

***Консультация для родителей:
«Карточка пальчиковых игр»***

*Подготовила
инструктор по физической культуре
Квиндт Т.Н*



Пальчиковые игры (пальчиковые игры для детей 4-6 лет)

1. КАПИТАН

Концы пальцев направить вперед, прижать руки, ладонями друг к другу, слегка приоткрыв. Проговаривая стишок, показывать, как лодка качается на волнах, а затем плавными движениями рук - сами волны. Потом по тексту стиха показать чайку, скрестив руки, соединив ладони тыльной стороной и помахать пальцами, сжатыми вместе.

Выпрямленными ладонями с пальцами, прижатыми друг к другу изобразить рыбок. Плавными движениями ладоней показать, как рыбы плывут в воде.

Я плыву на лодке белой

По волнам с жемчужной пеной.

Я - отважный капитан,

Мне не страшен ураган.

Чайки белые кружатся,

Тоже ветра не боятся.

Лишь пугает птичий крик

Стайку золотистых рыб.

И, объездив чудо-страны,

Посмотрев на океаны,

Путешественник-герой,

К маме я вернусь домой.

2. ДОМИК

Проговаривая этот стишок, сопровождайте его движениями рук. Пусть ребенок подражает Вашим действиям.

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 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 -

Угощение для ребят.

3. ГРОЗА

Капли первые упали,

(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по столу)

Пауков перепугали.

(внутренняя сторона ладони опущена вниз;

пальцы слегка согнуть и, перебирая ими,

показать, как разбегаются пауки)

Дождик застучал сильнее,

(постучать по столу всеми пальцами обеих рук)

Птички скрылись среди ветвей.

(скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной;

махать пальцами, сжатыми вместе).

Дождь полил как из ведра,

(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук)

Разбежалась детвора.

(указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу,

изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони).

В небе молния сверкает,

(нарисуйте пальцем в воздухе молнию)

Гром все небо разрывает.

(барабанить кулаками, а затем похлопать в ладоши)

А потом из тучи солнце

(поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)

Вновь посмотрит нам в оконце!

4. БАРАШКИ

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 ударяя согнутыми указательным пальцам и мизинцем одной руки об указательный палец и мизинец другой руки.

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

5. МОЯ СЕМЬЯ

Поднять руку ладонью к себе и в соответствии с текстом стиха в определенной последовательности пригибать пальцы, начиная с безымянного, затем мизинец, указательный палец, средний и большой.

Знаю я, что у меня

Дома дружная семья:

Это - мама,

Это - я,

Это - бабушка моя,

Это - папа,

Это - дед.

И у нас разлада нет.

6. КОШКА И МЫШКА

Мягко кошка, посмотри,

Разжимает коготки.

(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)

И легонько их сжимает -

Мышку так она пугает.

Кошка ходит тихо-тихо,

(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).

Половиц не слышно скрипа,

Только мышка не зевает,

Вмиг от кошки удирает.

7. ПАУЧОК

Паучок ходил по ветке,

А за ним ходили детки.

Дождик с неба вдруг полил,

Паучков на землю смыл.

Солнце стало пригревать,

Паучок ползёт опять,

А за ним ползут все детки,

Чтобы погулять на ветке.

Руки скрещены; пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки. Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (дождик).

Хлопок ладонями по столу/коленям.

Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками (солнышко светит)

Действия аналогичны первоначальным

"Паучки" ползают на голове.

8. ПЧЁЛКИ

Домик маленький на ёлке,

Дом для пчёл, а где же пчёлки?

Надо в дом постучать,

Раз, два, три, четыре, пять.

Я стучу, стучу по ёлке,

Где же, где же эти пчёлки?

Стали вдруг вылетать:

Раз два, три, четыре, пять!

Одна из рук стоит на столе, опираясь на локоть, пальцы растопырены (ёлка) На второй руке пальцы смыкаются в кольцо (улей). "Улей" прижат к "ёлке" Дети заглядывают в "улей". Сжимаем кулачки. Стучим кулаками друг о друга, чередуя руки.

Разводим руками, растопыриваем пальцы и шевелим ими (пчёлки летают).

9. ЧЕРВЯЧКИ

Раз, два, три, четыре, пять,

Червячки пошли гулять.

Раз, два, три, четыре, пять,

Червячки пошли гулять.

Вдруг ворона подбегает,

Головой она кивает,

Каркает: "Вот и обед!"

Глядь - а червячков уж нет!

Ладони лежат на коленях или на столе. Пальцы, сгибая, подтягиваем к себе ладонь (движение ползущей гусеницы), идем по столу указательным и средним пальцами (остальные пальцы поджаты к ладони).

Складываем пальцы щепоткой, качаем ими вверх и вниз.

Раскрываем ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные вверх.

Сжимаем кулачки, прижимая их к груди

10. ПЯТЬ УТЯТ

Пять утят плывут вперед,

На берегу их мама ждёт,

Но только четверо утят

Вернулись к мамочке назад.

Четверо утят плывут...

Трое утят плывут...

Двое утят плывут...

Вот один плывёт вперед,

На берегу его мама ждёт,

И сразу пятеро утят

Вернулись к мамочке назад.

