

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №47 «Радуга» г. Светлоград Петровского муниципального района

Составительская методическая разработка

«Пальчиковая гимнастика

для детей младшего дошкольного возраста.

Подготовил:
Воспитатель МБДОУ
ДС №47 «Радуга»
Н.А.Дьяченко

г.Светлоград, 2016г.

Любимые сказки

Будем пальчики считать (хлопают в ладоши)
Будем сказки называть
Рукавичка, Теремок, (поочередно загибают пальчики на левой руке)
Колобок – румяный бок.
Есть Снегурочка – краса,
Три медведя, Волк – Лиса.
Не забудем Сивку-Бурку, (поочередно загибают пальчики на правой руке)
Нашу вещую каурку.
Про жар-птицу сказку знаем,
Репку мы не забываем
Знаем Волка и козлят. (сжимают кулачки)
Этим сказкам каждый рад. (хлопают в ладоши)

Репка

Тянут, тянут бабка с дедкой, (дети вытягивают большие пальцы).
Из земли большую репку (указательные)
К ним пришла тут внучка, (средние)
Подбежала Жучка, (безымянные).
Кошка тоже потянула. (мизинцы.)
Хоть держалась крепко, (берут репку)
Вытянута репка! (поднимают руки вместе с репкой).

Сказки

Мышка быстренько бежала (бег пальцами по столу)
Мышка хвостиком виляла (имитация движения)
Ой, яичко уронила (сжать ручки в кулачки «яичко»)
Посмотрите-ка, разбила (показать «яичко» на вытянутых руках)
Вот ее мы посадили (наклониться)
И водой ее полили (имитация движения)
Вырастала репка, хороша и крепка (развести руки в стороны)
А теперь ее потянем (имитация движения)
И из репы кашу сварим ("держим ложку" имитация еды)
И будем мы от репки здоровые и крепкие (показать «силу»)
Мы славна семья козлят
Мы любим, прыгать и скакать (хлопаем в ладоши)
Мы любим, бегать и играть
Любим рожками бодаться (пальчиками обеих рук показывают «рожки»)

Репка (2)

Репку мы сажали («роете» пальчиками в детской ладошке лунку),
Репку поливали (показываете пальчиками, как льется вода из лейки),

Вырастала репка (показываете, как растет, выпрямляете постепенно пальчики)
Хороша и крепка (оставьте ладони открытыми, а пальцы согните как крючочки!)
Тянем - потянем (руки сцепляются и тянут – каждый в свою сторону),
Вытянуть не можем (потрясли кистями рук),
Кто же нам поможет (прибегают по очереди все герои сказки и помогают тянуть)?
Тянем - потянем, тянем-потянем!
Ух (расцепили руки, потрясли кистями)!
Вытянули репку.

Теремок

Стоит в поле теремок, теремок. (Дети соединяют кончики пальцев рук над головой.)
Он не низок не высок, не высок. (Приседают, опуская руки вниз, встают, поднимая руки вверх)
На двери висит замок, да замок (Руки сомкнуты ладонями и пальцами.)
Кто его открыть бы смог? (Поднимают плечи вверх, опускают.)
Слева зайка, справа мышка, (Дети занимают свои места около теремка.)
Отодвиньте-ка задвижку. (Тянут руки в разные стороны, но пальцы в «замке».)
А лягушка, и медведь (Занимают свои места около теремка.)
Тоже терем хотят отпереть . (Сильно сжимают пальцы.)
А лисичка и волчок открывают теремок! (Открывают «замок» — рассоединяют пальцы по одному и разводят руки в стороны).

«Прилетели гули» русская народная потешка

Прилетели гули, гули-голубочки.
Сели на головку, на головку дочке.
Ты, моя дочка, помаши ладошкой.
Кыш-кыш-кыш!
Махать руками, как крылышками.
Положить руки на голову.
Махать кистями рук, «прогоняя гулю»
«Бабушка» И. Каплунова
Бабушка очки надела
И внучаток разглядела.
-Тики-так, тики-так-
Так ходики стучат.
-Туки-так, туки-так-
Так колеса стучат.
-Туки-ток, туки-ток-

Так стучит молоток.

Соединить большой и указательный пальцы каждой руки отдельно в «колесико», приложить к глазам и посмотреть в «очки».

Все пальцы собраны в кулачок, указательные пальцы поднять вверх и покачивать ими вправо-влево.

Пальцы обеих рук широко раздвинуть, ладони прижать друг к другу, выполнять скользящие движения ладонями от себя, к себе, не отрывая их друг от друга.

Сжать пальцы в кулаки и стучать кулачками друг о друга.

«Платочки» И. Каплунова

Мы платочки стираем,

Крепко-крепко их потрем.

А потом повыжимаем,

Очень крепко отожмем.

А теперь мы все платочки

Так встряхнем, так встряхнем.

А теперь платки погладим,

Мы погладим утюгом.

А теперь платком помашем

И с ним весело попляшем.

Пальцы сжаты в кулаки, тереть кулак о кулак.

Выполнять движение «выжимаем белье».

Пальцы свободные, выполнять легкие движения кистями вверх-вниз.

Выполнять движение «гладим белье» кулачком одной руки по ладони другой.

Выполнять движение «фонарики».

«Кот Мурлыка» И. Каплунова

Вот он кот Мурлыка ходит,

Он все за мышкой бродит.

Мышка, мышка, берегись,

Смотри коту не попадись.

«А-а-ам!»

Легкими, свободными кистями рук выполнять движение «кошечка».

Погрозить пальчиком левой руки, затем правой.

Сделать резкое движение пальцами обеих рук «кошечка» и сжать в кулаки.

«Наша бабушка идет» И. Каплунова

Наша бабушка идет

И корзиночку несет.

Села тихо в уголочек,
Вяжет деточками чулочек.
Вдруг котята прибежали
И клубочки подобрали.
-Где же, где мои клубочки,
Как же мне вязать чулочки?
Хлопать ладонями по коленям поочередно левой, правой рукой.
Пальцы слегка расставить и соединить их с пальцами другой руки.
Положить руки на колени.
Выполнять движение, имитирующее вязание на спицах.
Мягкими кистями рук выполнять движение «кошечка».
Развести руки в стороны.
Выполнять движение «вязание на спицах».

«Моя семья» И. Каплунова

Этот пальчик-бабушка,
Этот пальчик-дедушка,
Этот пальчик-мамочка,
Этот пальчик-папочка,
А этот пальчик - я.
А это - вся моя семья.
Указательным пальцем левой руки дотронуться до большого пальца правой руки.
Указательным пальцем левой руки дотронуться до указательного пальца правой руки.
Дотронуться до среднего пальца.
Дотронуться до безымянного пальца.
Дотронуться до мизинца.
Выполнить движение «фонарики» или положить ладонь правой руки в ладонь левой и пожать ее.
Выполнить это же упражнение, поменяв руки.

«Две тетери» русская народная потешка

Как на нашем на лугу,
Стоит чашка творогу.
Прилетели две тетери,
Поклевали,
Улетели.
Пальцы широко расставлены, легкие движения кистями, ладонями вниз.
Пальцы прижать друг к другу и соединить руки так, чтобы получился большой круг, локти приподнять.
Помахать кистями рук, как крыльями.
Соединить большой и указательный пальцы на обеих руках «клюв».

Помахать руками.

«Масленица»

Положи блинок в ладошку:

Угости мурлыку-кошку,

Угости щенка Трезорку,

Потом мальчика Егорку,

Дай блиночек мамочке,

Дай блиночек папочке.

Прочертить пальцем круг на ладошке.

Загибать пальцы с проговариванием соответствующих слов.

«Идет коза рогатая» русская народная потешка

Идет коза рогатая,

Идет коза бодатая.

Ножками топ-топ.

Глазками хлоп-хлоп.

-Кто кашу не ест,

Кто молоко не пьет-

Того забодаю, забодаю.

Средние и безымянные пальцы согнуты, большие их придерживают, указательные и мизинцы выпрямлены. Покачивать руками.

