

**МАДОУ детский сад № 33**

# **КАРТотеКА**

## **«Пальчиковая гимнастика»**

**для детей среднего дошкольного возраста  
(4 - 5 лет)**

Подготовила:  
Шураева А.Х.

# «Побежали вдоль реки»

Побежали вдоль реки

Дети наперегонки.

*(движение указательного и среднего пальцев обеих рук по бедру и коленям «пальчики бегут»)*



# «Раз, два, три, четыре, пять»

**Раз, два, три, четыре, пять.**

*(сжимать и разжимать пальцы)*

**Вышли пальчики гулять.**

*(выполнять движение «фонарики»)*

**Раз, два, три, четыре, пять.**

*(сжимать и разжимать пальцы)*

**В домик спрятались опять.**

*(сжать руки в кулаки)*



# «Капуста»

**Что за скрип?**

**Что за хруст?** *(сжимать и разжимать пальцы)*

**Это что ещё за куст?**

*(соединить основания ладоней, пальцы – «бутоном» покружить ими)*

**Как же быть без хруста?**

**Если я - капуста!** *(сделать и пальцев «шар»)*

**Мы капусту рубим, рубим,** *(резкие движения прямыми кистями вверх и вниз)*

**Мы капусту трем, трем,**

*(пальцы обеих рук сжать в кулаки, тереть кулачки друг о друга)*

**Мы капусту солим, солим,**

*(движение пальцев, имитирующее посыпание солью)*

**Мы капусту жмем.**

*(интенсивно сжимать пальцы обеих рук у кулаки)*



## «Снежок»

**Белый снег пушистый** (*ритмично, плавно опускать руки вниз*)

**В воздухе кружится.** (*выполнять круговые движения кистями рук*)

**И на землю тихо**

**Падает, ложится.** (*ритмично, плавно опускать руки вниз*)

**А потом, и потом** (*имитация сгребания снега*)

**Мы из снега слепи ком.** (*выполнять движение «пирожки»*)

**Ух!** (*бросить снежок вперёд*)



# «Овечка»

**Вот кудрявая овечка.** *(играть растопыренными пальчиками)*

**Шерстка белая в колечках.**

*(поочередно соединять все пальцы с большим в «колечки»)*

**Шерстка мягкая, густая –**

**Шубка у овцы такая!** *(выполнять плавные движения кистями с широко раздвинутыми пальцами, как «кошечка»)*

*(И.Лопухина)*



## «Шарик»

**Надувают шарик быстро,** *(пальцы обеих рук собраны в одну щепотку, постепенно раздвигать их, не отрывая друг от друга)*

**Он становится большой.** *(медленно развести руки в стороны)*

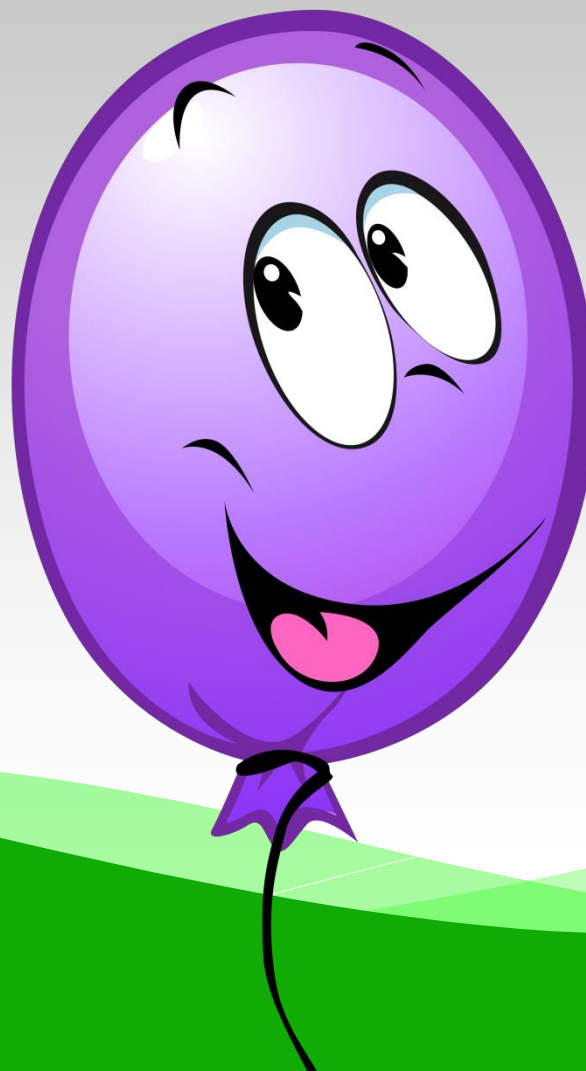
**Вдруг шар лопнул,** *(хлопок в ладоши)*

