

Пальчиковая гимнастика

...создаёт эмоциональный фон при выполнении упражнений, а ритмичная, чёткая речь усиливает контроль выполнения движений кистей рук и пальцев.

Пальчиковая гимнастика

Игрушки

На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
Два медведя, Буратино,
И весёлый Чиполлино,
И котёнок, и слонёнок.
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.



(Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками. Загибают поочередно все пальчики. Разгибают поочередно пальчики. Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками).

Осень

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем листья собирать.
Листья берёзы, листья рябины,
Листики тополя, листья осины,
Листики дуба мы соберём,
Маме осенний букет отнесём.

(Загибают пальчики, начиная с большого. Сжимают и разжимают кулачки. Загибают пальчики, начиная с большого. «Шагают» по столу средним и указательным пальчиками).



Огород. Овощи.

У Лариски – две редиски.
У Алёшки – две картошки.
У Сережки – сорванца –
Два весёлых огурца.
А у Вовки – две морковки.
Да ещё у Петьки две хвостатых редьки.



(Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого, на одной или обеих рук).

Сад. Фрукты.

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



(Левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают». Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Опять «варят» и «мешают»).

Домашние животные

Идёт коза рогатая
Идёт коза бодатая,
Ножками топ – топ!
Глазками хлоп – хлоп!
Кто каши не ест,

Молока не пьёт того коза
Забодает, забодает.

(Правой рукой изображаем рога, вытянув вперёд указательный палец и мизинец. Кончиками пальцев обеих рук ударяем по столу или по коленям. Хлопаем в ладоши).

Лес. Грибы.

Раз, два, три, четыре, пять,
В лес идём мы погулять.
За черникой,
За малиной,
За брусникой.
За калиной.
Землянику мы найдём
И братишке отнесём.



(Пальчики обеих рук «здороваются», начиная с больших. Обе руки «идут» указательными и средними пальцами по столу. Загибают пальчики, начиная с большого).

Дикие животные

Сидит белка на тележке,
Продаёт она орешки.
Лисичке – сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке косолапому,
Заиньке усатому.
Кому в зобок,
Кому в платок,
Кому в лапочку.

(Хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно. Загибают по одному пальчику, начиная с большого).

Одежда

Алёнка – малёнка шустра, быстра:
Воды наносила, сарафан дошила,
Носок довязала, ягод насбирала.
Песню допела, везде поспела.
В охотку ей дело.

(Хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза. Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза).

Обувь

Посчитаем в первый раз,
Сколько обуви у нас.
Туфли, тапочки, сапожки
Для Наташки и Серёжки,
Да ещё ботинки
Для нашей Валентинки,
А вот эти валенки
Для малышки Галеньки.



(Попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу. На каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого).

Мебель

Раз, два, три, четыре,
Много мебели в квартире.
В шкаф повесим мы рубашку,
А в буфет поставим чашку.
Чтобы ноги 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.

(Загибают пальчики, начиная с большого, на обеих руках. Сжимают и разжимают кулачки. Загибают пальчики, начиная с большого. Попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками).

Посуда

Раз, два, три, четыре,
Мы посуду перемыли:
Чайник, чашку, ковшик, ложку
И большую поварёшку.
Мы посуду перемыли,
Только чашку мы разбили,
Ковшик тоже развалился,
Нос у чайника отбился.
Ложку мы чуть – чуть сломали,
Так мы маме помогали.



(Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить. Одна ладонь скользит по другой по кругу. Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Одна ладонь скользит по другой. Загибают пальчики по одному, начиная с большого. Удар

кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить).

Профессии

Что принёс нам почтальон?
С толстой сумкой ходит он.
Перевод, журнал, газету.
В бандероли – две кассеты
И письмо от тёти Вали,
Чтоб её приезда ждали.

(Сжимают и разжимают кулачки; «шагают» пальчиками по столу. На каждое именование загибают по одному пальчику, начиная с большого).

Зима

Раз, два, три, четыре,
Мы с тобой снежок слепили.
Круглый, крепкий, очень гладкий
И совсем-совсем не сладкий.
Раз – подбросим.
Два – подбросим.
Три – уроним
И... сломаем.

