Картотека пальчиковой гимнастики (Игры).

Пальчиковая гимнастика — это игровые движения рук и пальцев, которые часто сопровождаются короткими стихами и ритмичной речью. Упражнения пальчиковой гимнастики весьма эффективны при развитии мелкой моторики, очень просты в исполнении и не требуют много времени. Это незаменимый помощник родителей в гармоничном и своевременном развитии ребенка. Эффективность пальчиковых игр связана с особенностями строения коры головного мозга. Речевые зоны расположены в ней в непосредственной близости к двигательным центрам. Активные движения пальцами и руками активизируют работу нейронов в обеих зонах.

Пальчиковая гимнастика (игры) способствуют развитию:

- Мелкой моторики. Постоянно повторяя упражнения, малыш развивает гибкость кистей и пальцев, их подвижность. Улучшается координация движений.
- Внимания. Играя с пальцами, ребенок тренирует устойчивость внимания, ее объем, умение концентрироваться.

- Речи. В процессе пальчиковых игр малыш прислушивается к речи взрослых и начинает повторять слова, которые слышит. Параллельно в коре головного мозга активизируются речевые центры, увеличивается словарный запас ребенка.
    - Память. Все движения в пальчиковых играх сопровождаются рассказами, считалками или стихами. Малыш следит за словами и постепенно запоминает их, ассоциируя с движениями собственных пальцев. В этот момент развивается как кратковременная, так и долгосрочная память ребенка.
    - Воображение и творческие способности. Стихи и любые рассказы, сопровождающие игру с пальчиками, пробуждают творческий потенциал малыша. Читайте больше

Пальчиковая гимнастика способствует социализации ребенка и созданию благоприятной эмоциональной атмосферы. Играя пальчиками, малыш учится подражать взрослым, вслушиваться в речь, повышает свою речевую активность, готовит руку к письму и развлекается.

Чтобы пальчиковые игры для детей приносили максимальную пользу, следует придерживаться нескольких правил:

В упражнениях должны сочетаться движения на сжатие, расслабление и растяжение кистей рук, а также изолированные движения всех пальцев.

1. С малышами до трёх лет гимнастику выполняют ежедневно по 3–5 минут, с дошколятами — до 10 минут каждый день.

1. Не нужно постоянно разучивать новые упражнения: многократное повторение позволит запомнить текст стишка и очерёдность всех движений. Достаточно выбрать несколько игр из нашей картотеки и практиковать их ежедневно.
2. Если малышу уже исполнилось полгода, можно использовать для массажа ручек и ножек различные предметы: тактильные мячики, многогранные карандаши, грецкие орехи или мягкие зубные щётки.
3. Пальчиковые игры для дома или детского сада подбираются с учётом возраста детей:

- детям до года-полутора, которые ещё не могут повторить движения за взрослыми, проводится массаж пальчиков и кистей;
- в два-три года малыши выполняют простые упражнения для кистей рук — сначала одной рукой, затем двумя;
- в возрасте четырёх-пяти лет дети могут выполнять динамические упражнения на сгибание и разгибание пальцев и координацию движений, при этом сами проговаривают тексты потешек;

старшим дошкольникам подходят статические игры, которые требуют большой концентрации и точности движений.

Пальчиковые игры для детей — отличный способ развлечь ребёнка в любой обстановке, обогатить его словарный запас и подготовить детскую руку к письму и творчеству. Для таких упражнений не нужны дидактические

материалы и реквизит, а заниматься достаточно по 5–10 минут в день. Мы уверены, что наша подборка пальчиковых игр станет незаменимым помощником в развитии вашего ребёнка!

Сорока

Сорока-белобока

Кашу варила, деток кормила:

(*Водим пальцем по кругу по ладошке малыша*)

Этому дала, этому дала,

Этому дала, этому дала,

(*По очереди загибаем все пальчики, кроме большого*)

А этому не дала:

Он в лес не ходил,

Дров не рубил,

Печь не топил,

Кашу не заслужил!

(Плавно покачиваем и массируем большой палец

МОЯ СЕМЬЯ

Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик - папочка,

Этот пальчик - мамочка,

Этот пальчик - я,

Вот и вся моя семья!

По очередное сгибание пальцев, начиная с большого. По окончании покрутить кулачком.

ПРЯТКИ

(*Ритмично сгибать и разгибать пальцы*)

В прятки пальчики играли

И головки убирали.

Вот так, вот так,

И головки убирали.

Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: по очередное сгибание пальчика на обеих руках.

