**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №79 г.Липецка**

**КАРТОТЕКА**

**ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ**

(старший дошкольный возраст)



Подготовил воспитатель:

 Метельская Н.К.

**«Дружба»**

Дружат в нашей группе девочки и мальчики,

*(****пальцы****рук соединяются ритмично в «замок»)*

Мы с тобой подружим маленькие **пальчики**,

*(ритмичное касание одноименных****пальцев обеих рук****)*

Раз, два, три, четыре, пять,

*(поочередное касание одноименных пальцев, начиная с мизинца)*

*Начинай считать опять.*

Раз, два, три, четыре, пять,

Мы закончили считать.

*(руки виз, встряхнуть кистями)*

**«Овощи»**

Мы капустку рубим – рубим,

Мы капустку солим – солим,

Мы капустку трем – трем,

Мы капустку жмем – жмем.

*(Имитация движений)*

*«У Лариски – две редиски»*

У Лариски – две редиски.

*(по очереди разгибать****пальчики****)*

У Алешки – две картошки.

У Сережки-сорванца – два зеленых огурца.

А у Вовки – две морковки.

Да еще у Петьки две хвостатых редьки.

**«Компот»**

Будем мы варить компот

Фруктов нужно много. Вот:

*(левую****ладошку держат****«ковшиком»,*

 *указательным****пальцем правой руки****«мешают»)*

Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить.

Отожмем лимонный сок,

Слив положим, сахарок.

*(загибают****пальчики по одному****,*

 *начиная с большого****пальца****)*

Варим, варим мы компот.

Угостим честной народ.

**«Зайцы»**

Десять серых зайцев

Дремали под кустом,

*(руки свободно лежат на столе)*

И двое вдруг сказали:

*«Вон человек с ружьем»*

*(поднять вверх большие****пальцы обеих рук****)*

Двое закричали: *«Давайте убежим!»*,

*(поднять вверх указательные****пальцы обеих рук****)*

Двое прошептали

*«Давайте помолчим!»*,

*(поднять вверх средние****пальцы обеих рук****)*

Двое предложили:

*«Мы спрячемся в кустах!»*

*(поднять вверх безымянные****пальцы обеих рук****)*

А двое вдруг спросили:

«Он может сделать *«Бах»*?»

*(поднять вверх мизинцы обеих рук)*

*«Бах»* - выстрелил охотник,

*(хлопнуть в ладоши)*

Нажав ружья курок,

И десять серых зайцев

Пустились наутек.

*(бежим всеми****пальчиками по столу****)*

**«На базар мы ходили»**

На базар ходили мы,

*(соединение****пальцев подушечками****, начиная с мизинцев,*

 *по одной паре****пальцев на каждую*** *стихотворную строчку*)

Много груш там и хурмы,

Есть лимоны, апельсины,

Дыни, сливы, мандарины,

Но купили мы арбуз –

Это самый вкусный груз!

**«Веселая мышка»**

Веселая мышка

Перчатку нашла,

*(****пальцы в стороны****, покрутить****ладошкой****)*

Гнездо в ней устроив,

*(сложить ладоши ковшом)*

Мышат позвала.

*(поманить, сгибая и разгибая****пальцы****)*

Им корочку хлеба

Дала покусать,

*(кончиком большого****пальца****поочередно стучим*

*по кончикам остальных****пальчиков****)*

Погладила всех

*(одна ручка гладит другую и наоборот)*

И отправила спать.

*(сложенные ладони кладем под щечку)*

**«Котенок»**

Шел один я по дорожке,

*(показываем один****пальчик****)*

Шли со мной мои две ножки,

*(показываем два****пальчика****)*

Вдруг на встречу три мышонка,

*(показываем три****пальчика****)*

Ой, мы видели котенка!

*(качаем головой)*

У него четыре лапки,

*(показываем четыре****пальчика****)*

На лапках – острые царапки,

*(царапаем ноготками по столу или по коленкам)*

Один, два, три, четыре, пять,

*(на каждый счет показываем соответствующее число****пальчиков****)*

Нужно быстро убегать!

