

Карточка пальчиковых гимнастик для детей подготовительной группы

«Мама»

- Мама, мама! *Ладони сомкнуты. Пальцы прижаты друг к другу.
Мизинцы 4 раза энергично касаются друг друга.*
- Что, что, что? *Три раза касаются друг друга указательные пальцы.*
- Гости едут. *Снова касаются друг друга мизинцы.*
- Ну и что? *Соприкасаются указательные.*
- Здравсьте, здравсьте! *Безымянный и средний пальцы дважды
скрециваются с теми же пальцами другой руки.*
- Чмок, чмок, чмок! *Эти же пальцы «целуются» (лёгкое касание).*
- Здравсьте, здравсьте! *Безымянный и средний пальцы дважды
скрециваются с теми же пальцами другой руки*
- Чмок, чмок, чмок! *Эти же пальцы «целуются» (лёгкое касание).*
-

«Замок-чудак»

- На двери замок-чудак.
Не открыть его ни как.
Я его и так,
Я его и сяк,
Я его туда,
Я его сюда.
Ну никак не открывается!
*Пальцы сцеплены в «замок».
Несколько раз эмоционально и с ускорением
выворачивать «замок» в разные стороны.*
- Выполнять потягивание, пытаюсь открыть
«замок»*
- Вынул связку я ключей –
Ну-ка, ключик, поскорей!
Этот ключик не подходит.
Этот ключик не выходит,
Этот ключ не открывает,
Этот ключ не вылезает.
Этот ключик – от сарая.
*Энергично встряхнуть кистью одной руки.
Поочерёдно, начиная с мизинца, крутить пальцы
одной руки в кулачке другой; безымянный и
указательные пальцы «застревают в замке».*
- Поднять большой палец вверх.*
- Вынул связку я другую.
Этот ключик не подходит.
Этот ключик не выходит,
Этот ключ не открывает,
Этот ключ не вылезает.
Этот ключик – от рояля.
Те же движения выполнить другой рукой.
- Поднять большой палец вверх.*
- Дверка, миленькая, откройся!
Входите, пожалуйста!
Развести руки в стороны.

«В гости»

В гости к пальчику большому	<i>Руки поднять вверх, пошевелить большими пальцами и прижать их к ладоням.</i>
Прибегали прямо к дому	<i>Энергично пошевелить четырьмя остальными пальцами.</i>
Указательный и средний, Безымянный И последний –	<i>Прижать к ладоням те пальцы, о которых говорится.</i>
Сам мизинчик-малышок	<i>Пошевелить мизинцами и сжать пальца в кулачки.</i>
Постучался на порог.	<i>Постучать кулачком о кулачок.</i>
Все пальчики – друзья.	<i>Пожать ладошкой ладошку.</i>
Друг без друга нам нельзя!	<i>Пальцы одной руки соединить с соответствующими пальцами другой руки.</i>

«Гномы»

Стали гномы гостей приглашать.	<i>Указательным пальцем правой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев левой руки.</i>
Стали гномы гостей угощать.	<i>Указательным пальцем левой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев правой руки.</i>
Каждому гостю досталось варенье,	<i>«Намазывать» варенье на кончик каждого пальца.</i>
Пальчики склеило то угощенье.	<i>Последовательно, начиная с большого пальца, соединять одноимённые пальцы рук.</i>
Плотно прижались ладошка к ладошке. Гости не могут взять даже ложку.	<i>Крепко прижать ладони одна к другой. Плечи приподнять, руки слегка развести в стороны, сделать удивлённое лицо.</i>

«Утро настало»

Утро настало, Солнышко встало. - Эй, братец Федя, Разбуди соседей!	<i>Кисти рук скрещены, пальцы растопырены. 4 пальца правой руки сжать в кулак. Большой палец поднять вверх и выполнить им круговые движения.</i>
- Вставай, Большак! Вставай, Вставай, Серёдка! Вставай, Сиротка! И Крошка-Митрошка! Привет, Ладошка! Все потянулись И проснулись!	<i>Большим пальцем правой руки щёлкать по кончикам Указка!пальцев левой руки, начиная с большого пальца. Щелчок в центре ладошки. Руки поднять вверх, пальцы растопырить и быстро пошевелить ими.</i>

«Мостик»

Вот мостик горбатый.

