

МДОБУ Детский сад №4

«Дюймовочка»

г.Минусинск

Картоотека

ПАЛЬЧИКОВОЙ

ГИМНАСТИКИ



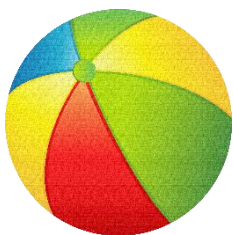
Воспитатели группы №8 «Росинка»

Широкова Е.В.

Абрекова В.В.

*Тема «Детский сад»*

*Тема «Наша группа»*



Раз, два,  
три,  
четыре,  
пять,  
Будем

пальчики считать -  
Крепкие, дружные,  
Все такие нужные.

Тише, тише, тише,  
Не шумите!  
Наших деток не будите!  
Птички станут щебетать,  
Будут пальчики вставать.

\*\*\*

Этот пальчик хочет спать,  
Этот пальчик – прыг в  
кровать,  
Этот пальчик прикорнул,  
Этот пальчик уж уснул.  
Встали пальчики, ура!  
В детский сад идти пора.

*(поочерёдно разгибать  
все пальцы, начиная с  
большого)*

*(поднять кисть руки  
вверх, широко  
раздвинуть пальцы;  
поочерёдно сгибать их в  
кулачок, начиная с  
большого)  
(на слове “вставать” -  
открыть кулачок,  
широко раздвинув  
пальцы)*

*Дети поочередно  
загибают пальчики  
руки.*

*Дети  
машут  
кистями  
рук.*



Дружат в нашей группе  
Девочки и мальчики.  
Мы с тобой подружим  
Маленькие пальчики.  
Раз, два, три, четыре,  
пять  
Начинаем мы считать  
Раз, два, три, четыре,  
пять  
Мы закончили считать

*пальцы рук соединяют в  
замок несколько раз*

*пальцы с мизинчика  
поочередно . соединяют  
друг с другом*

*руки вниз, встряхивают  
кистями*





Автобус,  
троллейбус,  
машина,

*соединение пальцев по  
очереди с большим*

трамвай –

О них ты на улице не  
забывай.

В морях – корабли,  
ледоколы, суда, Они  
очень редко заходят  
сюда.

*то же пальцами другой  
руки*



На базар ходили мы,  
Много груш там и  
хурмы,  
Есть лимоны,  
апельсины,  
Дыни, сливы,  
мандарины,  
Но купили мы арбуз –  
Это самый вкусный  
груз!

*Соединение пальцев  
подушечками, начиная с  
мизинцев, по одной паре  
пальцев на каждую  
стихотворную строчку;  
При этом ладони не  
соприкасаются.*

*пальцы сжимаются в  
кулак, а большой  
отводится вверх*



У Лариски –  
две редиски.  
у Лариски –  
две редиски.  
У Алешки –

две картошки.

У Сережки-сорванца – два  
зеленых огурца.

А у Вовки – две морковки.

Да еще у Петьки две  
хвостатых редьки

*по очереди разгибать  
пальчики*



Вышла



курочка гулять

Свежей травки

пощипать

А за ней ребятки -

желтые цыплятки

«Ко-ко-ко, ко-ко-ко»

Не ходите далеко

Лапками гребите

Зернышки ищите

*шагают двумя пальцами*

*щиплющие движения*

*хлопают в ладоши*

*грозят пальцем ведущей  
руки*

*дети собирают зерна  
двумя пальцами*



Повстречались два котёнка: «Мяу – мяу».  
Два щенка: «Ав – ав».  
Два жеребёнка: «И-го-го»  
Два телёнка, два быка:  
«Му-у».  
Смотри, какие рога!

*На каждую фразу соединять пальцы левой и правой рук по одному начиная с мизинца. На последнюю фразу показать «рога».*



У лисы в лесу глухом  
Есть нора – надёжный дом.  
Не страшны зимой метели  
Белочке в дупле на ели.  
Под кустами ёж колючий  
Нагребают листья в кучу.  
Из ветвей, корней, травы  
Хатки делают бобры.  
Спит в берлоге косолапый,  
До весны сосёт там лапу.  
Есть у каждого свой дом,  
Всем тепло уютно в нём.