*(убегаем указательным и средним****пальчиками****)*.

**«Дружные пальчики»**

Эти **пальчики щипают**,

*(большим и указательным****пальцем****щипаем ладонь другой руки)*

Эти **пальчики гуляют**,

*(указательный и средний «идут» по другой руке)*

Эти – любят поболтать,

*(средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга (шурша)*

Эти – тихо подремать,

*(безымянный и мизинец прижимаем к ладони)*

А большой с мизинцем братцем

Могут чисто умываться.

*(крутим большим****пальцем вокруг мизинца****)*

**«Кролик»**

Маленький кролик с большими ушами,

*(кисти прижать к голове, как ушки)*

Розовым носом,

*(указательными****пальцами дотронуться до носа****)*

Смешными усами

*(указательные****пальцы прижаты к губам****)*

Норку глубокую роет себе

Сильными лапками в мягкой земле.

*(роем норку (колени)*

Чистит он шерстку себе

(*«чистим шерстку»*)

Или спит.

*(руки складываем, кладем под щеку)*

Кролик ушами всегда шевелит.

*(шевелим «ушами»)*

Слышит шаги и лисиц, и волков,

Прячется в норку свою от врагов.

*(сжаться в комочек или спрятаться в мамины коленки)*

**«Апельсин»**

Мы делили апельсин

Много нас – а он – один!

*(левая рука в кулачке, правая ее обхватывает)*

Эта долька – для ежа,

(*правой рукой поочередно разжимаем****пальцы левой руки****,*

 *начиная с мизинчика)*

Эта долька – для чижа,

Эта долька – для котят,

Эта долька — для утят,

Эта долька — для бобра,

А для волка – кожура!

*(встряхиваем обе кисти)*

**«Домик»**

Под грибом – шалашик-домик,

*(соедините ладони шалашиком)*

Там живет веселый гномик.

Мы тихонько постучим,

*(постучать кулаком одной руки о ладонь другой руки)*

В колокольчик позвоним.

(*ладони обеих рук обращены вниз,****пальцы скрещены****;*

 *средний палец правой руки опущен вниз и слегка качается*)

Двери нам откроет гномик,

Станет звать в шалашик-домик.

В домике дощатый пол,

*(ладони опустить вниз, ребром прижать друг к другу)*

А на нем – дубовый стол.

*(левая рука сжата в кулак, сверху на кулак опускается ладонь правой руки)*

Рядом – стул с высокой спинкой.

*(направить левую ладонь вертикально вверх, к ее нижней части приставить кулачок правой руки большим****пальцем к себе****)*

На столе – тарелка с вилкой.

*(ладонь левой руки лежит на столе и направлена вверх,*

*изображая тарелку, правая рука изображает вилку:*

 *ладонь направлена вниз, четыре****пальца****выпрямлены и*

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

И блины горой стоят -

Угощенье для ребят.

*«Раз, два, три, четыре, пять»*

Раз, два, три, четыре, пять!

*(по очереди загибать****пальцы на правой руке****)*

Будем **пальчики считать**: крепкие, дружные, все такие нужные.

*(ритмично сжимать и разжимать кулачки)*

На другой руке опять: раз, два, три, четыре, пять!

*(по очереди загибать****пальцы на левой руке****)*

**Пальчики быстрые**, хотя не очень. чистые.

*(помахать****пальцами обеих рук****)*

**«Дом»**

На поляне дом стоит,

*(«дом» изобразить двумя руками, крышу дома –****пальцы***

*левой и правой рук соприкасаются друг с другом*)

Ну, а к дому путь закрыт.

*(правая и левая руки повернуты ладонями к себе,*

 *средние пальцы соприкасаются друг с другом,*

*большие****пальцы – вверх****(«ворота»)*

Мы ворота открываем,

*(ладони разворачиваются параллельно друг другу)*

В этот домик приглашаем.

