

Картотека
пальчиковой гимнастики
подготовительная к школе группа

1. «Здравствуй, детский сад!»

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики.

(Соединяют пальчики рук в замок (несколько раз).)

Раз, два, три, четыре, пять

Начинаем мы считать.

(Соединяют поочередно друг с другом одноименные пальчики, начиная с мизинчиков.)

Раз, два, три, четыре, пять

(Разъединяют пальчики.)

Мы закончили считать

(Руки вниз, встряхивают кистями.)

2. «Путешествие в страну дорожных знаков и правил»

Дорожных правил очень много!

(Сжимают и разжимают кулачки.)

Раз — внимание дорога!

Два — сигналы светофора.

Три — смотри, дорожный знак,

А четыре — переход.

(Последовательно соединяют пальчики с большим на обеих руках.)

Правила все надо знать

И всегда их выполнять.

(Разжимают и сжимают кулачки.)

3. «Осень. Признаки осени.»

Если листья пожелтели,
(Сжимают и разжимают кулачки.)
Дождь холодный моросит,
(Делают легкие колебательные движения вытянутыми пальчиками.)
Птицы к югу полетели,
(Ладочки повернуты к себе, большие пальчики переплетены – «птичка»,
остальные пальчики совершают движения вверх – вниз.)
Значит, осень к нам спешит.
(Хлопок, кулачок.)

4. «Огород. Овощи»

Приглашаем в огород.
Приглашаем народ:
-Заходите в огород!
(Разводят руки в стороны перед собой.)
Проходите между гряд-
(Указательные и средние пальчики обеих рук как ножки «шагают» по столу.)
Там огурчики лежат,
(Изображают огурец: складывают пальчики в форме овала.)
Помидоры висят,
Прямо в рот хотят.
(Изображают помидор: складывают пальчики в форме круга.)
Рядом зреет репка
Ни густа, ни редка.
(Изображают репку: складывают пальчики в форме сердечка.)
Наберем мы овощей
Для себя и для друзей.
(Округляют левую руку как лукошко, а правой рукой «кладут» в него
воображаемые овощи.)

5. «Компот»

Будем мы варить компот,
(Левую ладошку держать «ковшиком»)
Фруктов нужно много. Вот:
(Указательным пальчиком правой руки «мешают».)
Будем яблоки крошить,
Грушу будем мы рубить,
Отожмем лимонный сок,
Слив положим и песок.
(Загибают одноименные пальчики рук, начиная с больших.)
Варим, варим мы компот.
(Опять «варят» и «мешают».)
Угостим честной народ!
(Руки вытягивают вперед ладошками вверх и разводят в стороны.)

6. «Лес»

Ветер по лесу летал,
Ветер листики считал:
(Плавные, волнообразные движения ладошками.)
Вот дубовый,
Вот кленовый,
Вот рябиновый резной,
Вот с березки – золотой,
Вот последний лист с осинки
(Загибают одноименные пальчики рук, начиная с больших.)
Ветер бросил на тропинку.
(Поднимают руки вверх, а затем плавно опускают ладошки на стол или колени.)

7. «Лес. Дикие животные»

Дикие животные водятся в лесу.

(Последовательно соединяют одноименные пальчики правой руки с левой, начиная с больших.)

Здесь увидеть можешь ты

(Вытягивают руки вперед ладошками вверх.)

Волка и лису,

Зайца и медведя,

Белку и ежа,

Оленя и лося.

(Последовательно соединяют пальчики с большим на одной руке, затем на другой.)

Прячет всех надежно

(Зажимают пальчики в кулачок.)

Лесная тишина.

(Подносят указательный пальчик к губам.)

8. «Семья»

Знаю я, что у меня

Дома дружная семья:

(Поднимают руки ладошкой к себе и прижимают к груди.)

Это – мама,

Это – я,

Это – бабушка моя,

Это – папа,

Это – дед.

(В соответствии с текстом в определенной последовательности загибают пальчики: сначала безымянный, затем мизинец, указательный пальчик, средний и большой.)

И у нас разлада нет.

(Вытягивают вперед руки ладошками вверх.)

9. «Мамочка любимая, родная!»

«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».

(Выполняют движения по тексту.)

10. «Неделя здоровья»

«Тише, тише не шумите»

Этот пальчик хочет спать

(Загибают большие пальчики на обеих руках.)

Этот пальчик лег в кровать

(Загибают указательные пальчики.)