*Дети загибают на обеих руках пальцы: по одному пальцу на каждое двистишьё.*

*Ударяют ладонями и кулачками поочерёдно.*



*Тема «В гостях у трех медведей»*

Мы капустку рубим — рубим,  
Мы капустку солим — солим,  
Мы капустку трем — трем,  
Мы капустку жмем — жмем.



*Имитация движений*

«Варим, варим мы компот» (фрукты)  
Будем мы варить компот  
Фруктов нужно много.  
Вот.  
Будем яблоки крошить,  
Груши будем мы рубить,  
Отожмем лимонный сок,  
Слив положим и песок.  
Варим, варим мы компот  
Угостим честной народ.

*левую ладонь держать «ковшиком», а указательным пальцем правой руки мешать*

*загибать пальцы по одному, начиная с большого*



*правую ладонь держать «ковшиком», а указательным пальцем левой руки мешать*

*Тема «Книжки»*

Сидели три медведя  
В избушке за столом  
Муку они мололи  
Чтоб печь пирог потом  
Раз – кхе, кхе. Два – кхе,  
кхе  
Все испачкались в муке  
Нос в муке, хвост в муке  
Уши в кислом молоке



*сжимать пальцы в кулак  
и разжимать*

*круговые движения  
кулачком по ладошке  
«печь» пирожки*

*отряхнуть ладошки*

*потереть уши*



Две проказницы  
мартышки  
Полистать любили  
книжки.  
Потрясти их, полизать  
И как будто почитать.  
Ловко принялись за  
дело  
И очки они надели.  
К носу книжку  
поднесли,  
Вдруг подальше  
отвели.  
Ничего в очках не  
видно.  
И мартышкам так  
обидно!

*Выполнять движения,  
соответствующие  
тексту*

*Показать руками «очки»  
ладошки приблизить к  
лицу*

*Ладошки отдалить от  
лица*

*Вытираем щечки, «слезы»*





У кошечки  
нашей есть  
десять

котят,  
Сейчас все котята по  
парам стоят:  
Два толстых, два ловких  
Два длинных, два  
хитрых,  
Два маленьких  
самых  
И самых красивых.

*Ладочки складываем,  
пальцы прижимаем друг  
к другу*

*Постукиваем  
соответствующими  
пальцами друг о друга  
(от большого к мизинцу).*



Тема «День и ночь»



Как у  
нашей  
кошки

На ногах сапожки.  
Как у нашей свинки  
На ногах ботинки.  
Как у пса на лапках  
Голубые тапки.  
А козленок маленький  
Надевает валенки.  
А сыночек Вовка —  
Новые кроссовки.  
Вот так. Вот так.  
Новые кроссовки.

*Загибают по одному  
пальчику, начиная с  
больших, на обеих руках на  
каждое название обуви*

*Ритмично выполняют  
хлопки ладонями и удары  
кулачками.*



Тема «Зимушка-зима»



Утром солнышко встает  
выше, выше  
Ночью солнышко зайдет  
ниже, ниже  
Хорошо, хорошо  
солнышку живется,  
И нам всем с солнышком  
весело живется.

*руки высоко вверх*

*руки вниз*

*делаем ручками  
фонарики*

*хлопаем в ладоши*



Тема «Подарки»

Раз, два,  
три,  
четыре,  
пять  
Собираемся гулять.



Катя саночки везет  
От крылечка до ворот,  
А Сережа по дорожке  
Девочки и мальчики  
Прыгают как зайчики.

*по очереди разгибаем  
пальчики,*

*показывают  
растопыренные пальцы*

*сложить руки как  
«зайчики»*



Тема «Новогодний праздник»



Дед Мороз  
принес  
подарки:

Буквари, альбомы, марки,  
Кукол, мишек и машины,  
Попугая и пингвина,  
Шоколадок полмешка  
И пушистого щенка!  
Гав! Гав!