**«Матрешка»**

У Матрешкиной сестрицы

*(ритмичные удары****пальцами правой руки****,*

*начиная с указательного, по левой ладони)*

По деревне небылиц

*(ритмичные удары****пальцами левой руки****,*

 *начиная с указательного, по правой ладони)*

Ходит утка в юбке,

*(на каждое название животного загибают*

***пальцы на руках****, начиная с больших)*

В теплом полушубке,

Курочка – в жилете,

Петушок – в берете,

Коза – в сарафане,

Заинька – в кафтане,

А всех их пригоже

*(ритмичные чередующиеся хлопки в ладоши и удары кулачками)*

Корова в рогоже.

**«Потешка»**

- Солнышко-ведрышко!

*(развести руки в стороны и раздвинуть****пальцы****)*

Взойди поскорей,

*(поднять руки вверх)*

Освети, обогрей

(сделать *«фонарики»* перед собой)

Телят да ягнят,

(показать *«рожки»* на голове)

Еще маленьких

*(не до конца соединить, указательный палец и большой)*

ребят

 *(приложить ладони к груди)*

**«Тише, тише не шумите»**

Этот **пальчик хочет спать**,

*(загнуть большой палец)*

Этот **пальчик лег в кровать**,

*(загнуть указательный палец)*

Этот **пальчик чуть вздремнул**,

*(загнуть средний палец)*

Этот **пальчик уж уснул**

*(загнуть безымянный палец)*

Этот крепко-крепко спит

*(загнуть мизинец)*

Тише, тише, не шумите…

*(погрозить****пальцем****)*

Солнце красное взойдет,

Утро ясное придет,

Будут птицы щебетать,

Будут **пальчики вставать**!

**«Начало весны»**

Снова солнце в небе улыбается,

*(соединять****пальцы****правой руки с большим)*

Снег растаял, ручейки звенят.

*(соединять****пальцы****левой руки с большим)*

И подснежник первый распускается,

(*ладони вверх,****пальцы сложены лодочкой****,*

 *запястья рук прижаты друг к другу; разъединять*

***пальцы****, постепенно отводя их друг от друга)*

С юга птицы с песнями летят.

(*ладони повернуты к себе, большие пальцы переплетены,*

*остальными пальцами совершать колебательные движения – «птичка»)*

**«Мамочка»**

Мамочка, мамочка

*(поочередно загибаем****пальчики правой руки****, начиная с большого)*

Любимая моя,

Ведь ты знаешь, мамочка,

*(затем то же на левой руке)*

Как я люблю тебя.

*(правую руку сжать в кулак,****ладошкой****левой крепко его обхватить)*

**«Мамины помощники»**

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».

**«Жучки»**

Прилетела к нам вчера

*(машут****ладошками****)*

Полосатая пчела.

*(на каждое название насекомого загибают****пальчик****)*

А за нею шмель-шмелёк

И веселый мотылек,

Два жука и стрекоза,

Как фонарики глаза.

*(делают кружочки из****пальчиков подносят к глазам****)*

Пожужжали, полетали,

От усталости упали.

*(роняют ладони на стол)*

**«Рисуем»**

Я взял бумагу, карандаш,

(*«рисуют»* карандашом)

Нарисовал дорогу.

*(сжимают, разжимают кулачки)*

На ней быка изобразил,

А рядом с ним корову.

*(показывают рога)*

Направо дом, налево сад…

*(показывают крышу дома)*

В лесу двенадцать кочек.

На ветках яблочки висят,

(*«рисуют»* кочки и яблочки)

И дождичек их мочит.

Потом поставил стул на стол,

Тянусь как можно выше.

*(тянут руки как можно выше)*

Уф! Свой рисунок приколол

Совсем неплохо вышел!

**«Весна идет»**

Иди, весна, иди, красна,

(*«шагают»* **пальчиками обеих рук по столу**)

Принеси ржаной колосок,

Овсяный снопок,

Яблоки душистые,

Груши золотистые,

Большой урожай в наш край.

*(загибают по одному****пальчику с мизинца****)*.

