

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 92 «Веснушка»

КАРТотеКА
ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ
5-6 лет



Составитель: воспитатель

Банишева Л.В.

г. Сургут, 2021г.

«Замок»

На двери висит замок —
Кто его открыть бы смог? *(Быстрое соединение пальцев в замок.)*
Потянули... *(Тянем кисти в стороны.)*
Покрутили... *(Волнообразные движения.)*
Постучали... *(Пальцы сцеплены в замок, дети стучат ладонями.)*
И открыли! *(Пальцы расцепились.)*

«Помощники»

Вот помощники мои,
Как их хочешь поверни.
Раз, два, три, четыре, пять.
Не сидится им опять.
Постучали, повертели
И работать захотели.
Поработали немного,
Но дадим им отдохнуть. *(Выполнять движения пальцами в соответствии с содержанием стихотворения.)*

«Помиримся»

Два больших пальца спорят:
(Дети сжимают руки в кулаки, сближают их и помещают перед грудью.)
Кто главней из них двоих?
(Вытягивают вверх большие пальцы и начинают их сгибать и разгибать.)
Не дадим случиться ссоре
И помирим тут же их. *(Сцепляют большие пальцы друг с другом.)*

«Удивительно»

Наши пальцы сжались тесно.
Удивительно интересно! *(Дети сжимают левую руку в кулак.)*
Видно, им прохладно стало, *(Правой рукой обхватывают кулак и сильно сжимают.)*
Их укроем одеялом. *(Затем меняют руки. Потом опускают руки и слегка трясут ими.)*

«Прогулка»

Пошли пальчики гулять, *(Пальцы рук сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу.)*
А вторые догонять, *(Ритмичные движения по столу указательных пальцев.)*
Третьи пальчики бегом, *(Движения средних пальцев в быстром темпе.)*
А четвертые пешком, *(Медленные движения безымянных пальцев по столу.)*
Пятый пальчик поскакал *(Ритмичное касание поверхности стола обоими мизинцами.)*
И в конце пути упал. *(Стук кулаками по поверхности стола.)*

«Маланья»

У Маланьи, у старушки (*Хлопки в ладоши: то правая, то левая рука сверху.*)
Жили в маленькой избушке (*Сложить руки углом, показывая «избушку».*)
Семь сыновей, (*Показать семь пальцев.*)
Все без бровей, (*Очертить брови пальцами.*)
Вот с такими ушами, (*Ладони с растопыренными пальцами поднести к ушам.*)
Вот с такими носами, (*Показать длинный нос, поставив ладони с растопыренными пальцами друг за другом.*)
Вот с такой головой, (*Очертить большой круг вокруг головы.*)
Вот с такой бородой! (*Показать руками большую бороду.*)
Они не пили и не ели, (*Одной рукой поднести ко рту «чашку», другой — «ложку».*)
На Малинью все глядели (*Держа руки у глаз, похлопать пальцами, как ресницами.*)
И все делали вот так... (*Дети показывают загаданные действия только при помощи пальцев.*)

«Белка»

Сидит белка на тележке, (*Исходное положение — кисти рук сжаты в кулак.*)
Продает она орешки, (*Круговые движения кистью вправо, влево.*)
Лисичке-сестричке, (*Разогнуть большой палец.*)
Воробью, (*Разогнуть указательный палец.*)
Синичке, (*Разогнуть средний палец.*)
Мишке толстопятому, (*Разогнуть безымянный палец.*)
Зайншке усатому. (*Разогнуть мизинец.*)
Вот так! (*Раскрыть кисть — пальцы в стороны и в исходное положение.*)

«У Петинной сестрицы»

У Петинной сестрицы (*Ритмичные удары пальцами правой руки по левой ладони.*)
По деревне небылицы: (*Ритмичные удары пальцами левой руки по правой ладони.*)
Ходит утка в юбке,
В теплом полушубке,
Куточка — в жилете,
Петушок — в берете,
Коза — в сарафане,
Зайншка — в кафтане. (*На каждое название животного загибаем пальцы на руках, начиная с большого.*)

«Магазин»

Мы пришли в магазин. (*Идут пальчиками по столу. Вытягивают вперед слегка согнутые в локтях руки, сцепив их перед собой.*)
Мы купили торт — один, (*Показывают 1 палец.*)
Плюшек — две, (*Хлопают в ладоши 2 раза и показывают 2 пальца.*)
Ватрушек — три, (*Хлопают в ладоши 3 раза и показывают 3 пальца.*)
А киви купили — сразу четыре! (*Вертят кулачками и показывают 4 пальца.*)

«Приготовили обед»

Сели как-то мы обедать *(Имитация движения ложкой.)*
И позвали в дом соседей. *(Позвать движением ладони к себе.)*
Скатерть белую накрыли, *(Движения разглаживаем скатерть.)*
Ложки, вилки разложили, *Пошаговые движения правой рукой ладонью вниз слева направо.)*
Хлеб нарезали и сыр, *(Движения вверх и вниз ребром ладони.)*
Приготовили гарнир, *(Резкое потирание кончиками пальцев.)*
Помешали его в чашке *(Вращательные движения вперед, одна рука заходит за другую.)*
И добавили колбаски. *(Из большого и указательного пальцев сделать кольца, соединить их, а потом развести в стороны, изображая круглую колбасу.)*
А из фарша всем котлеты
Жарили мы без диеты. *(Ладони накладываются попеременно одна на другую.)*
Посолили, поперчили, *(Мелкие движения щепотью пальцев.)*
Замесили. Не забыли *(Сжатие и разжатие пальцев рук.)*
Лук сердитый положить *(Показать «сбор слез» в ладонь.)*
И скорее все закрыть. *(Хлопок в ладонь горизонтально.)*
Наготовились, устали,
Печь пирожное не стали. *(Провести по лбу тыльной стороной руки.)*