Одна из рук - "мама утка" - стоит на столе, опираясь на локоть. Пальцы сложены щепоткой. Вторая рука - утята. Выполняем волнообразные движения по направлению к "утке". Количество разогнутых пальцев соответствует количеству утят (постепенно пальцы загибаются).

На слова "На берегу их мама ждёт" "киваем" кистью руки ("мамой-уткой").

11. ВЕТЕР

Ветер дует, задувает,
Пальму в стороны качает.
Ветер дует, задувает,
Пальму в стороны качает.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
Чайка над водой летает
И за рыбками ныряет.
Чайка над водой летает
И за рыбками ныряет.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
А под пальмой краб сидит
И клешнями шевелит.
Под водой на глубине
Крокодил лежит на дне.

Под водой на глубине

Крокодил лежит на дне.

А под пальмой краб сидит

И клешнями шевелит.

А под пальмой краб сидит

И клешнями шевелит.

Руки стоят на столе, опираясь на локти. Кисти прижаты друг к другу основаниями, пальцы растопырены (крона пальмы). Раскачиваем руками в разные стороны, стараясь не поднимать локти.

Ладони лежат на столе, прижаты друг к другу боковыми частями.

Пальцы рук согнуты, растопырены (клешни). Шевелим ими.

Ладони соединены большими пальцами, остальные пальцы сжаты, разведены в стороны (крылья); "машем" ими в воздухе.

Ладони сомкнуты и чуть округлены; выполняем волнообразные движения.

Ладони основаниями прижаты друг к другу; пальцы согнуты (зубы).

Лёжа на тыльной стороне одной из рук, "открываем и закрываем рот" крокодила.

Перевернув руки на другую сторону, повторяем движения.

12. РЫБКИ

Пять маленьких рыбок

Играли в реке,

Лежало большое

Бревно на песке,

И рыбка сказала:

Нырять здесь легко!"

Вторая сказала:

“Ведь здесь глубоко”.

А третья сказала:

“Мне хочется спать!”

Четвёртая стала

Чуть-чуть замерзать.

А пятая крикнула:

“Здесь крокодил!

Плывите скорей,

Чтобы не проглотил!”

Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем волнообразные движения в воздухе.

Руки прижаты друг к другу; переворачиваем их с боку на бок.

Ладони сомкнуты, чуть округлены. Выполняем ими "ныряющее" движение.

Качаем сомкнутыми ладонями (отрицательный жест).

Ладони поворачиваем на тыльную сторону одной из рук (рыбка спит).

Быстро качаем ладонями (дрожь).

Запястья соединены; ладони раскрываются и соединяются (рот).

Быстрые волнообразные движения сомкнутыми ладонями (рыбки уплывают).

13. УЛИТКА

В домике она сидит,

Рожки высунув, молчит.

Вот улиточка ползёт

Потихонечку вперёд.

На цветочек заползёт,

Лепесточки погрызёт.

Рожки в голову втянула,

В домик спряталась, заснула.

Одна из рук - "цветочек". Она стоит на столе, опираясь на локоть.

Пальцы полусогнуты, растопырены. Ладонка - чашечка цветка.

Вторая рука - улитка. Большой, средний и безымянный пальцы соприкасаются кончиками. Указательный и мизинец вытянуты вперёд (рога улитки).

"Улитка" раскачивается из стороны в сторону.

Ползёт вперёд по столу.

"Улитка" заползает на "цветочек".

"Улитка" поочередно обхватывает пальцы ("лепесточки") второй руки ("цветочка").

Рука ("улитка") сворачивается в кулак ("втягивает рожки").

Вторая рука ("цветочек") закрывается, пряча "улитку" в "бутоне".

14. ЧАСЫ

Садимся на коврик или подушку (на колени). Перебираем пальчиками ("бежим") от коленочек до макушки

Мышь полезла в первый раз

Посмотреть, который час.

Вдруг часы сказали: "Бом!",

Один хлопок над головой.

Мышь скатилась кувырком.

Руки "скатываются" на пол.

Мышь полезла второй раз

Посмотреть, который час.

Вдруг часы сказали: "Бом, бом!"

Два хлопка.

Мышь скатилась кувырком.

Мышь полезла в третий раз

Посмотреть, который час.

Вдруг часы сказали: "Бом, бом, бом!"

Три хлопка.

Мышь скатилась кувырком.

15. ПЕРЧАТКА

Весёлая мышка

Перчатку нашла,

Раскрываем ладонь, пальцы растопырены (перчатка). Поворачиваем руки то ладонью, то тыльной стороной вверх.

Гнездо в ней устроив,

Складываем ладоши "ковшом"

Мышат позвала.

Сгибаем - разгибаем пальцы ("зовущий" жест)

Им корочку хлеба

Дала покусать,

Кончиком большого пальца поочередно стучим по кончикам остальных пальчиков.

Погладила (отшлёпала) всех

Большим пальцем гладим ("шлёпаем") остальные (скользящим движением от мизинца к указательному).

и отправила спать.

Ладони прижимаем друг к другу, кладём под щёку (спим).