Этот пальчик чуть вздремнул

(Загибают средние пальчики.)

Этот пальчик уж уснул

(Загибают безымянные пальчики.)

Этот крепко-крепко спит

(Загибают мизинчики.)

Тише, тише, не шумите...

(Подносят указательный пальчик к губам.)

Солнце красное взойдет,

Утро ясное придет,

(Поднимают руки и делают «солнышко».)

Будут птицы щебетать,

(Машут сложенными накрест ладонями.)

Будут пальчики вставать!

(Сжимают и разжимают кулачки.)

11. «Здравствуй, зимушка-зима!»

Весело зимой! Не хочется домой!

(Хлопают в ладоши.)

Но ветер приближается-

(Разводят руки в стороны.)

Вьюга начинается.

(Покачивают над головой руками из стороны в сторону.)

Крепчает мороз-

(Сжимают с усилием кулачки.)

Щиплет щеки, щиплет нос

(Пощипывают пальчиками слегка щеки и нос.)

Руки стали замерзать-

(Трут ладони.)

Надо их согреть.

(Дышат на ладони.)

Вечер приближается-

(Разводят руки в стороны.)

Темнота сгущается.

(Закрывают руками глаза.)

Нам домой идти пора.

(Пальчики «шагают».)

-До свидания! До утра!

(Машут рукой на прощание.)

12. «Зимующие птицы»

Прилетайте, птички!

Сала дам синичке.

(«Зовущие» движения пальчиков.)

Приготовлю крошки-

Хлебушка немножко.

(4 раза-«режущие» движения одной ладошкой по другой.)

Эти крошки – голубям,

Эти крошки – воробьям.

(Пальцы щепоткой – «крошат хлеб».)

Галки да вороны, Ешьте макароны!

(Одна ладошка скользит по другой по кругу - «катая из хлеба макароны», вытягивают вперёд руки с раскрытой ладонью.)

13. «Новогодний праздник»

Приходили к ёлке

(Пальчики рук переплетены, из больших пальчиков–верхушка «ёлочки».)

Зайцы,

(«Ушки» из указательного и среднего пальчика.)

Белки,

(Указательный и средний пальчики чуть согнуть.)

Волки,

(Большие пальчики подняты вверх, указательные согнуты, остальные пальчики прижаты и вытянуты вперед.)

Новый год встречали

(Попеременно хлопают ладошками и сжимают кулачки.)

И подарков ждали.

(Вытягивают вперед руки ладошками вверх.)

14. «Мой дом. Мебель. Электрические приборы»

Мебель я начну считать:

(Показывают ладошки обеих рук.)

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет,

Шкаф, комод и табурет.

(Поочередно загибают пальчики в кулачок, начиная с мизинца.)

Много мебели назвали,

(Разжимают кулачки и показывают ладошки.)

Десять пальчиков зажали.

(Сжимают кулачки и поднимают их вверх.)

15. «Посуда»

Раз, два, три, четыре,

(Чередуют удар кулачками друг о друга с хлопком в ладоши.)

Мы посуду перемыли:

(Одна ладошка скользит по другой по кругу.)

Чайник, чашку, ковшик, ложку

И большую поварешку.

(Загибают одноименные пальчики рук, начиная с больших.)

Мы посуду перемыли,

(Одна ладошка скользит по другой.)

Только чашку мы разбили,

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбил.

Ложку мы чуть-чуть сломали,

Поварешку потеряли.

(Загибают одноименные пальчики рук, начиная с больших.)

Так мы маме помогали.

(Чередуют удар кулачками друг о друга с хлопком в ладоши.)

16. «Профессии»

Много есть профессий знатных,

И полезных, и приятных.

(Сжимают и разжимают кулачки.)

Повар, врач, маляр, учитель,

Продавец, шахтер, кондитер и строитель ...

(Последовательно соединяют пальчики с большим на одной руке, затем на другой.)

Сразу всех не называю,

(Сжимают и разжимают кулачки.)

Вам продолжить предлагаю.

(Вытягивают руки вперед ладошками вверх.)

17. Мой город

Я по городу хожу, Ходьба на месте

Я про город расскажу.

Поликлиники, аптеки, (Сгибают пальцы на обеих руках)

Магазины, заводы и библиотеки.

Много здесь жилых домов (Разжимать по очереди пальцы)

И деревьев, и цветов.

ЦУП, ракета и музей, (Стучать пальчиком о пальчик)

Город нужен для людей. (Хлопки)