*Пальцы прижать друг к другу, одну ладонь положить
поверх другой.*

Вот козлик рогатый.
На мостике встретил
он Серого братца.
Упряму с упрямым
Опасно встречаться.
И с козликом козлик
Стали бодаться.
Бодались, бодались,
Сражались, сражались
И в речке глубокой
Вдвоём оказались.

Правой рукой сделать «козу»

Левой рукой сделать «козу»

Соединить указательные пальцы и мизинцы обеих рук.

*Не отрывая пальцы друг от друга, поднимать кисти рук:
,то правую, то левую.
разъединить руки и резко опустить их пальцами вниз.*

«Паук»

У тебя, скажи, паук,
Сколько ног и сколько рук?

*Соединить большой палец левой руки с мизинцем правой.
Поворачивая кисти рук, соединить большой палец
правой руки с мизинцем левой. Снова поворачивая
кисти рук, соединить большой палец левой руки с
мизинцем правой.*

Отвечай-ка, паучок,
Сколько рук и сколько ног?
- Когда лапы по дорожке
Ходят – это мои ножки.
Лапы вяжут паутинку,
Будто руки ткут холстинку.

Поочередно соединять одноимённые пальцы рук.

Запястье одной руки положить на другую.

Если я крадусь за мошкой,
Мои лапы – это ножки.
Если попадутся мухи,

*Соединить 4 пальца на каждой руке в щепотку,
мизинцы слегка отвести. Выполнить движение,
имитирующие вязание.*

Лапы цапнут их, как руки.

*Запястья одной руки положить на запястья другой,
Широко раздвинуть пальцы и плавно пошевелить ими.
Прижать основание ладоней друг к другу,
пальцы слегка согнуть и расставить.
Не отрывая основания ладоней, быстро прижать
пальцы друг к другу, соединить кончики пальцев
обеих рук – сделать «коробочку».*

«Сороконожка»

Две сороконожки
Бежали по дорожке.
Побежали, побежали
И друг дружечку догнали!
Так друг дружечку обняли,

*Пальчиками изображаем движение ног сороконожки:
пальцы правой руки «бегут» по левой руке,
пальцы левой руки – по правой.
Пальцы встречаются на груди.*

Что едва мы их разняли.

*Сцепить пальцы в замок. Потянуть сцепленные пальцы
в стороны.*

Расцепить пальцы.

«Пять поросят»

Пальцы обеих рук сжаты в кулачки.

Два пухлых поросёнка
Купаются в пруду,
Два ловких поросёнка
Играют в чехарду.
Два сильных и высоких
Играют в баскетбол.
Два самых быстроногих
Бегут гонять футбол.
Два маленьких, весёлых
Танцуют и поют.
Потом все поросята
Обедать в дом идут.
Два пухлых поросёнка
Готовят винегрет.
Два ловких и умелых
Готовят всем омлет.
Два сильных и высоких
В столовой моют пол.
Два аккуратных ставят
Еду на чистый стол.
Два маленьких, весёлых
Всем песенки поют.
И снова поросята
Гурьбой гулять идут.

Большие пальцы обеих рук опустить вниз и вращать.

*Указательными пальцами обеих рук поочередно стучать
пальчиком о пальчик.*

Два средних пальца слегка поднимать и опускать.

Шевелить безымянными пальцами.

Мизинчики скачут вместе или поочередно.

Пальчики шагают по коленям.

Большие пальцы обеих рук опустить вниз и вращать.

Указательными пальцами выполнять «моталочку»

Водить по столу вперёд-назад кончиками средних пальцев.

*Подушечками безымянных пальцев нажимать в нескольких
Местах по коленям или по столу.*

Мизинчики «скачут» вместе или поочередно.

Все пальчики «бегут» по столу.