16. КОТЯТА

Ладони 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

И самых красивых.

Постукиваем соответствующими пальцами друг о друга (от большого к мизинцу).

17. ТАРАКАНЫ

За буфетом под пакетом десять тараканов. (2 раза)

Ладони раскрываем, прижимаем к боковой поверхности стола, пальцы рук ("тараканы") растопырены, шевелим ими.

Самый храбрый таракан побежал к тебе в карман.

Бежим пальцами рук по туловищу, имитируем заползание "за шиворот".

За буфетом под пакетом девять тараканов.

Загибаем один из пальцев, крутим остальными, показывая, что теперь осталось девять тараканов.

За буфетом под пакетом девять тараканов. (2 раза)

Движения повторяются аналогично первому куплету, только теперь пальцев (тараканов) не десять, а девять.

И так далее.

18. У ЖИРАФОВ

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.

Хлопаем по всему телу ладонями.

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках.

Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.

Щипаем себя, как бы собирая складки.

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках.

Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

У котятков шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

У котятков шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.

Поглаживаем себя, как бы разглаживая шёрстку

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носгах, на животах, на коленях и носках.

Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

А у зебры есть полосы, есть полосочки везде.

А у зебры есть полосы, есть полосочки везде.

Проводим ребрами ладони по телу (рисуем полосочки)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

На носах, на животах, на коленях и носках.

Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.

19. ПОРОСЯТА

Пальцы рук растопырены; поочередно "идём" по столику или коленочкам каждым из пальчиков.

Этот толстый поросёнок целый день хвостом вилял,

Мизинцы.

Этот толстый поросёнок спинку об забор чесал.

Безымянные.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю

"Фонарики".

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю

Сжимаем и разжимаем кулачки.

Этот толстый поросёнок носом землю ковырял,

Средние.

Этот толстый поросёнок что-то сам нарисовал.

Указательные.

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросенок я люблю

Сжимаем и разжимаем кулачки.

Этот толстый поросёнок - лежебока и нахал,

Большие.

Захотел спать в серединке и всех братьев растолкал.

Руку сжимаем в кулак, большой палец зажимаем внутрь.

20. ДВА КОЗЛИКА

На обеих ручках прижимаем большими пальцами средние и безымянные.

Как-то раз к кому-то в гости

Шёл козлёнок через мостик,

Держим кисти горизонтально, сближаем руки.

А навстречу шёл другой,

Возвращался он домой.

На первый слог каждой строчки соединяем руки с размаха.

Два рогатых глупых братца

Стали на мосту бодаться,

Не желая уступить

И другого пропустить.

Долго козлики сражались,

Разбегались и толкались.

Вот с разбега лбами - бух!

На слово "бух" - хлопаем в ладоши.

И с моста в водичку - плюх!

Роняем руки на колени.

21. ЗАЙЦЫ

Руки лежат на столе или коленях, пальцы расслаблены. В соответствии с текстом приподнимаем поочерёдно пару одноимённых пальцев, начиная с больших.

Десять серых зайцев

Дремали под кустом,

И двое вдруг сказали:

“Вон человек с ружьём”

Двое закричали:

“Давайте убежим!”,

Двое прошептали

“Давайте помолчим!”,

Двое предложили:

“Мы спрячемся в кустах!”

А двое вдруг спросили:

Он может сделать “Бах”?”

“Бах” - выстрелил охотник,

Хлопаем в ладоши.

Нажав ружья курок,

Бежим пальчиками по столу или коленям.

И десять серых зайцев

Пустились наутёк.

22. РАЗМИНКА

Выполняем подражательные движения в соответствии с текстом.

Головами покиваем,

Носиками помотаем,

А зубами постучим

И немножко помолчим.

Прижимаем указательные пальцы к губам.

Плечиками мы покрутим

И про ручки не забудем.

Пальчиками потрясём

И немножко отдохнём.

Наклонившись вниз, качаем расслабленными руками.

Мы ногами поболтаем

И чуть-чуть поприседаем,

Ножку ножкой подобьём

И сначала всё начнём.

Подпрыгиваем на месте в ритме текста.

Далее темп ускоряется.

Головами покиваем,

..

Плечиками мы покрутим,

...

23. ВЕСНА

Пальцы складываем щепоткой. Качаем ими.

Стучат всё громче дятлы,

Синички стали петь.

Ладони сомкнуты "ковшом", поднимаем руки вверх, раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены.

Встаёт пораньше солнце,

Чтоб землю нашу греть.

Движения повторяются.

Встаёт пораньше солнце,

Чтоб землю нашу греть.

Бегут ручьи под горку,

Растаял весь снежок,

Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повернуты вниз).

А из под старой травки

Ладони сомкнуты "ковшом".

Уже глядит цветок...

Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка)

А из под старой травки

Уже глядит цветок

Движения повторяются.

Раскрылся колокольчик

Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак.

В тени там, где сосна,

Пальцы постепенно разжитаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика).

Динь-динь, звенит тихонько,

Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая "динь-динь".

Динь-динь, пришла весна.

Динь-динь, звенит тихонько,

Динь-динь, пришла весна.