(Загибают пальчики, начиная с большого. «лепят», меняя положение ладоней. Показывают круг, сжимают ладони вместе, гладят одной ладонью другую. Грозят пальчиком. Смотрят вверх, подбрасывают воображаемый снежок. Приседают, ловят воображаемый снежок. Встают, роняют воображаемый снежок. Топают).

Зимующие птицы

Сколько птиц к кормушке нашей
Прилетело? Мы расскажем.
Две синицы, воробей,
Шесть щеглов и голубей,
Дятел в пёстрых пёрышках.
Всем хватило зёрнышек.

(Ритмично сжимают и разжимают кулачки. На каждое название птицы загибают по одному пальчику. Опять сжимают и разжимают кулачки).

Домашние птицы

Шла утка бережочком,
Шла серая по крутому.
Вела детей за собою,

И малого, и большого,
И среднего, и меньшого,
И самого любимого.

(Пальцы в кулаке, поочерёдно раскрываем пальцы)



Новый год

Перед нами ёлочка:
Шишечки, иголочки.
Шарики, фонарики,
Зайчики и свечки,
Звёзды, человечки.

(Пальцы рук переплетены, из больших пальцев – верхушка «ёлочки». Кулачки, указательные пальчики выставлены. «Шарики» из пальцев вверх, вниз. «Ушки» из указательного и среднего пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты. Ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный пальцы стоят на столе).

Комнатные растения

В нашей группе на окне подросли цветочки:
Вот розан, герань, толстянка.
Колких кактусов семья.
Их польём мы спозаранку,
Я и все мои друзья.

(На каждое наименование цветка разгибаем пальчики).

Семья

Это пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Это пальчик – мама,
Этот пальчик – папа,
Этот пальчик буду я,
Это вся моя семья.

(Большой палец, указательный, средний, безымянный, мизинчик. Поднимаем левую руку и распрямляем все пальчики).

Части тела

Раз, два, три, четыре, пять.
Будем пальчики считать!
Крепкие, дружные,



Все такие нужные.
На другой руке опять;
Раз, два, три, четыре, пять!
Пальчики быстрые,
Хотя не очень... чистые.

(По очереди загибаем пальчики на правой руке. Ритмично сжимаем и разжимаем кулачки. Загибаем поочередно пальцы на левой руке. Машем пальчиками обеих рук).

Транспорт

Есть игрушки у меня:
Паровоз и два коня,
Серебристый самолёт,
Три ракеты, вездеход.
Самосвал, подъёмный кран –
Настоящий великан.
Сколько вместе?
Как узнать?
Помогите сосчитать!

(Пальцы в кулаке на каждое именование разгибаем палец).

Наша Армия

Пальцы - маленький отряд.
Бодро выстроились в ряд,
Все из нашего полка
Достают до потолка.

(Упражнение выполняют стоя. Дети поднимают руки над головой и тянутся вверх, вытягивая пальцы).

Дорожное движение

Шла по улице машина,
Шла машина без бензина.
Шла машина без шофёра,
Без сигнала светофора,
Шла, сама, куда не зная,
Шла машина заводная.

(Пальцы в кулаке. Ритмично сгибать и разгибать пальцы).

Мамин праздник

Как у нас семья большая
Да весёлая.
Два у лавки стоят,
Два учиться хотят,
Два Степана у сметаны
Объедаются.

Две Дашки у кашки
Питаются.
Две Ульки в люльке
Качаются.

(Ритмичные хлопки в ладоши и удары кулачками попеременно. Загнуть большие пальцы на обеих руках. Загнуть указательные пальцы на обеих руках. Загнуть средние пальцы. Загнуть безымянные пальцы. Загнуть мизинцы).

Весна

Кап, кап, кап – звенит капель.
Приближается апрель.

(Ритмично на каждый слог стучат по столу подушечками пальцев, начиная с большого).

Первоцветы

Наши алые цветы раскрывают лепестки,
Ветерок чуть дышит лепестки колышит.
Наши алые цветки закрывают лепестки,
Тихо засыпают головой качают.



