***Картотека***

***пальчиковой гимнастики для дошкольников.***

******

**Для чего нужна пальчиковая гимнастика?**

Давайте обобщим, сколько всего полезного мы делаем, играя в пальчиковые игры.

1. **Развиваем речь**.  Упражняя и ритмично двигая пальчиками, малыш активизирует речевые центры головного мозга.

2. Пальчиковая гимнастика **развивает умение малыша подражать** нам, взрослым… **учит вслушиваться в**нашу **речь и ее понимать**… **повышает речевую активность** крохи… да и просто **создает благоприятную эмоциональную атмосферу**.

3. Учит ребенка **концентрировать внимание и правильно его распределять**. Это очень и очень важное умение! Кстати, произвольно управлять своим вниманием ребенок сможет научиться только к возрасту 6-7 лет. И от этого умения во многом будут зависеть его школьные успехи.

4. Когда малыш начнет говорить и сможет стихами сопровождать упражнение из пальчиковой гимнастики – это будет делать его **речь более четкой, ритмичной, яркой**. Кроме этого, таким образом он сможет **усилить контроль за своими движениями**.

5. В пальчиковых играх нужно запоминать многое: и положение пальцев, и последовательность движений, да и просто стихи. Вот вам и отличное веселое упражнение **для развития памяти малыша!**

6. А можно ли с помощью пальчиковых игр **развивать фантазию и воображение**? Конечно! Ведь руками можно «рассказывать» целые истории! Сначала пример покажет мама или папа, а уж потом и ребенок может сочинить свои «пальчиковые истории».

7. Ну, и в конце концов, после всех этих упражнений **кисти и пальцы рук станут сильными, подвижными, гибкими**. А это так поможет в дальнейшем в **освоении навыка письма**!

**Мышка.**

Мышка в норку пробралась,  
(Делаем двумя ручками крадущиеся движения)  
На замочек заперлась.  
(Слегка покачиваем скрещенными в замок пальчиками)  
В дырочку она глядит,  
(Делаем пальчиками колечко)  
На заборе кот сидит!  
(Прикладываем ручки к голове как ушки и шевелим пальчиками)

**Две подружки.**

На лужайке две подружки (Похлопать по коленям в ритм текста)

Ква-кваква, ква-кваква.   (Похлопать в ладоши в ритм текста)

Две зеленые лягушки: (Хлопки по коленям)

Ква-кваква, ква-кваква.  (Хлопки в ладоши).

Ква! (Притопнуть одной ногой).

Хором песни распевают: (Сложить ладони и чуть –чуть приоткрыть лягушкам ротик).

Ква-кваква, (хлопки в ладоши)

Ква-кваква. (Притопы ногой в ритм текста).

И спокойно спать мешают (Погрозить пальцем).

Ква-кваква, ква-кваква! (Похлопать в ладоши).   Ква!

**Пальчик толстый и БОЛЬШОЙ**

В сад за сливами пошел.

УКАЗАТЕЛЬНЫЙ с порога

Указал ему дорогу.

СРЕДНИЙ пальчик — самый меткий.

Он сбивает сливы с ветки.

БЕЗЫМЯННЫЙ поедает.

А МИЗИНЧИК-господинчик

В землю косточки сажает.

**Дом.**

На опушке дом стоит.   (Сложить ладони домиком над головой).

На дверях замок висит.   (Сомкнуть ладони в «замок»).

За дверями стоит стол, (Накрыть ладонью правой руки кулачок левой).

Вокруг дома частокол.  (Руки перед собой, пальцы растопырены).

Тук – тук – тук! Дверь открой!   (Постучать кулачком одной ладони о другую).

Заходите, я не злой!   (Руки в стороны, ладони вверх тыльной стороной).

**Компот.**

Одну руку ставим ладошкой вверх, а указательным пальчиком другой руки водим по ладони круговыми движениями, "перемешивая компот":

Варим, варим мы компот.

Фруктов надо много. Вот: (Загибаем поочередно пальчики.)

Будем яблоки крошить,

Груши резать и варить,

Отожмем лимонный сок,

Слив положим и песок.     (Разгибаем все пальчики и опять "перемешиваем".)

Варим, варим мы компот,

Угостим честной народ!

**Пальчики.**

Пальчики левой руки, начиная с мизинца, поочередно пригибайте к ладошке со словами:

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик лег в кровать,

Этот пальчик чуть вздремнул,

Этот пальчик уж уснул,

Тише, тише, не шумите, (Правой рукой качаем кулачок.)

Солнце красное взойдет,

Утро ясное придет,

Будут птицы щебетать,

Будут пальчики вставать!  (Пальчики с силой расправляются веером.)

**Дом на горе.**

На горе мы видим дом.   (Кистями рук сложить домик).