ПАЛЬЧИК - МАЛЬЧИК

Пальчик - мальчик, где ты был?

С этим братцем в лес ходил,

С этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел.

На первую строчку показать большие пальцы на обеих руках. Затем поочередно соединять их с остальными пальцами.

Фонарики

Вот фонарики горят,

Всех ребяток веселят!

(Крутим кистями рук с растопыренными пальцами)

Вдруг погасли фонари,

(Сжимаем руки в кулачки)

Ты скорей домой беги!
(Прячем руки за спину).

УЛЕЙ

Вот маленький улей, где пчелы спрятались,

Никто их не увидит.

Вот они показались из улья.

Одна, две, три, четыре, пять! Зззз!

Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели.

ЧЕРЕПАХА

Вот моя черепаха, она живёт в панцире.

Она очень любит свой дом.

Когда она хочет есть, то высовывает голову.

Когда хочет спать, то прячет её обратно.

Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно.

КАПУСТКА

Мы капустку рубим, рубим,

Мы капустку солим, солим,

Мы капустку трем, трем,

Мы капустку жмём, жмём.

Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.

ПЯТЬ ПАЛЬЦЕВ

На моей руке пять пальцев,

Пять хвательцев, пять держальцев.

Чтоб строгать и чтоб пилить,

Чтобы брать и чтоб дарить.

Их не трудно сосчитать:

Раз, два, три, четыре, пять!

Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках.

МЫ РИСОВАЛИ

Мы сегодня рисовали, Наши пальчики устали.

Наши пальчики встряхнем, Рисовать опять начнем.

Плавно поднять руки перед собой, встряхивать кистями.

Ёлочка

Перед нами ёлочка:

(Скрещиваем пальцы рук, указательные пальцы подняты вверх)

Шишечки, иголочки,

(Сжимаем руки в кулачки, затем выпрямляем указательные пальцы)

Шарики, фонарики,

(Указательный и большой пальцы смыкаем в кольцо, затем «крутим фонарики»)

Зайчики и свечки,

(Ушки зайчиков показываем вытянутыми указательными и средними пальцами обеих рук, свечки — прижатые друг к другу ладони и пальцы обеих рук)

Звёзды, человечки.

(Прижимаем ладони с раздвинутыми пальцами, затем перебираем указательными и средними пальцами по столу, имитируя шаги).

ПОВСТРЕЧАЛИСЬ

Повстречались два котенка: "Мяу-мяу!",

Два щенка: "Ав-ав!",

Два жеребенка: Иго-го!",

Два тигренка: "Ррр!"

Два быка: "Муу!".

Смотри, какие рога.

На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строчку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы.

ЛОДОЧКА

Две ладошки прижму И по морю поплыву.

Две ладошки, друзья, - Это лодочка моя.

Паруса подниму,

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам

Плывут рыбки тут и там.

На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок.

РЫБКИ

Рыбки весело резвятся

В чистой тепленькой воде.

То сожмутся, разожмутся,

То зароются в песке.

Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.

Дружба

Дружат в нашей группе Девочки и мальчики.

(*Обхватить правой ладонью левую и, покачивать в ритме стихотворения*)

Мы с тобой подружим Маленькие пальчики.

(*Обхватить левую ладонь правой и покачивать в ритме стихотворения*)

Один, два, три, четыре, пять. Пять, четыре, три, два, один.

(*Соединить пальчики обеих рук, начиная с большого. Затем соединять, начиная с мизинца*.)

ЗАЙЦЫ

Скачет зайка косой

Под высокой сосной.

Под другою сосной

Скачет зайка другой.

Указательный и средний пальцы правой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить. На вторую строчку - ладонь левой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставить, на третью строчку - ладонь правой руки поднять вертикально вверх, пальцы широко расставлены. На последнюю строчку - указательный и средний пальцы левой руки вытянуть, остальные выпрямить и соединить.

Паровоз

Ехал, ехал паровоз,
(Пальцы обеих рук сложены в замок, большими пальцами совершаем круговые движения)
Прицепил вагон, повёз.
(Соединяем указательные пальцы обеих рук, при этом большие пальцы продолжают двигаться)

Ехал, ехал паровоз,

Прицепил вагон, повёз.

(Последовательно соединяем средние, безымянные пальцы, затем мизинцы обеих рук).

НА ПОСТОЙ

Русская игра

Руки перед грудью, ладони сомкнуты. Мизинцы - дети *(говорят тоненьким голосом)*. Безымянные пальцы - мама*(говорит обычным голосом)*. Средние пальцы - папа *(говорит низким голосом)*. Указательные пальцы - солдаты*(говорят басом)*. Скрещенные большие пальцы - порог избы.