Пальцы сжаты в кулаки, стучать кулачком по кулачку.

Большой палец снизу, остальные пальцы прижаты друг к другу. Резким движением соединять большой палец с остальными пальцами.

Погрозить указательным пальцем правой руки.

Погрозить указательным пальцем левой руки.

Выполнять первое движение – «коза».

«Уточка»

На волнах качаясь,

Уточка плывет.

То нырнет, то вынырнет-

Лапками гребет.

Совершать плавные движения кистями обеих рук справа налево.

Имитировать движения лапок утки в воде.

«Листочки»

Ты весной видел чудо?

Как из маленькой из почки

Появляются листочки.
Сложить ручки в кулачок, затем разжать их.

«Котик»

Гладим котика рукой.
Выгнул спинку он дугой.
Потянулся он, зевнул,
Замурлыкал и заснул
Одной и другой рукой сделать расслабляющие упражнения для пальцев (гладим котика).

«Качели»

Дети сели на качели,
И качели вверх взлетели.
Опустились плавно вниз.
Ну-ка, с нами прокатись!
Упражнение выполнять вначале правой, затем левой рукой, далее - двумя руками. От запястья кисти рук с прямыми пальцами поднимать вверх, а затем, слегка согнув пальцы, мягко опускать вниз.

«Щенок»

Крутит хвостиком щенок –
Увидал в саду цветок.
Вытянуть указательный палец правой руки и вращать им, затем то же самое – пальцем левой руки.

«Игра в прятки»

Прячься, Петенька,
Прячься, Анечка,
Прячься, Зиночка,
Прячься, Манечка!
Не найдет вас веселый мальчик,
Хоть и самый большой он пальчик.
Поочередно сгибать все пальцы правой, затем левой руки, начиная с мизинца.

«Птичка»

На ладонь посадим птичку,
Кормим милую синичку.

Птичка зернышки клюет,
Деткам песенку поет:
«Тень, тень, потетень,
Я летаю целый день».
Ждут синичку пять птенцов –
Голосистых молодцов.
Детки в гнездышке сидят
И, конечно, есть хотят.
Поставить руку локтем на стол. Пальцы сложить в виде клюва. Ритмично наклонять кисть к ладошке, имитируя движение, как птичка клюет зернышки.

«Два медведя» О. Крупенчук

Сидели два медведя
На тоненьком суку:
Один читал газету,
Другой молот муку.
Раз ку-ку, два ку-ку,
Оба плюхнулись в муку.
Нос в муке,
Хвост в муке,
Ухо в кислом молоке.
Руки согнуты в локтях (сжаты в кулаки), прижаты к туловищу. Ребенок поворачивается из стороны в сторону.
Разводим руки в стороны, как при чтении газеты.
Стучим одним кулаком по другому.
Кулаки «падают» на колени.
Показываем пальцем на нос.
Показываем рукой за спину.
Беремся пальцами за ухо.

«Маша варежку надела» М. Борисенко, Н. Лукина

Маша варежку надела:
-Ой, куда я пальчик дела?
Нету пальчика, пропал!
В свой домишко не попал.
Маша варежку сняла:
-Поглядите-ка, нашла!
Ищешь, ищешь и найдешь.
Здравствуй, пальчик, как живешь?
Гладим правую кисть с обеих сторон, загибаем большой палец.
Поворачиваем ладонь, осматриваем со всех сторон.
Проводим левой рукой по правой от себя. Кисть с выпрямленными пальцами показываем с обеих сторон.

Пожимаем большой пальчик.

«Как под горкой снег»

Как под горкой снег
И на горке снег,
А под снегом спит медведь.
Тише, тише, не шуметь.
Опускаем руки вниз и гладим ладонями ковер.
Поднимаем руки вверх, соединяя пальцы над головой.
Ладони соединяются вместе и кладутся под щеку.
Указательный палец подносится к губам.