«Подарки»

Пальцы в гости к нам пришли
И подарки принесли.
Будем мы их представлять
И подарки принимать.
Вот большой, он палец мудрый,
Книгу хочет нам вручить.
Указательный придумал
Нам фонарик подарить.
Средний нам принес коробку.
Интересно, что же в ней?
Пластин есть и бумага
И набор карандашей.
Безымянный — славный мальчик,
Всем друзьям принес он мячик.
А малыш — мизинчик
Игрушечный автомобильчик.
Скажем мы: «Спасибо, пальцы!»
И продолжим заниматься. *(Выполнять движения соответственно тексту.)*

«В гости»

В гости к пальчику большому
(*Большой палец отогнут, остальные сжаты в кулак. В соответствии с текстом разгибать поочередно пальцы.*)

Приходили прямо к дому
Указательный и средний,
Безымянный и последний.
Сам мизинчик-малышок
Постучался на порог.
Вместе пальчики — друзья,
Друг без друга им нельзя!
(*Сжать пальцы в кулак и разжать их.*)

«Дружная семейка»

Этот пальчик большой —
(*Руку сжать в кулак, поочередно разгибать пальцы, начиная с большого.*)
Это папа дорогой.
Рядом с папой — наша мама.
Рядом с мамой — брат старшой.
Вслед за ним сестренка —
Милая девчонка.
И самый маленький крепыш —
Это славный наш малыш.
Дружная семейка! (*Сжать руку в кулак несколько раз.*)

«Смелый капитан»

На корабле из дальних стран (*Показать «корабль».*)
Плывет отважный капитан. (*Показать капитана.*)
Из тесной рубки у штурвала, (*Крутят штурвал.*)
В бинокль видел он немало. (*Смотрят в «бинокль».*)

«У девочек и мальчиков»

У девочек и мальчиков
На руке пять пальчиков:
Палец большой — парень с душой,
Палец указательный — господин влиятельный,
Палец средний — тоже не последний.
Палец безымянный — с колечком ходит чванный,
Пятый — мизинец, принес вам гостинец.

«Колючий клубок»

Ходит-бродит вдоль дорожек
Весь в иголках серый ежик.
Чтобы волк не уволок,
Превратился еж в клубок.

«Как живёшь?»

- Как живёшь? - Вот так! *(показать большой палец)*
- А идешь? - Вот так»! *(«шагать» пальчиками по столу)*
- Как даешь? - Вот так! *(протягивать открытую ладонь)*
- Ждёшь обед? - Вот так! *(кулачок подпирает лицо)*
- Машешь вслед? - Вот так! *(помахать рукой)*
- Утром спишь? - Вот так! *(2 ладошки под щекой)*
- А шалишь? - Вот так! *(щёки надули и руками лопнули)*

«Осенние листья»

Раз, два, три, четыре, пять, - *загибаем пальчики, начиная с большого*
Будем листья собирать. - *сжимаем и разжимаем кулачки*
Листья березы, - *загибаем пальчики, начиная с большого*
Листья рябины,
Листики тополя,
Листья осины,
Листики дуба мы соберем,
Маме осенний букет отнесем – *пальчики «шагают» по столу.*

«Месим тесто».

Тесто мнем, мнем, мнем! *руками имитируем процесс вымешивания теста*
Тесто жмем, жмем, жмем! *очень энергично сжимаем и разжимаем руки в кулачки (одновременно и поочередно)*
Пироги мы испечем. *руками совершаем движения, как будто лепим снежки*

«Салат».

Мы морковь чистим- чистим, *(Энергично проводят кулачком правой руки по ладони левой).*
Мы морковь трём-трём, *(Прижимают кулачки к груди и делают ими резкие движения вперед-назад).*
Сахарком её посыплем *(«Посыпают сахарком», мелко перебирая пальчиками).*
И сметан кою польём. *(Кулачком делают движения сверху вниз, как бы поливая).*
Вот какой у нас салат, *(Протягивают ладони вперед).*
Витаминами богат! *(Поглаживают ладошкой живот)*

Апельсин.

Мы делили апельсин. *(дети разламывают воображаемый апельсин на дольки)*

Много нас, *(показывают 10 пальцев)*

А он один. *(показывают 1 палец)*

Эта долька – для ежа.

Эта долька – для стрижа.

Эта долька – для утят.

Эта долька – для котят.

Эта долька – для бобра. *(загибают по одному пальчику на каждую строчку)*

А для волка – кожура. *(бросательные движения правой рукой)*

Он сердит на нас – беда!!! *(сжимают кулаки и прижимают их к груди)*

Разбегайтесь – кто куда!!! *(«бегут» пальцами по столу)*

«Сидит белка»

Сидит белка на тележке,

Продает она орешки:

Лисичке-сестричке,

Воробью-синичке,

Мишке толстопятому,

Заиньке усатому.

(Дети при помощи левой руки разгибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца).