*Картотека.
Пальчиковая гимнастика
для детей старшей группы
комбинированной направленности*

Воспитатель : Горбенко Н.А

«Я и мои друзья»	«Наш детский сад»
<p>«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.)</p>	<p>«Дружба». Дружат в нашей группе девочки и мальчики. (Пальцы ритмично соединяются в замок и разъединяются.) Мы с тобой подружим маленькие пальчики. (Одновременно дотрагиваемся подушечками пальцев одной руки до пальцев другой.) Раз, 2, 3, 4, 5. (Поочередно соединяем одноименные пальцы: большой с большим и т.д.) Начинай считать опять. (Одновременное касание подушечками пальцев.) Раз, 2, 3, 4, 5. (Поочередное касание.) Мы закончили считать. (Кисти рук опустить вниз, встряхнуть.)</p>
«Игрушки»	«Овощи»
<p>«Мои игрушки». У меня игрушек много, С ними я люблю играть. (Хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно.) Этот пальчик – пирамидка, Этот пальчик – желтый мяч, Этот – красная машинка, Этот – детская кровать, Этот пальчик – кукла Зина,</p>	<p>«У Лариски – две редиски» У Лариски – две редиски. У Алешки – две картошки. У Сережки-сорванца – два зеленых огурца. А у Вовки – две морковки. Да еще у Петьки две хвостатых редьки. (По очереди разгибать пальчики.)</p>

<p>(Загибают пальчики на обеих руках.) Я сложу их всех в корзину. (Хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно.)</p>	
<p>«Фрукты»</p>	<p>«Осень. Изменения в природе. Лиственные деревья»</p>
<p>«Фруктовая ладошка». Этот пальчик – апельсин, Он, конечно, не один. Этот пальчик – слива, Вкусная, красивая. Этот пальчик – абрикос, Высоко на ветке рос. Этот пальчик – груша, Просит:»Ну-ка, скушай!» Этот пальчик – ананас, (Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.) Фрукт для вас и для нас. (Показывают ладошками вокруг и на себя.)</p>	<p>«Осенние листья». Раз, два, три, четыре, пять, (Загибают пальчики, начиная с большого.) Будем листья собирать. (Сжимают и разжимают кулачки.) Листья берёзы, листья рябины, листки тополя, листья осины, листки дуба мы соберём, (Загибают пальчики, начиная с большого.) маме осенний букет принесём. (Шагают по столу средним и указательным пальчиками.)</p>
<p>«Дикие животные наших лесов»</p>	<p>«Домашние животные»</p>
<p>«В лесу». (Поочередно загибать пальчики, начиная с большого пальца.) - Мальчик с пальчик, Где ты был? (Четыре раза сгибать большой палец левой руки.) Долго по лесу бродил! (Четыре раза сгибать большой палец правой руки.) Встретил я медведя, волка,</p>	<p>«Котята». (Ладочки складываем, пальцы прижимаем друг к другу. Локти опираются о стол). У кошечки нашей есть десять котят, (Покачиваем руками, не разъединяя их). Сейчас все котята по парам стоят: Два толстых, два ловких, Два длинных, два хитрых, Два маленьких самых</p>

<p>зайку, ежика в иголках. (Большой палец правой руки поочередно соприкасается с остальными пальцами.) Встретил белочку, синичку, Встретил лося и лисичку. (Большой палец левой руки поочередно соприкасается с остальными пальцами.) Всем подарки подарил, Всяк меня благодарил. (Четыре пальца последовательно соприкасается с остальными пальцами.)</p>	<p>И самых красивых. (Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).</p>
<p>«Перелетные птицы»</p>	<p>«Осень (обобщение)»</p>
<p>«Птицы к югу улетают». Птицы в небе тают, тают – Птицы к югу улетают. (Машем руками, постепенно поднимая их вверх.) Всё, растаяли вдали (Ладонь «козырьком» ко лбу.) Аист, цапли, журавли. (Загибаем по очереди, начиная с мизинца, мизинец, безымянный и средний пальцы.)</p>	<p>«Дождь». Что такое, что мы слышим? Это дождь стучит по крыше. А теперь пошел сильнее И по крыше бьет быстрее. (Дети постукивают по ладони одной руки поочередно подушечками пальцев другой руки. При повторе руки поменять.)</p>
<p>«Человек. Части тела»</p>	<p>«Одежда»</p>
<p>«Очень сложен человек». Очень сложен человек: (Указательный палец на лбу, нахмуриться.) Двое глаз и двое век. (Указательными пальцами показываем на глаза, затем на веки.) И – внимательно смотри! – (Указательные и средние пальцы</p>	<p>«Гномики – прачки». Жили-были в домике Маленькие гномики: (Дети сжимают и разжимают кулачки.) Токи, Пики, Лики, Чики, Мики. (Загибают пальчики, начиная с больших.) Раз, два, три, четыре, пять,</p>

<p>«идут» от глаз в направлении висков.) Уха два и две ноздри. (Показываем на уши и ноздри.) А вот пальчиков – по пять, (Растопырить пальцы на обеих руках.) Чтобы ими все держать. (Хватающий жест руками.)</p>	<p>(Разгибают пальчики, начиная с мизинцев.) Стали гномики стирать: (Трут кулачки друг о друга.) Токи – рубашки, (Загибают пальчики, начиная с больших.) Пики – платочки, Лики – штанишки, Чики – носочки, Мики умница был, Всем водичку носил.</p>
«Зимующие птицы»	«Зимние забавы»
<p>«На кормушке». (Ритмично сжимать и разжимать кулачки.) Сколько птиц К кормушке нашей Прилетело? (На каждое название птицы загибать по одному пальчику.) Две синицы, воробей, Шесть щеглов и голубей, Дятел в пестрых перышках. (Опять сжимать и разжимать кулачки.) Всем хватило зернышек!</p>	<p>«Снеговики». Между елок вдоль реки (Нарисовать в воздухе елку.) Разбрелись снеговики. (Обе руки с «ножками» – указательными и средними пальцами – расходятся в разные стороны.) Каждый ищет (Рука «козырьком» ко лбу.) и зовет (Ладони «рупором» ко рту.) Снежных баб на хоровод. (Нарисовать в воздухе снежную бабу.)</p>
«Хвойные деревья»	«Скоро Новый год»
<p>«Елка». Вот стоит большая елка, (Руки перед собой, пальцы вместе. Показать толстый ствол большой елки.) А на ней растут иголки, (Пальцы на обеих руках широко развести.)</p>	<p>«На елке». Мы на елке веселились, (Ритмичные хлопки в ладоши.) И плясали, и резвились, (Ритмичные удары кулачками.) После добрый Дед Мороз («Шагают» по столу средним и указательными пальцами обеих рук.)</p>

<p>Есть на елке также шишки, (Собрать пальцы на обеих руках в кулаки.) А внизу – берлога мишки. (Скрестить пальцы вместе, образовав «крышу».)</p>	<p>Нам подарки преподнес. Дал большущие пакеты, («Рисуют» руками большой круг.) В них же — вкусные предметы: (Ритмичные хлопки в ладоши.) Конфеты в бумажках синих, (Загибают пальчики на руках, начиная с больших.) Орешки рядом с ними, Груша, яблоко, один Золотистый мандарин.</p>
«Мой город»	«Мой дом»
<p>«До города». До города дорога в гору, От города – с горы. (Внутренняя сторона обеих ладоней опущена вниз. Ладони соприкасаются большими пальцами, имитируя волнообразные движение в гору (вверх) и с горы (вниз).)</p>	<p>«Строим дом». Целый день тук да тук, (Руки сжаты в кулаки, большой палец поднят вверх.) Раздаётся звонкий стук (Движение сверху большим пальцем.) Молоточки стучат, (Постучать кулаком о кулак.) Строим дом для ребят. (Правым кулаком постучать сверху по левому.) Вот какой хороший дом, (Сжимание пальцев обеих рук и разжимание их.) Как мы славно заживём. (Вращение кистями обеих рук.)</p>
«Мебель»	«Посуда»
<p>«Наша мебель». Это стул — на нем сидят. (Левая ладонь в кулачке прижимается к правой, вытянутой пальцами вверх.) Это стол — за ним сидят. (Левая в кулачке, правая открытая</p>	<p>«Помощники». Раз, два, три, четыре, (Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.) Мы посуду перемыли: (Одна ладонь скользит по другой по кругу.)</p>

<p>ладошка лежит сверху.) Вот кровать – на ней лежат. (Руки согнутые в локтях перед грудью лежат одна на другой.) В шкаф мы вещи убираем, (Имитация складывания вещей.) На прогулку все шагаем. (Пальчики обеих рук шагают по коленкам.)</p>	<p>Чайник, чашку, ковшик, ложку (Загибают пальчики по одному, начиная с большого.) И большую поварешку. Мы посуду перемыли, (Одна ладонь скользит по другой по кругу.) Только чашку мы разбили, (Загибают пальчики по одному, начиная с большого.) Ковшик тоже развалился, Нос у чайника отбился, Ложку мы чуть-чуть сломали, Так мы маме помогали. (Удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши; повторить.)</p>
<p>«Продукты питания»</p>	<p>«День защитника Отечества»</p>
<p>«Блины». Мама нам печет блины, Очень вкусные они. Встали мы сегодня рано И едим их со сметаной. (Попеременно касаться поверхности стола тыльной стороной кисти руки и ладонью.)</p>	<p>«Наши защитники». Не допустят к нам войну, (Обе ладони от себя.) Защитят свою страну: (Руки соединить перед собой.) Пограничник, вертолетчик, Врач военный и танкист, (Смена рук.) А еще – десантник, летчик, Снайпер и артиллерист. (Произнося слова, загибаем пальцы по одному сначала на правой руке, потом на левой, начиная с мизинца.)</p>
<p>«Зима (обобщение)»</p>	
<p>«Снежок». Раз, два, три, четыре, (Загибать пальчики, начиная с большого пальца.) Мы с тобой снежок слепили,</p>	

<p>(«Лепят», меняя положение ладоней.) Круглый, крепкий, очень гладкий (Показать круг, сжимая ладони вместе, гладить одной ладонью другую.) И совсем, совсем не сладкий (Грозить пальчиком.) Раз – подбросим. Два – поймаем. Три – уроним. И... сломаем. (Выполнять соответствующие словам действия.)</p>	
<p>«Мамин день»</p>	<p>«Профессии»</p>
<p>«Маму я свою люблю». Маму я свою люблю, (Кулачок-ладошка поочерёдно.) Я всегда ей помогу. (Кулачок-ладошка поочерёдно.) Я стираю, полощу, (Имитация стирки, полоскания.) Воду с ручек отряхну, (Трясём кистями рук.) Пол я чисто подмету («Подметаем».) И дрова ей наколю. («Колем дрова».) Маме надо отдыхать, (Ладошки под голову.) Маме хочется поспать. (Закрываем глаза.) Я на цыпочках хожу. («Идём на цыпочках».) И ни разу, (Водим указательным пальчиком вправо-влево.) И ни разу, (Грозим пальчиком.) Ни словечка не скажу: "Тс-тс-тс!" (Прижимаем пальчик к губам.)</p>	<p>«Много есть профессий знатных...». Много есть профессий знатных, (Соединять пальцы правой руки с большим.) И полезных, и приятных. (Соединять пальцы левой руки с большим.) Повар, врач, маляр, учитель, Продавец, шахтёр, строитель... (Последовательно соединять пальцы обеих рук с большим.) Сразу всех не называю, (Сжимать и разжимать кулачки.) Вам продолжить предлагаю. (Вытянуть руки вперёд ладонями вверх.)</p>

«Транспорт»	«Безопасность на улице и дома»
<p>«Есть игрушки у меня». Есть игрушки у меня: (Хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно.) Паровоз и два коня, Серебристый самолет, Три ракеты, вездеход, Самосвал, подъемный кран - Настоящий великан. (Загибают пальчики на обеих руках.) Сколько вместе? Как узнать? Помогите сосчитать! (Хлопают попеременно в ладоши и ударяют кулачками друг о друга.)</p>	<p>«Дорожных правил очень много». Раз – внимание дорога! (Загибаем все пальцы, начиная с большого на обеих руках одновременно.) Два – сигналы светофора. Три – смотри, дорожный знак, А четыре – переход. Правила все надо знать (Разжимаем и сжимаем пальцы на обеих руках одновременно.) И всегда их выполнять.</p>
«Рыбы»	«День космонавтики»
<p>«Рыбка-малютка». Рыбка-малютка по речке плывет, Рыбка-малютка хвостиком бьет. (Речка – плавное движение расслабленных кистей рук; рыбка – поворачивать сомкнутые ладони вправо и влево, имитируя движения рыбки).</p>	<p>«Солнце – яркая звезда». Солнце – яркая звезда, (Левая рука как будто держит небольшой мячик, пальцы разомкнуты – это Солнце.) А вокруг – планеты. (Правая рука – пальцы сомкнуты и «летают» вокруг «Солнца».) И летают – кто куда – (Собрать пальцы левой руки вместе в движении справа налево.) Быстрые кометы. (Собрать пальцы правой руки вместе в движении слева направо.)</p>
«Детеныши домашних и диких животных»	«Весна. Изменения в природе»

<p>«Детеныши диких животных» Это зайчонок, это бельчонок, (По очереди загибают пальцы, начиная с мизинца.) Это лисенок, а это волчонок. А это спешит, ковыляет спросонок (Вращают большим пальцем.) Бурый, лохматый, смешной медвежонок. (Качают ладошку, ставя на стол то большой палец, то мизинец.)</p> <p>«Домашние животные и их детеныши» Довольна корова своими телятами, (Пальцы зажаты в кулак, поочередно разгибаем пальцы, начиная с больших.) Овечка довольна своими ягнятами, Кошка довольна своими котятами. Кем же довольна свинья? Поросятами! А я довольна своими ребятами! (Показывают на себя и разводят ладони в сторону.)</p>	<p>«Распускаются цветы». После снежной пустоты (Развести руки в стороны ладонями вниз.) Распускаются цветы. (Кисть вверх, пальцы раскрыть.) Как давно не видел ты (То же самое другой рукой.) Этой хрупкой красоты! (Дунуть на обе ладони и распрямить пальцы, ладони вверх.)</p>
<p>«Цветы»</p>	<p>«День Победы»</p>
<p>«Цветочек». Солнце поднимается – Цветочек распускается! Солнышко садится – Цветочек спать ложится. (Ладони подняты вверх, пальцы образуют «бутон», основание кистей прижаты друг к другу. Разводим одновременно пальцы рук в стороны, а потом сводим пальцы вместе.)</p>	<p>«Бойцы». Пальцы эти – все бойцы, (Показать раскрытые ладони.) Удалые молодцы. Два – больших и крепких малых И солдат в боях удалых. Два – сметливых молодца, Два – героя безымянных, Но в работе очень рьяных! Два – мизинца-коротышки – Очень славные мальчишки! (Сжать пальцы в кулаки и поочередно разжимать пальцы на</p>

	обеих руках одновременно, начиная с больших.)
«Насекомые»	«Здравствуй, лето!»
<p>«Сколько насекомых здесь!». На полянке я сижу, Во все стороны гляжу. (Дети сидят на коврике, опираясь на руки, поворачивают головой сначала налево, затем направо.) Сколько насекомых здесь! (Руки через верх разводят в стороны.) Всех, пожалуй, и не счесть. Вот пчела, а вот оса, Это бабочка – краса. Муравей и стрекоза, (Поочередно загибают пальцы на каждое название насекомого на двух руках одновременно.) Попрыгунья, егоза. Все спешат, все трудятся, А она красуется! (Поочередно ударяют кулаками и ладонями.)</p>	<p>«Радуга». В небе гром, гроза. (Сжимают и разжимают пальцы.) Закрывай глаза! (Закрывают ладонями глаза, потом открывают.) Дождь прошёл, трава блестит, (Стучат пальцами по столу.) В небе радуга стоит. (Рисуют в воздухе полукруги.)</p>