Ночь, в избе все спят.

Раздается стук.

Солдаты: Тук-тук! Указательные пальцы постукивают друг о друга.

Дети: Кто там? Постукивают друг о друга мизинцы

Солдаты: Два солдата пришли переночевать! Постукивают указательные пальцы

Дети: Спросим у мамы. Мама! Постукивают мизинцы

Мама: Что дети? Постукивают безымянные

Дети: Два солдата пришли переночевать! Постукивают мизинцы

Мама: Спросите у папы. Постукивают безымянные

Дети: Папа! Постукивают мизинцы

Папа: Что, дети? Постукивают средние пальцы

Дети: Два солдата пришли переночевать! Постукивают мизинцы

Папа: Впустите! Постукивают средние пальцы

Дети: Входите! Постукивают мизинцы

Солдаты: Ах, какая благодать, что пустили переночевать! Указательные пальцы "пляшут" совершая перекрестные движения

Солдаты: Войдем! Сомкнутые ладони поворачиваются пальцами к груди. Затем следует быстрый полуоборот рук так, чтобы соприкоснулись тыльные стороны ладоней.

Руки вытягиваются вперед.

С ДОБРЫМ УТРОМ!

С добрым утром, глазки! Вы проснулись?	Указательными пальцами поглаживать глаза Сделать из пальцев "бинокль" посмотреть в него
С добрым утром, ушки! Вы проснулись?	Ладонями поглаживать уши Приложить ладони к ушам "Чебурашка"
С добрым утром, ручки! Вы проснулись?	Поглаживать то одну, то другую ручки Хлопки в ладоши
С добрым утром, ножки! Вы проснулись?	Поглаживание коленок Потопать ногами

С добрым утром, солнце! Я - проснулся! *(проснулась)*	Поднять руки вверх, посмотреть на солнце *(посмотреть вверх)*

МАЛАНЬЯ

У Маланьи у старушки	Хлопки в ладоши, то правая, то левая рука сверху.
Жили в маленькой Избушке	Сложить руки углом, показать избушку.
Семь сыновей,	Показать семь пальцев.
Все без бровей,	Очертить брови пальцами.
Вот с такими ушами,	Растопыренные ладони поднести к ушам.
Вот с такими носами	Показать длинный нос двумя растопыренными пальцами.
Вот с такими усами,	Очертить пальцами длинные "гусарские" усы.
Вот с такой головой,	Очертить большой круг вокруг головы.
Вот с такой бородой!	Показать руками большую окладистую бороду
Они не пили, не ели,	Одной рукой поднести ко рту "чашку", другой - "ложку".
На Маланью все глядели,	Держа руки у глаз похлопать пальцами, как ресницами.
И все делали вот так. ..	Дети показывают загаданные действия

БРАТЦЫ

Засиделись в избушке братцы.	Поднять руку, ладонь выпрямлена, пальцы сомкнуты.
Захотел меньшой прогуляться	Отвести вбок мизинец *(строго в плоскости ладони)* и задержать его в этой позиции на 2-3 секунды.
Да скучно ему гулять одному.	Мизинец чуть покачивается, затем возвращается на исходную позицию.
Зовет он братца вдвоем прогуляться.	Вбок отвести два прижатых друг к другу пальца: мизинец и безымянный; задержать их в этой позиции на 2-3 секунды.
Да скучно им гулять двоим.	Мизинец и безымянный чуть покачиваются, затем возвращаются в исходную позицию.
Зовут братца втроем прогуляться.	Отвести вбок три прижатых друг к другу пальца: мизинец, безымянный и средний. Задержать их в этой позиции на 2-3 секунды.
Грустно старшим сидеть в избе.	Большой и указательный пальцы четыре раза соединяются кончиками.
Зовут они братцев домой к себе.	Все пальцы соединяются в щепоть, рука расслабляется.

При повторении игры работает другая рука. Когда движения станут привычными, можно попробовать играть двумя руками одновременно.

ЛАДУШКИ ЛАДОШКИ

Мыли мылом ручки.

Мыли мылом ножки.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Наварили кашки

Помешали ложкой.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Строили ладошки

Домик для матрешки.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Курочке Пеструшке

Накрошили крошек.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Хлопали ладошки

Танцевали ножки.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Прилегли ладошки

Отдохнуть немножко.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Движения выполняются в соответствии с текстом, как подскажет фантазия.