

Управление образования администрации г. Минусинска  
Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
«Детский сад № 19 «Хрусталик» комбинированного вида»  
662606, г. Минусинск, ул. Тимирязева, 3А

## **Картотека пальчиковой гимнастики для детей 5-7 лет**

Подготовила:  
Чева Мария Александровна

г. Минусинск, 2019г

<p><b>1. «Замок»</b>  На двери висит замок —  Кто его открыть бы смог?  <i>(Быстрое соединение пальцев в замок.)</i>  Потянули...  <i>(Тянем кисти в стороны.)</i>  Покрутили...  <i>(Волнообразные движения.)</i>  Постучали...  <i>(Пальцы сцеплены в замок, дети стучат ладонями.)</i>  И открыли!  <i>(Пальцы расцепились.)</i></p>	<p><b>2. «Помощники»</b>  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.  <i>(Выполнять движения пальцами в соответствии с содержанием стихотворения.)</i></p>
<p><b>3. «Помиримся»</b>  Два больших пальца спорят:  <i>(Дети сжимают руки в кулаки, сближают их и помещают перед грудью.)</i>  Кто главней из них двоих?  <i>(Вытягивают вверх большие пальцы и начинают их сгибать и разгибать.)</i>  Не дадим случиться ссоре  И помирим тут же их.  <i>(Сцепляют большие пальцы друг с другом.)</i></p>	<p><b>4. «Удивительно»</b>  Наши пальцы сжались тесно.  Удивительно интересно!  <i>(Дети сжимают левую руку в кулак.)</i>  Видно, им прохладно стало,  <i>(Правой рукой обхватывают кулак и сильно сжимают.)</i>  Их укроем одеялом.  <i>(Затем меняют руки. Потом опускают руки и слегка трясут ими.)</i></p>
<p><b>5. «Прогулка»</b>  Пошли пальчики гулять,  <i>(Пальцы рук сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу.)</i>  А вторые догонять,  <i>(Ритмичные движения по столу указательных пальцев.)</i>  Третьи пальчики бегом,  <i>(Движения средних пальцев в быстром темпе.)</i>  А четвертые пешком,</p>	<p><b>6. «Белка»</b>  Сидит белка на тележке,  <i>(Исходное положение — кисти рук сжаты в кулак.)</i>  Продает она орешки,  <i>(Круговые движения кистью вправо, влево.)</i>  Лисичке-сестричке,  <i>(Разогнуть большой палец.)</i>  Воробью,  <i>(Разогнуть указательный палец.)</i>  Синичке,</p>

<p><i>(Медленные движения безымянных пальцев по столу.)</i>  Пятый пальчик поскакал  <i>(Ритмичное касание поверхности стола обоими мизинцами.)</i>  И в конце пути упал.  <i>(Стук кулаками по поверхности стола.)</i></p>	<p><i>(Разогнуть средний палец.)</i>  Мишке толстопятому,  <i>(Разогнуть безымянный палец.)</i>  Заиньке усатому.  <i>(Разогнуть мизинец.)</i>  Вот так!  <i>(Раскрыть кисть — пальцы в стороны и в исходное положение.)</i></p>
<p><b>7. «У Петинной сестрицы»</b>  У Петинной сестрицы  <i>(Ритмичные удары пальцами правой руки по левой ладони.)</i>  По деревне небылицы:  <i>(Ритмичные удары пальцами левой руки по правой ладони.)</i>  Ходит утка в юбке,  В теплом полушубке,  Курочка — в жилете,  Петушок — в берете,  Коза — в сарафане,  Заинька — в кафтане.  <i>(На каждое название животного загибаем пальцы на руках, начиная с большого.)</i></p>	<p><b>8. «Магазин»</b>  Мы пришли в магазин.  <i>(Идут пальчиками по столу. Вытягивают вперед слегка согнутые в локтях руки, сцепив их перед собой.)</i>  Мы купили торт — один,  <i>(Показывают 1 палец.)</i>  Плюшек — две,  <i>(Хлопают в ладоши 2 раза и показывают 2 пальца.)</i>  Ватрушек — три,  <i>(Хлопают в ладоши 3 раза и показывают 3 пальца.)</i>  А киви купили — сразу четыре!  <i>(Вертят кулачками и показывают 4 пальца.)</i></p>
<p><b>9. «Приготовили обед»</b>  Сели как-то мы обедать  <i>(Имитация движения ложкой.)</i>  И позвали в дом соседей.  <i>(Позвать движением ладони к себе.)</i>  Скатерть белую накрыли,  <i>(Движения разглаживаем скатерть.)</i>  Ложки, вилки разложили,  <i>(Пошаговые движения правой рукой ладонью вниз слева направо.)</i>  Хлеб нарезали и сыр,  <i>(Движения вверх и вниз ребром ладони.)</i></p>	<p><b>10. Гости</b>  Стала Маша гостей собирать  <i>(хлопайте в ладоши)</i>  И Иван приди  <i>(кончиком полусогнутого указательного пальца правой руки проведите по всем пальцам левой руки по очереди; начните с большого пальца),</i>  И Степан приди,  Да и Андрей приди,  Да и Матвей приди,  А Митрошечка  Ну, пожалуйста!  <i>(указательным пальцем правой руки четыре раза покачайте мизинец)</i></p>