**Воздух вышел,**

*(подуть на сложенные ладони)*

**Стал он тонкий и худой.**

*(снова собрать пальцы в щепотку)*



## «Два ежа»

**Шли по лесу два ежа,**

**Шли спокойно, не спеша.**

*(поочередно шлепать ладонями по коленям)*

**На спине иголки**

**Длинные и колкие.**

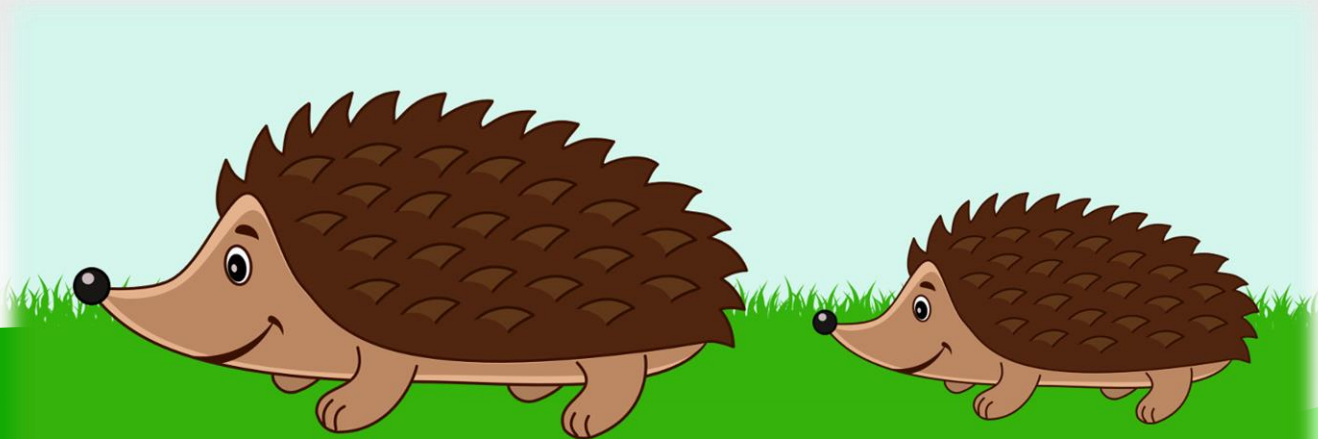
*(резкими движениями растопыривать пальцы и прятать их в кулак)*

**Чуть шуршали листьями**

*(круговые движения ладошкой по ладошке)*

**И травкой зубки чистили.**

*(указательным пальцем одной руки имитировать чистку зубов)*





# «Замок»

**На двери висит замок.**

**Кто его открыть бы мог?**

*(ритмичные быстрые соединения пальцев двух рук в замок)*

**Потянули,** *(пальцы сцеплены в замок, руки тянутся в разные стороны)*

**Покрутили,** *(движение сцепленными пальцами от себя, к себе)*

**Постучали** *(пальцы сцеплены, основания ладоней стучат друг о друга)*

**И открыли!** *(пальцы расцепляются, ладони разводятся в стороны)*



# «Пекарь»

**Пекарь, пекарь из муки**

**Испеки нам колобки.** *(выполнять движение «печем пироги»)*

**Да сушки – Ванюшке,**

*(соединить большой и указательный пальцы на каждой руке отдельно)*

**Да баранки – Танюшке,** *(соединить большие и указательные пальцы)*

**Да бублики – Гришке,** *(слегка раздвинуть руки в стороны)*

**Да крендель – Маришке.**

*(кончики пальцев рук соединить,*

*локти развести в стороны)*

*(И.Лопухина)*



## «Есть такая палочка»

**Есть такая палочка,**

**Палочка-стукалочка.** *(стучать пальчиком о пальчик)*

**Застукалкой постучишь –**

**Вылетает синий чиж.** *(поочередно соединять одноименные пальцы)*

**Чижик знает песенку**

**Про мышат, про лесенку:** *(сложить руки в «замок», пошевелить пальчиками)*

**«Как по лесенке гурьбой**

**Лезли мыши в кладовой.** *(повернув руки ладонями к себе, укладывать пальчики друг на друга боковой поверхностью –»лестницей» вкладывать палец одной руки между пальцами другой)*

**Лесенка свалилась,**

*(резко повернуть одну руку ладонью вниз, положить на нее другую ладонь)*

**Мыши покатались».**

*(от плечей «пробежаться»*

*пальчиками по телу до колен,*

*уронить кисти рук вниз –*

*«мышки покатались»*

