто куда!

(Руки «разбегаются» по столу или по коленкам, стуча пальцами)

Слива

Мы пришли в фруктовый сад,

Стали сливы собирать.

Сливы, сладкие как мед,

Сами просятся к нам в рот.

Методические указания. Большой и указательный пальцы левой руки образуют овал, указательный палец правой руки полусогнут и приставлен к сливе (овал) .

Зайка

Под высокою сосной

Сидит заинька косой.

Методические указания. Одна рука -сосна (пальцы растопырены, подняты вверх, на второй руке указательный и средний пальцы образуют ушки зайца, остальные пальцы сжаты.

Елка

Елка быстро получается,

Если пальчики сцепляются.

Локотки ты подними,

Пальчики ты разведи.

Методические указания. Ладони от себя, пальцы скрещиваются (ладони под углом друг к другу). Пальчики выставляются вперед. Локти не прижимаются.

Дерево

У дерева ствол,

На стволе много веток,

А листья на ветках

Зеленого цвета.

Методические указания. Прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы растопырены и чуть-чуть приподняты вверх. Шевелить кистями и пальцами

Птичек стая

Пой-ка, подпевай-ка!

Десять птичек - стайка.

Эта птичка — соловей,

Эта птичка - воробей,

Эта птичка - совушка,

Сонная головушка,

Эта птичка — свиристель,

Эта птичка - коростель,

Эта птичка - скворушка,

Серенькое перышко,

Это зяблик, это стриж,

Это развеселый чиж,

Ну, а это злой орлан.

Птички, птички, по домам!

Методические указания. Пальцы обеих рук сжаты в кулаки. Услышав названия птиц, дети разжимают по одному пальцу сначала правой, а затем левой руки. На последние слова пальцы обеих рук сжимают в кулаки.

Скворечник

Скворец в скворечнике живет

И песню звонкую поет.

Методические указания. Ладони соприкасаются пальцами, большие загну-ты внутрь.

Птенчики в гнезде

Птичка крылышками машет

И летит к себе в гнездо.

Птенчикам своим расскажет,

Где она взяла зерно.

Методические указания. Обхватить все пальцы правой руки левой ладонью и шевелить ими

Утята

Раз, два - шли утята,

Три, четыре - за водой,

А за ними плелся пятый,

Позади бежал шестой,

А седьмой от них отстал,

А восьмой уже устал,

А девятый всех догнал,

А десятый напугал:

Громко, громко запищал:

- Пи-пи-пи! Не пищи,

Мы тут рядом, поищи.

Методические указания. Поочередно сгибать все пальцы правой, затем левой руки, начиная с большого. На звуки «Пи-пи-пи» (и до конца) ритмично сгибать и разгибать пальцы обеих рук.

Гусь

Гусь стоит и все гогочет,

Ущипнуть тебя он хочет.

Методические указания. Ладонь согнута под прямым углом. Большой палец отставлен немного вниз, другие прижаты друг к другу.

Пальчики

Раз, два, три, четыре, пять,

Вышли пальчики гулять.

Раз, два, три, четыре, пять,

В домик спрятались опять.

Методические указания. Пальцы сжаты в кулаки. Поочередно разгибать их, начиная с мизинца, затем сгибать в том же порядке.

Гости

Стала Маша гостей созывать: И Иван приди, и Степан приди, И Матвей приди, и Сергей приди, А Никитушка - ну пожалуйста! Стала Маша гостей угощать: И Ивану блин, и Степану блин, И Матвею блин, и Сергею блин, А Никитушке - мятный пряничек.

Методические указания. На первые четыре строки вращение кистей рук от

себя, на пятую - к себе. На остальные строки поочередно

массировать кончики пальцев правой руки.

"Теремок"

На полянке теремок

(ладошки соединяем домиком)

дверь закрыта на замок

(пальцы сомкнуты в "замок")

Из трубы идет дымок

(сомкнуть пальцы в колечки)

вокруг терема забор

(руки перед собой, пальцы прямые и сомкнутые)

чтобы не забрался вор.

тук-тук-тук

тук-тук-тук

(кулачок стучит по ладони)

Открывайте, я ваш друг!

(Руки развести в стороны)

Это упражнение я использую и в как отдых, и как упражнение по автоматизации звука. (Какие слова вы услышали, в которых есть звук Р)