Много зелени кругом.   (Волнообразные движения кистями рук).

Вот – деревья, вот – кусты (Руками сделать «деревья» и «кусты»).

Вот – пушистые цветы!    (Пальцами показать бутон – распускающийся цветок).

Окружает все забор.   (Перед собой показать «забор» из пальцев).

За забором – чистый двор.   (Погладить ладонями стол).

Мы ворота открываем (Кистями рук показать ворота, ворота открываются).

К дому быстро подбегаем.   (Пальцами «пробежаться» по столу).

В дверь стучимся: «Тук – тук – тук!»   (Постучать кулаками по столу).

Кто – то к нам идет на стук.   (Ладонь приставить к правому уху, прислушаться).

В гости к другу мы пришли

И гостинцы принесли.     (Вытянуть вперед руки, как – будто преподнося что – то)

**«Апельсин»**

Мы делили апельсин!    (Кулачок- «апельсин» перед собой.)

Много нас, (Левая рука растопырена — это «мы».)

А он один.     (Взгляд переводим на кулачок.)

Эта долька для котят, (Отгибаем один пальчик.)

Эта долька для утят, (Отгибаем другой пальчик.)

Эта долька для ужа, (Отгибаем третий пальчик.)

Эта долька для чижа, (Отгибаем четвертый пальчик.)

Эта долька для бобра,(Отгибаем пятый пальчик.)

А для волка кожура!   (Встряхиваем кистью с расслабленными пальцами, словно кожурой.)

Разозлился волк — беда,

Разбегайтесь кто куда!     (Руки прячем за спину.)

**«Кораблик»**

По реке плывет кораблик, (Ладони соединить лодочкой.)

Он плывет издалека.                   (Волнообразные движения руками.)

На кораблике четыре      (Показать одновременно по 4 пальца на каждой руке.)

Очень храбрых моряка.

У них ушки на макушке.                 (Сложить обе ладони к макушке.)

У них длинные хвосты.                (Пальцы рук сложить в щепотку и развести в стороны.)

И страшны им только кошки,

Только кошки и коты.     (Растопыренными пальцами обеих рук совершать царапающие движения.)

**«Облака»**

Облака, как паруса,          (Изобразить треугольник указательными пальцами.)

Мчит их ветер, гонит,         (Резко выдвинуть вперед одну руку, потом другую.)

Если много облаков — (Руку выставить перед собой, все пальцы раздвинуты.)

Будет точно дождик.         (Постукивание указательным пальцем одной руки по ладони другой.)

                                                                                                          Ну а если облака,

Как перо жар-птицы,     (Правую руку поднять вверх, пальцы раздвинуть.)

Будет солнышко с утра, (Обе руки вверх, раздвинуть пальцы, развести руки в стороны.)

   Защебечут птицы.                (Изобразить руками крылья.)

  А столкнутся лоб об лоб — (Кулак ударить о кулак.)

   В тучу превратятся,         (Изобразить в воздухе большой кру

И тогда грохочет гром — (Хлопки в ладоши.)

    Это тучи злятся.                    (Кулаки сжать, руки выставить перед собой.)

**Зайка.**

Зайка по лесу скакал, *(пальчики "скачут" по столу)*  
 Зайка корм себе искал. *(пальчиками обеих рук поочерёдно перебираем по столу)*  
Вдруг у зайки на макушке  
Поднялись, как стрелки, ушки. *(изображаем ушки ручками)*  
Шорох тихий раздается:  
Кто-то по лесу крадется. *(пальчики медленно идут по столу)*  
Заяц путает следы,  
Убегает от беды*. (пальчики быстро-быстро бегают по кругу на столе)*

**Пальчики.**

Вот помощники мои,

Их как хочешь поверни.

Раз – два – три – четыре – пять,

Не сидится им опять.

Постучали, повертели,

И работать расхотели.

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик – прыг в кровать,

Этот пальчик прикорнул,

Этот пальчик уж заснул.

А другой – давненько спит. (Загибаем пальцы, начиная с большого) .

Это кто у нас шумит?

Тише, тише, не шумите,

Пальчики не разбудите! (Шепотом) .

Утро ясное придет,

Солнце ясное взойдет, (Погромче)

Станут птички распевать,

Станут пальчики вставать. (Громко) .

Просыпайся, детвора!

В детский сад идти пора! (Все поднимают руки с раскрытыми ладонями) .

**Мои пальчики.**

**Дни недели.**

В понедельник я стирала, *(кулачки трём друг о друга)*  
Пол во вторник подметала. *(кисти расслабленных рук вниз и делаем имитирующие движения по столу)*  
В среду я пекла калач, *(печём "пирожки")*   
Весь четверг искала мяч, *(правую руку подносим ко лбу и делаем "козырёк")*  
Чашки в пятницу помыла, *(пальцы левой руки полусогнуты, ладонь стоит на ребре, а указательным пальцем правой руки водим по кругу внутри левой руки)*   
А в субботу торт купила*. (ладошки раскрыты и соединены вместе по стороне мизинцев)*  
Всех подружек в воскресенье  
Позвала на день рождения*. (машем ладошками к себе)*

**«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

(Сжимание и разжимание 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.)

**Зима.**

Раз, два, три, четыре, пять, *(загибаем пальчики по одному)*  
Мы во двор пошли гулять.  
Бабу снежную лепили, *(имитируем лепку комков),*  
Птичек крошками кормили, *("крошим хлебушек" всеми пальчиками)*  
С горки мы потом катались, *(ведем ладошкой правой руки по ладони левой руки)*  
А еще в снегу валялись. *(кладем ладошки на стол то одной, то другой стороной)*  
Все в снегу домой пришли, *(отряхиваем ладошки)*  
Съели суп и спать легли. *(производим движения воображаемой ложкой, кладем руки под щеку)*

**Пальчиковая игра «Дом на горе»**  
На горе мы видим дом.     (Кисти рук сложить «домик».)  
Много зелени кругом.     (Волнообразные движения кистями рук.)  
Вот – деревья, вот – кусты.  (Руками сделать «деревья», «кусты».)  
Вот – душистые цветы.      (Пальцами показать «бутон».)  
Окружает все забор.           (Пальцами показать «забор».)  
За забором чистый двор.     (Погладить ладонями стол.)  
Мы ворота открываем.        (Кистями рук показать «ворота».)  
К дому быстро подбегаем.   (Пальцами «пробежаться» по столу.)  
В дверь стучимся: «Тук- тук- тук!»  (Постучать кулаками по столу.)  
Кто - то к нам идет на стук… (Ладонь приставить к правому уху,  «прислушиваться».)  
В гости к другу мы пришли.  (Вытянуть руки вперед, преподнося что-то.)  
И гостинцы принесли.

**Пальчиковая игра «Дом»**

Я хочу построить дом,                      *Руки над головой "домиком*

Чтоб окошко было в нём,                   *Руки перед глазами. Концы пальцев рук                сомкнуты в кольцо*

 Чтоб у дома дверь была,                   *Ладони повёрнуты к себе, сомкнуты    боковыми частями.*

Рядом чтоб сосна росла,                   *Пальцы растопырены. Руки тянем вверх*

Чтоб вокруг забор стоял,                 *Руки перед собой, пальцы соединены*

Пёс ворота охранял.                          *Ладони сомкнуты перед грудью, большие пальцы*

*подняты*

Солнце было,                                    *Скрестить кисти рук, пальцы растопырены*

Дождик шёл,                                    *Стряхивающие движения*

И тюльпан в саду расцвёл.              *Предплечья прижаты. Пальцы-лепестки смотрят*

*Вверх*

**Яблонька**

У дороги яблонька стоит,  
*Руки сплести над головой, пальцы разжаты.*  
На ветке яблочко висит.  
*Сложить запястья вместе.*  
Сильно ветку я потряс,  
*Руки над головой, движения вперед-назад.*  
Вот и яблочко у нас.  
*Ладони перед грудью, имитируют, что держат яблоко.*  
В сладко яблочко вопьюсь,  
*Соединить запястья, ладони развести.*  
Ах, какой приятный вкус.

**Прогулка.**

Пошли пальчики гулять,  
*Руки сжаты в кулаки, большие пальцы "бегут" по столу.*  
А вторые догонять.  
*По столу "бегут" указательные пальцы.*  
Треть пальчики бегом,  
*Средние пальцы.*  
А четвертые пешком.  
*Безымянные пальцы.*  
Пятый пальчик поскакал  
*Касаться стола ритмично обоими мизинцами.*  
И в конце пути упал.  
*Хлопнуть кулаками по столу.*

**«На ёлке»**

Мы на елке веселились,           *(Ритмичные хлопки в ладоши.)*

И плясали, и резвились,              *(Ритмичные удары кулачками.)*

После добрый Дед Мороз    *(Дети «шагают» средним и         указатель-*

Нам подарки преподнес.      *ным пальцами обеих рук по столу.)*

Дал большущие пакеты,     *(«Рисуют» руками большой круг.)*

В них же — вкусные предметы:   *(Делают ритмичные хлопки.)*

Конфеты в бумажках синих,  *(Загибают на обеих руках пальчики,*

Орешки рядом с ними,                             *начиная с большого.)*

Груша,

Яблоко, один  золотистый мандарин.