<p>Приготовили гарнир, <i>(Резкое потирание кончиками пальцев.)</i></p> <p>Помешали его в чашке <i>(Вращательные движения вперед, одна рука заходит за другую.)</i></p> <p>И добавили колбаски. <i>(Из большого и указательного пальцев сделать кольца, соединить их, а потом развести в стороны, изображая круглую колбасу.)</i></p> <p>А из фарша всем котлеты Жарили мы без диеты. <i>(Ладони накладываются попеременно одна на другую.)</i></p> <p>Посолили, поперчили, <i>(Мелкие движения щепотью пальцев.)</i></p> <p>Замесили. Не забыли <i>(Сжимание и разжимание пальцев рук.)</i></p> <p>Лук сердитый положить <i>(Показать «сбор слез» в ладонь.)</i></p> <p>И скорее все закрыть. <i>(Хлопок в ладонь горизонтально.)</i></p> <p>Наготовились, устали, Печь пирожное не стали. <i>(Провести по лбу тыльной стороной руки.)</i></p>	<p><i>левой руки)</i></p> <p>Стала Маша Гостей угощать <i>(хлопайте в ладоши)</i></p> <p>И Ивану блин <i>(левую кисть поверните ладонью вверх большим пальцем правой руки нажимайте на подушечки каждого пальца по очереди)</i></p> <p>И Степану блин, Да и Андрею блин, Да и Матвею блин, А Митрошечке Мятный пряничек! <i>(большой палец правой руки нажимает на мизинец левой руки четыре раза)</i></p> <p>Стала Маша Гостей провожать <i>(хлопайте в ладоши)</i></p> <p>Прощай, Иван! <i>(по очереди загибайте пальцы на левой руке)</i></p> <p>Прощай, Степан! Прощай, Андрей! Прощай, Матвей!</p>
<p><b>11.«Подарки»</b></p> <p>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.</p>	<p><b>12.«Дружная семейка»</b></p> <p>Этот пальчик большой — <i>(Руку сжать в кулак, поочередно разгибать пальцы, начиная с большого.)</i></p> <p>Это папа дорогой. Рядом с папой — наша мама. Рядом с мамой — брат старшой. Вслед за ним сестренка — Милая девчонка.</p>