*На каждое название  
подарка загибают по  
одному пальчику*

*Руками показать «ушки»  
щенка*



Тема «Гости»



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

*пальцы рук переплетены,  
большие пальцы,  
поднятые вверх, -  
верхушка «ёлочки».*

*Фонарики*

*Показывают «зайчиков»*

*Показывают «звёзды» -  
ладошки с  
растопыренными  
пальцами*



Тема «Зимние развлечения»

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 нам нельзя

*Поднять вверх большой  
пальчик  
Соединить вместе  
пальцы, которые  
перечисляются.  
Сжать пальцы обеих рук  
и постучать  
друг об друга.  
Ритмично сжимать и  
разжимать кулак.*



Тема «Зимние холода»

Раз, два, три, четыре,  
пять,  
Мы во двор пришли  
гулять.  
Бабу снежную лепили.  
Птичек крошками  
кормили,  
С горки мы потом  
катались.  
А еще в снегу валялись.  
Все в снегу домой  
пришли,  
Съели суп и спать легли.

*загибать пальчики по  
одному  
имитировать лепку  
комков  
«крошить хлебушек»  
вести указательным  
пальцем правой руки по  
ладони левой руки  
отряхивать ладошки  
положить руки под щеку*



Тема «Путешествие в Африку с Айболитом»

Холод. Зима. Пальцы мои  
Дружно ругают зимние  
дни.

Пальчик-малыш жалуется:

«Ой-ой-ой!

Холод-то какой!»

Указательный палец  
шепчет тихонько:

«Эх-эх-эх!

А вдруг пойдет снег?»

Средний палец ворчит:

«Ох-ох-ох!

От ветра я оглох!»

Безымянный палец  
кричит:

«Ай-ай-ай!

Солнце, вылезай!»

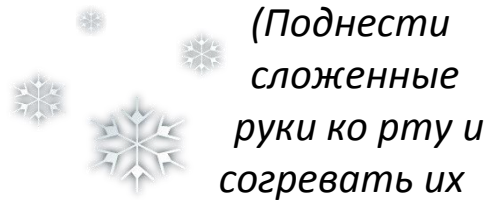
Здоровяк большой палец  
восклицает:

«Ах-ах-ах!

Жаль, я не в сапогах!

Ух-ух-ух!

Дайте мне кожан!»



*(Поднести  
сложенные  
руки ко рту и  
согреть их  
своим дыханием)*

*Пальцы сжаты в  
кулачок. Сгибать и  
разгибать мизинец на  
обеих руках) (Пальцы  
сжаты в кулачок.  
Сгибать и разгибать  
указательный палец)  
(Сгибать и разгибать  
средний палец)  
(Сгибать и разгибать  
безымянный палец)  
(сгибать и разгибать  
большой палец)*

Добрый доктор  
Айболит,

Он мышонку говорит:

Правила движения,  
Все, без исключения,

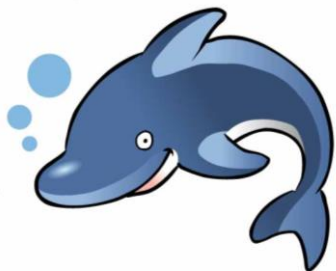
Знать должны  
зверюшки:

Барсуки и хрюшки,  
Зайцы и тигрята,

Мышата и котята.

*каждый палец стучит о  
большой 3 раза потирание  
ладоней друг о друга  
Вращательные движения  
кистями  
Сжимание и разжимание  
пальцев рук*





Жил да был один  
дельфин,  
Два конька дружили с  
ним.  
Приплывали к ним  
киты,                   руки  
И акула и моржи.  
Те учили их  
считать:  
Раз, два, три, четыре,  
пять.

*перед грудью, плавные  
движения влево - вправо.  
ладони развернуты  
вертикально,  
поочередные движения  
вверх - вниз.  
сложены накрест,  
взмахи ладонями.  
сжимаем и разжимаем  
кулачки. Загибаем  
пальчики, начиная с  
большого*



Тема «Чаяпитие»

Аты-баты, аты-баты!  
На парад идут солдаты!  
Вот идут танкисты,  
Потом артиллеристы,  
А потом пехота -  
Рота за ротой!

Пальцы эти – все бойцы.  
Удалые молодцы.  
Два больших и крепких  
малых  
И солдат в боях бывалых.  
Два гвардейца – храбреца!  
Два сметливых молодца!  
Два героя безымянных,  
Но в  
работе  
очень  
рьяных!  
Два  
мизинца  
–  
коротышки  
–  
Очень  
славные  
мальчишки!



*(Поочередно «шагают»  
указательным и средним  
пальцами правой и левой руки)*

*Растопырить пальцы  
сжать их в кулак  
Приподнять два больших  
пальца, другие крепко  
прижать к столу.  
Приподнять указательные  
пальцы, другие крепко  
прижать к столу.  
Приподнять средние пальцы,  
другие крепко прижать к  
столу.  
Приподнять безымянные  
пальцы, другие крепко  
прижать к столу.  
Приподнять мизинцы.  
Хлопнуть ладонями по столу.*

Тема «Праздник бабушек и мам»

Черепашки, не скучая,  
Пьют вторую чашку чая

С сушками  
Ватрушками

Крендельками и блинами  
А еще с вареньем  
И с вкусненьким  
печеньем

Любят наши черепашки

Выпит  
чая по  
две  
чашки



*Исходное положение:  
сидя на ковре, на  
коленях.*

*(растираем ладошки  
между собой до тепла)*

*(поднимаем вверх  
большие пальцы)*

*(указательные пальцы)*

*(средние пальцы)*

*(безымянные пальцы)  
(мизинцы)  
(растираем ладошки  
между собой)*

«Дружно маме  
помогаем –  
Пыль повсюду  
вытираем.  
Мы белье теперь  
стираем

Полощем, отжимаем.  
Подметаем все кругом  
И бегом за молоком.

Маму вечером  
встречаем,  
Двери настежь  
открываем,  
Маму крепко  
обнимаем».

\*\*\*

Ой, в нашем цветнике  
Большой цветок на  
стебельке  
От ветерка  
качается,  
И мне  
улыбается!  
Я мамочку поцелую  
И цветочек подарю ей!

*Движения по тексту*

*Раскрывать и закрывать  
кулачок, пальчики, будто  
лепестки.*

*Движения  
руками  
вправо-  
влево.  
Мимика,  
жесты.*



Чтобы нам добыть огонь,  
Трем ладонью о ладонь.  
Вдруг ладошка  
заискриться  
И бумажка загорится!

*Трем ладонью о ладонь*

*Машем указательным  
пальцем*



Тема «Весна»

Что делать после  
дождика?  
По лужицам  
скакать!  
Что делать после  
дождика?  
Кораблики  
пускать!  
Что делать после  
дождика?  
На радуге  
кататься!  
Что делать после  
дождика?  
Да просто  
улыбаться!



*Соединяем по  
очереди все  
пальцы с  
большими.  
Соединяем все*

*пальцы рук с большими.  
Рисуем обеими руками  
восьмёрку.*

*Соединяем все пальцы с  
большими. Руки перед  
грудью, кисти опущены  
вниз, каждая рука  
очерчивает дугу.  
Соединяем все пальцы с  
большими. Улыбаемся.*

Тема «Дом»

Птичка, птичка, прилетай!  
Весну-красну зазывай!  
Птичка крылышками  
машет,  
Веселит детишек наших!

движения рук летит  
птичка.

Протягивают руки вперед  
Руки внизу Руки  
соединяют в бутон на  
уровне глаз  
Медленно раздвигают  
пальцы («цветок  
раскрылся»)

К нам Весна лишь  
заглянула -  
В снег ладошку окунула ,  
И расцвел там нежный,  
Маленький подснежник



Тема «Небо»

Я хочу построить дом,  
Чтоб окошко было в нём,  
Чтоб у дома дверь была,  
Рядом чтоб сосна росла  
Чтоб вокруг забор стоял  
Пёс ворота охранял.  
Солнце было,  
Дождик шёл,  
И тюльпан в саду расцвёл

\*\*\*

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

*Руки над головой "домиком"  
Руки перед глазами «окошко»  
Пальцы растопырены, руки  
тянем вверх Руки перед  
собой кольцом  
Одна рука "пёс".) Скрестить  
кисти рук, пальцы  
растопырены.  
Стряхивающие" движения)  
(Пальцы-лепестки смотрят  
вверх).*