«Барашки»

Захотели утром рано
Пободаться два барана.
Выставив рога свои,
Бой затеяли они.
Долго так они бодались,
Друг за друга все цеплялись.
Но к обеду, вдруг устав,
Разошлись, рога подняв.
Ладони обеих рук опущены вниз. Локти разведены в разные стороны.
Указательные пальцы и мизинцы обеих рук согнуты колечком и выдаются вперед, изображая рога барашков. Остальные пальцы прижаты к ладоням.
Бодаться рогами, слегка ударя согнутыми указательным пальцем и мизинцем одной руки об указательный палец и мизинец другой руки.

«Куклы спят»

В ряд колясочки стоят
Куколки в них крепко спят.
Девочки всем мальчикам
Пальчиком грозят:
-Тише, тише, не шумите!
Наших дочек не будите!
Разводят руки в стороны.
Ладонки «спят» под щечкой.
Грозят указательным пальчиком правой руки.

«Кошка и мышка»

Мягко кошка, посмотри,

Разжимает коготки.

И легонько их сжимает -

Мышку так она пугает.

Кошка ходит тихо-тихо,

Половиц не слышно скрипа,

Только мышка не зевает,

Вмиг от кошки удирает.

Пальцы обеих рук сжать в кулак и положить на стол ладонями вниз, затем медленно разжать кулаки, разводя пальцы в стороны, показывая, как кошка выпускает коготки; при выполнении движений кисти рук отрываются от стола, затем кулак или ладонь снова кладутся на стол.

Ладони обеих рук лежат на столе; локти разведены в разные стороны, кошка (правая рука) крадется: все пальцы правой руки медленно шагают по столу вперед. Мышка (левая рука) убегает:

пальцы другой руки быстро движутся назад)

«Зайка»

По лесной лужайке

Прыгал серый зайка,

Ушками шлеп-шлеп,

Ножками топ-топ!

Он к пенечку прибежал,

Лапочками застучал:

«Тра-та-та! Тра-та-та!

Жизнь у зайки - красота!

Не боюсь я никого,

Даже волка самого.

Как услышим волчий вой-

Убежим скорей домой!»

Легко ударяют пальцами правой руки по левой ладони.

Показывают «ушки»

Топают ногами

Ритмично шлепают по коленям.

Качают указательным пальцем вправо-влево.

Ладонками показывают, как волк стучит зубами.

Бегают пальчиками по коленям.

«Белочка»

Белочка-резвушка,

Лесная веселушка,

Целый день старается

На зиму запасается,

С ветки – прыг,

На ветку – скок!
Раз – грибок!
Два – грибок!
Три – орешек в скорлупе,
Будет он лежать в дупле,
А еще в кладовочке
На тоненькой веревочке
Высохнет рябина,
Красная калина.
И зимою в холода
Будет белочка сыта.
Хлопки ритмично чередуются со шлепками по коленям.
Стучат кулачком о кулачок.
Поднимают руки вверх.
Опускают руки на плечи.
Загибают пальцы левой руки соответственно тексту

«Пальчик Петя»

Жил-был пальчик Петя
Вышел пальчик к детям
-Есть у вас шалуны?
Есть у вас драчуны?
-Нет у нас шалунов,
Нет у нас драчунов.
Смотри, какие малыши!
Лучше с ними попляши!
Тут собачка прибежала,
Всех ребяток испугала!
Пальцы спрятались в кулак,
Собачке не найти никак.
Кулачки тут застучали
И собачку вмиг прогнали!
Снова пляшут пальчики
У девочек и мальчиков.
Тут лисичка прибежала,
Всех ребяток испугала!
Пальцы спрятались в кулак,
Лисичке не найти никак.
Кулачки тут застучали
И лисичку вмиг прогнали!
Снова пляшут пальчики
У девочек и мальчиков.
Пальчики играли,
Пальчики устали.

Вместе собрались

И под щечку улеглись.

Воспитатель показывает палец с надетым на него шариком.

Дети качают пальцами влево - вправо.

Пальчики «пляшут» - движение кистями рук «фонарики».

Воспитатель показывает пальцами собачку.

Дети сжимают пальцы в кулаки.

Стучат одним кулачком о другой.