(Обе руки ладонями друг к другу, в форме тюльпана. Медленно раскрывает пальцы. Покачивает кистями рук. Медленно закрывает пальцы. Покачивает сложенными кистями).

Дикие животные

По лесной лужайке разбежались зайки.
Вот какие зайки,
Зайки – побегайки.
Сели зайчики в кружок.
Роют лапкой корешок.
Вот какие зайки, Зайки – побегайки.

(Круговые движения руками вниз. «Бегаем» по столу указательными и средними пальцами обеих рук. Руки перед грудью /лапки зайца/. Руки на голове /уши зайца/. Рисуем в воздухе круг обеими ладонями. Ладони вниз, сгибаем и разгибаем пальцы /зайка роет корешок/. Руки перед грудью /лапки зайца/. Руки на голове /уши зайца/).

Домашние животные

Ой, ду – ду, ду – ду, ду – ду.
Потерял пастух дуду.
А я дудочку нашла,
Пастушку я отдала.
Ну – ка, милый пастушок,
Ты спеши – ка на лужок.
Там Бурёнка лежит,
На теляток глядит.
А домой не идёт,
Молочка не несёт.
Надо кашу варить,
Сашу кашей кормить.



(Пальцы обеих рук сложены в колечки и поднесены ко рту; дети выполняют круговые движения – «играют на дудочке». Ритмичные удары в ладоши и кулачками друг о друга попеременно. «Идут» указательными и средними пальцами по столу. Ритмичные удары в ладоши и кулачками друг о друга попеременно. Указательным пальцем правой руки «варят кашу» на левой ладошке).

Перелётные птицы

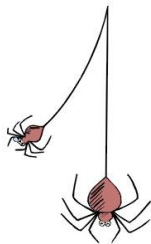
Ласточка, ласточка,
Милая касаточка,
Ты где была.
Ты с чем пришла? –
За морем бывала,
Весну добывала.
Несу, несу Весну – красну.



(На каждую строку большой палец «здоровается» дважды с одним пальчиком, начиная с указательного, - сначала на правой, потом на левой руке).

Насекомые

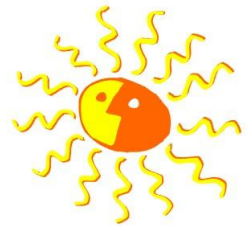
Прилетела к нам вчера
Полосатая пчела.
А за нею шмель – шмельёк
И весёлый мотылёк,
Два жука и стрекоза,
Как фонарики глаза.
Пожужжали, полетали,
От усталости упали.



(Машут ладошками. На каждое название насекомого загибают один пальчик. Делают кружочки из пальчиков и подносят к глазам. Машут ладошками. Роняют ладони на стол).

Поздняя весна

Дождик песенку поёт,
Только кто её поймёт?
Не пойму ни я, ни ты.
Но зато поймут цветы,
И весенняя трава,
И весенняя листва.
Лучше всех поймёт зерно,
Прорасти начнёт оно.
Кончился дождик.



(Пальцы постукивают по столу, сначала медленно, потом быстрее. Пальцы барабанят быстро – быстро. Пальцы стучат всё медленнее, останавливаются).

Аквариумные рыбки

Жил да был один налим.
Два ерша дружили с ним.
Прилетали к нам три утки
По четыре раза в сутки
И учили их считать:



Раз, два, три, четыре, пять.

(Плавные движения сложенными ладошками, имитирующие движения пловцов. Ладони раздвинуты; движения ладонями порознь. Руки сложены накрест, взмахи ладонями. Сжимать и разжимать кулачки. Загибать пальчики, начиная с большого).

Наш город

Молотком и топором
Строим, строим новый дом.
В доме много этажей
Много взрослых и детей.

(Кулачками стучат, пальчики разгибают и сгибают).

Растения

Ветер дует нам в лицо.
Закачалось деревцо.
Ветерок чуть тише, тише деревцо,
Всё выше, выше.



(Руками машем себе в лицо. Руки вверх и качаемся. Медленно приседаем. Медленно встаём, поднимаемся на носочки, руки вверх).