*Ритмично сжимать и  
разжимать кулачки.  
Загибать пальчики, начиная  
с больших,  
на каждое название мебели.  
Ритмично попеременно  
хлопать в  
ладоши и  
стучать  
кулачком о  
кулачок.*



Тема «Выдумщики и изобретатели»





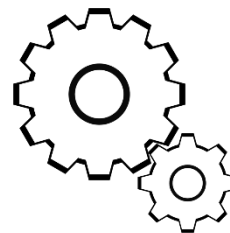
Здравствуй, солнце  
золотое!  
Здравствуй, небо голубое!  
Здравствуй, вольный  
ветерок,  
Здравствуй, маленький  
дубок!  
Мы живем в одном краю -  
Я вас всех приветствую

*пальцами правой руки по  
очереди «здороваться» с  
пальцами левой руки,  
похлопывая их  
кончиками*

Пошли пальчики гулять,  
А вторые догонять.  
Третьи пальчики бегом,  
А четвертые пешком,  
Пятый пальчик поскакал  
И в конце пути упал.

*Пальцы обеих  
рук сжимают в кулаки,  
большие пальцы как бы  
прыжками двигаются*

*Выполняются ритмичные  
движения указательными  
пальцами  
средними пальцами в  
быстром темпе  
медленные движения  
безымянных пальцев  
ритмичные движения  
мизинчиками  
хлопок обеими ладонями по  
коленям*



Прилетела к нам вчера  
Полосатая пчела.  
А за нею шмель-шмелек  
И веселый мотылек,  
Два жука и стрекоза,  
Как фонарики глаза.  
Пожужжали, полетали,  
От усталости упали.

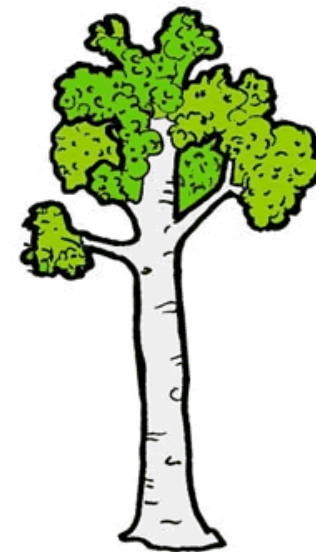
*машут ладошками на  
каждое название  
насекомого  
загибают пальчик  
делают кружочки из  
пальчиков подносят к  
глазам  
роняют ладони*



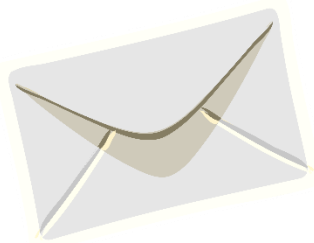
Тема «Почта»

Раз, два, три, четыре,  
пять,  
Будем листья собирать.  
Листья березы,  
Листья рябины,  
Листики тополя,  
Листья осины

*Загибают пальчики,  
начиная с большого*



Тема «Лето»



Что принес нам  
почтальон?  
С толстой сумкой ходит  
он.  
Перевод, журнал, газету,  
В бандероли — две  
кассеты  
И письмо от тети Вали,  
Чтоб ее приезда ждали.

*сжимают и разжимают  
кулачки*

*«Шагают» пальчиками*

*На каждое наименование  
загибают по одному  
пальчику, начиная с  
большого*



В прятки пальчики  
играют  
И головки убирают,  
Словно синие цветки,  
Распускают лепестки  
Наверху качаются,  
Низко наклоняются.  
Колокольчик  
голубой  
Поклонился, повернулся  
К нам с тобой.  
Колокольчики-  
цветы  
Очень вежливы, а  
ты?

*сжимать и разжимать  
пальцы рук  
открывать и закрывать  
глаза  
сводить и разводить  
пальцы «веером»  
качание и наклоны кистей  
вправо-влево  
круговые движения  
кистями  
повороты кистями вправо-  
влево,  
ладони опустить*