

Пальчиковая гимнастика «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.)



Пальчиковая гимнастика «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.)



Пальчиковая гимнастика «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.)



Пальчиковая гимнастика «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.)



Пальчиковая гимнастика

«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.)

Пальчиковая гимнастика

«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.)

Пальчиковая гимнастика

«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.)
Заиньке усатому.
(Разогнуть мизинец.)
Вот так!
(Раскрыть кисть — пальцы в стороны и в исходное положение.)



Пальчиковая гимнастика

«У Петиней сестрицы»

У Петиней 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,
Курочка — в жилете,
Петушок — в берете,
Коза — в сарафане,
Заинька — в кафтане.
(На каждое название животного загибаем пальцы на руках, начиная с большого.)



Пальчиковая гимнастика «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.)



Пальчиковая гимнастика «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.)

Пальчиковая гимнастика

«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.)

Пальчиковая гимнастика

«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.)

Пальчиковая гимнастика «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.)



Пальчиковая гимнастика «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».)



Пальчиковая гимнастика «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.



Пальчиковая гимнастика «Колючий клубок»

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