**«Рыбка»**

Рыбка плавает в водице,   *(Сложенными вместе  ладонями*

Рыбке весело играть.*изображают, как плывет рыбка.)*

Рыбка, рыбка, озорница,*(Грозят пальчиком.)*

Мы хотим тебя поймать.*(Медленно сближают ладони.)*

Рыбка спинку изогнула, *(Снова изображают,*

*как плывет рыбка.)*

Крошку хлебную взяла.        *(Делают хватательное*

*движение обеими руками.)*

Рыбка хвостиком махнула,                            *(Снова «плывут».)*

Рыбка быстро уплыла.

**"Кролик"**

Маленький кролик                  *(Кисти прижать к голове, как  ушки.)*

С большими ушами,  
Розовым носом,                                            *(Дотронуться до носа.)*  
Смешными усами.           *(Указательные пальцы прижаты к губам.)*  
Норку глубокую роет себе                                                 *(Роем ноку.)*  
Сильными лапками

В мягкой земле.  
Чистит он шёрстку себе                                   *("Чистим шёрстку".)*

Или спит.*(Руки кладём под щёку.)*  
Кролик ушами всегда шевелит.*(Шевелим "ушами".)*  
Слышит шаги и лисиц, и волков,  
Прячется в норку свою от врагов.*(Закрыть лицо ладонями.)*

**«Домик»**

Под грибом - шалашик-домик,                            *(Ладони шалашиком)*

Там живет веселый гномик.                 *(Постучать кулаком одной руки о*

Мы тихонько постучим,*ладонь другой руки)*

В колокольчик позвоним.*(«Звоним в колокольчик»)*  
Двери нам откроет гномик,  
Станет звать в шалашик-домик.

В домике дощатый пол,*(Ладони ребром прижаты друг к др.)*

А на нем - дубовый стол.                           *(Показываем стол)*

Рядом - стул с высокой спинкой             *(Показываем стул)*

 На столе - тарелка с вилкой.*(Ладонь левой руки направлена*  
И блины горой стоят -         *вверх (тарелка), правая рука (вилка):*  
Угощенье для ребят.                            *ладонь направлена вниз,*

*четыре пальца выпрямлены*

*и слегка разведены в стороны, а большой прижат к ладони)*

«**Умывание**» (массаж пальцев)

Знаем, знаем - да - да - да,

Где ты прячешься, вода!

(поочередно массируют каждый палец)

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошку

По - нем - нож - ку.

Нет, не понемножку -

Посмелей!

Будет умываться веселей!

(энергично растирают ладони и кисти рук.)

«**Заботливое солнышко**»

Солнце с неба посылает

Лучик, лучик, лучик.

(дети ритмично скрещивают руки над головой)

И им смело разгоняет

Тучи, тучи, тучи.

(плавно покачивают руки вверху)

Летом нежно согревает

Щечки, щечки, щечки.

(ритмично потирают щеки)

А весной на носик ставит

Точки - точки - точки.

Золотят веснушки деток.

Очень нравится им это!

(ритмично постукивают пальцем по носу.)

**«Зимние забавы»**

Лепим мы из снега ком,   
(Дети сжимают и разжимают кисти рук)   
Из комочков слепим дом.   
(Соединяют кончики пальцев рук, слегка разводят ладони в стороны)   
Звери будут в доме жить,   
(Хлопают в ладоши)   
Веселиться и дружить,   
Вместе домик сторожить  
(Соединяют руки в «замок»)   
Раз, два, три, четыре, пять, (загибают пальчики.)   
Мы с тобой снежок слепили. (дети «лепят»)   
Круглый, крепкий, очень гладкий (Показывают круг, сжимают ладони, гладят одной ладонью другую.)  
И совсем-совсем не сладкий. (Грозят пальчиком.)   
Раз — подбросим, (Подбрасывают).   
Два — поймаем, (Ловят).   
Три — уроним (Роняют).   
И.… сломаем (Топают).

**«Помогаем мамочке»**

«Дружно маме помогаем –  
Пыль повсюду вытираем.  (Движения по тексту)  
Мы белье теперь стираем  
Полощем, отжимаем.  
Подметаем все кругом –   
И бегом за молоком.  
Маму вечером встречаем,   
Двери настежь открываем,  
Маму крепко обнимаем».

**«Шапочки»**

В шапочках желтых мы стали цыплята,        (ребенок машет руками, как цыпленок крылышками.)  
 В шапочках белых мы стали зайчата,                 (показывает заячьи ушки)  
  В шапочках красных мы стали грибочки,    (соединяет руки над головой).  
 В шапочках чёрных – черника на кочках,    (присаживается на корточки.)  
В шапочках синих дождинками стали           (встает, ставит руки на пояс.)  
И по дорожкам легко поскакали.              (прыгает вперед на двух ногах.)