<p>Интересно, что же в ней?  Пластилин 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.  <i>(Выполнять движения  соответственно тексту.)</i></p>	<p>И самый маленький крепыш —  Это славный наш малыш.  Дружная семейка!  <i>(Сжать руку в кулак несколько раз.)</i></p>
<p><b>13.«В гости»</b>  В гости к пальчику большому  <i>(Большой палец отогнут,  остальные сжаты в кулак. В  соответствии с текстом разгибать  поочередно пальцы.)</i>  Приходили прямо к дому  Указательный и средний,  Безымянный и последний.  Сам мизинчик-малышок  Постучался на порог.  Вместе пальчики — друзья,  Друг без друга им нельзя!  <i>(Сжать пальцы в кулак и разжать  их.)</i></p>	<p><b>14.«Смелый капитан»</b>  На корабле из дальних стран  <i>(Показать «корабль».)</i>  Плывет отважный капитан.  <i>(Показать капитана.)</i>  Из тесной рубки у штурвала,  <i>(Крутят штурвал.)</i>  В бинокль видел он немало.  <i>(Смотрят в «бинокль».)</i></p>
<p><b>15.«Раз, два, три, четыре,  пять!»</b>  <i>(Пальцы сжаты в кулачок.)</i>  Раз, два, три, четыре, пять!  <i>(Поочередно, отгибаем пальцы  начиная с большого.)</i>  Вышли пальчики гулять!  <i>(Сжимаем, затем разжимаем  кулачок.)</i>  Этот пальчик - гриб нашел,  Этот пальчик - чистит стол,  Этот - резал,  Этот - ел.</p>	<p><b>16.«У девочек и мальчиков»</b>  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.  <i>(Массируем каждый пальчик.)</i></p>

<p>Ну, а этот лишь глядел! (Поочередно, сгибаем пальцы.)</p>	
<p><b>17. «Дом»</b>  На горе мы видим дом  <i>(сложите домик из ладоней: все пальцы соприкасаются кончиками – “крыша дома”)</i>  Много зелени кругом  <i>(сделайте волнообразные движения руками)</i>  Вот деревья, вот кусты  <i>(изобразите деревья и кусты)</i>  Вот душистые цветы  <i>(сделайте из ладоней “бутон”)</i>  Окружает все забор  <i>(изобразите забор. можно нарисовать пальцем в воздухе зигзагообразную линию)</i>  За забором – чистый двор  <i>(погладьте ладонями стол или воздух)</i>  Мы ворота открываем  <i>(изобразите открывающиеся ворота)</i>  К дому быстро подбегаем  <i>(пальцы “побежали” по столу)</i>  В дверь стучимся:  <i>(кулаками по столу)</i>  тук-тук-тук.  Кто-то к нам идет на стук?  <i>(приложите ладонь к уху, как будто прислушиваетесь)</i>  В гости к другу мы пришли  И гостинцы принесли  <i>(вытяните руки вперед, как будто что-то несете.)</i></p>	<p><b>18. «Замок»</b>  На двери висит замок  <i>(кроха делает замочек)</i>  Кто его открыть бы мог?  Повертели, повертели  <i>(кроха крутит замочек сначала в одну сторону - развиваем кисти)</i>  Покрутили, покрутили  <i>(кроха крутит замочек в другую сторону)</i>  Постучали, постучали  <i>(кроха стучит замочком по коленочке)</i>  Потянули, потянули  <i>(кроха тянет ручки в разные стороны)</i>  И открыли замок!!!  <i>(разнимает ручки, будто наконец-то открыт замочек!)</i></p>
<p><b>19. «Овощи»</b>  Мы капусту рубим-рубим,  Мы капусту солим-солим,</p>	<p><b>20. «Гости»</b>  В гости к пальчику большому  Приходили прямо к дому</p>

<p>Мы капусту трем-трем, Мы капусту жмем-жмем. Мы морковку трём-трём, мы огурчик режим-режим Весь салатик мешаем-мешаем Получился салат люкс. <i>(Выполняем движения по ходу текста.)</i></p>	<p>Указательный и средний, Безымянный и последний Сам мизинчик-малышок Постучался об порог. <i>(Выполняем движения по ходу текста.)</i> Вместе пальчики-друзья, Друг без друга им нельзя. <i>(Пальцы обеих рук сцепляются между собой.)</i></p>
---	---

### **Литература:**

1. Савина Л. П. «Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников: Пособие для родителей и педагогов» М.: ООО «Издательство АСТ», 2001
2. Узорова О. В., Нефедова Е. А. «Игры с пальчиками» - М.: Издательство АСТ», 2004