

## **Пальчиковая гимнастика для детей средней группы**

### **Ладошки**

-Где ваши ладошки?

-Тут, тут, тут!!!

-А в ладошках пальчики живут (Раскрываем кулачки)

-Пальчики трудились, не ленились:

Лепили-лепили, рисовали,

Строили, строили, хорошо играли! (Имитация)

А потом, а потом, а потом устали. (Медленно опустить руки на стол).

### **Строим дом**

Целый день тук да тук,

Раздается звонкий стук,

Молоточки стучат,

Строим домик для зайчат.

Молоточки стучат,

Строим домик для бельчат.

Этот дом для белочек,

Этот дом для зайчиков. (Имитация движений)

### **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.

### **Этот пальчик хочет спать**

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик - прыг в кровать,

Этот пальчик прикорнул,

Этот пальчик уж заснул.

Тише, пальчик, не шуми,

Братиков не разбуди!

Встали пальчики. Ура!

В детский сад идти пора.

### **Мы писали**

Мы писали, мы писали,

А теперь все дружно встали,

Ножками потопали, ручками похлопали,

Затем пальчики сожмем

И опять писать начнем.

\*\*\*

Мы писали, мы писали,  
Наши пальчики устали,  
А теперь мы отдохнем  
И опять писать начнем.

.....

Долго-долго мы лепили,  
Наши пальцы утомились.  
Пусть немного отдохнут  
И опять лепить начнут.

\*\*\*

В прятки пальчики играли  
И головки убирали.  
Вот так, вот так,  
Так головки убирали. (Сжимание и разжимание кистей)

\*\*\*

У жирафа пятна, пятна,  
Пятна, пятнышки везде (повт. 2 раза)  
На лбу, ушах, на шее, на локтях  
На животах, на коленях и носках.  
А у зебры есть полоски,  
Есть полосочки везде ( повт. 2 раза)  
На лбу.....  
У слонов-то складки, складки,  
Складки-складочки везде (повт. 2 раза)  
На лбу.....

.....

Летала муха около уха-ж-ж-ж-ж-ж-ж;  
Летали осы около носа-с-с-с-с-с-с-с-с;  
Летел комарик, звенел-з-з-з-з-з-з-з-з-з-з,  
Сел мне на лоб...  
Я его-хлоп!- и поймаю ( Нажать пальцем на лоб)  
Послушаю, как комарик звенит( приложить кулачок к уху)  
З-з  
Подую, пускай летит.( «сдуть» с ладошки.)

### **Машина каша**

Маша каши наварила, Маша кашей всех кормила.	Указательным пальцем правой руки дети «мешают» в левой ладошке.
---	--

Положила Маша кашу Кошке- в чашку, Жучке- в плошку, А коту- в большую ложку. В миску- курице, цыплятам. А в корытце- пороссятам. Всю посуду заняла, Всё до крошки раздала.	Загибают по 1 пальчику на левой руке.  Разжимают кулачок Сдувают « крошку» с ладошки
---	---

## Рыбка

Рыбка плавает в водице, Рыбке весело играть. Рыбка, рыбка, озорница, Мы хотим тебя поймать. Рыбка спинку изогнула, Крошку хлебную взяла,  Рыбка хвостиком махнула. Рыбка быстро уплыла.	Сложенными вместе ладонями дети изображают, как плывет рыбка Грозят пальчиком Медленно сближают ладони Снова «Плывут» Делают хватательные движения 2 руками Снова «плывут»
---	---

## Повар

Повар готовил обед, А тут отключили свет. Повар леща берет И опускает в компот. Бросает в котел поленья, В печку кладет варенье. Мешает суп кочережкой, Угли бьет поварешкой, Сахар сыплет в бульон, И очень доволен он! То-то был винегрет, Когда включили свет)))	Ребром ладони стучат по столу  Загибают большой палец на левой руке Загибают указательный палец  Средний палец Безымянный палец Мизинец Разводят руками Качают головой
--	---

## Посуда

1, 2, 3, 4  Мы посуду перемыли Чайник, чашку, ковшик, ложку И большую поварешку.	Удары кулачками друг о друга, хлопок, повторить Ладонь скользит по другой ладони Загибают пальчики по одному
--	---

<p>Мы посуду перемыли, Только чашку мы разбили, Ковшик тоже развалился, Нос у чайника отбился, Ложку мы чуть-чуть сломали, Так мы маме помогали.</p>	<p>Ладони скользят друг по другу Загибают пальчики по одному.</p> <p>Удары кулачками друг о друга, хлопок</p>
--	---

## Пчела

<p>Прилетела к нам вчера Полосатая пчела, А за нею шмель-шмелек И веселый мотылек, Два жука и стрекоза, Как фонарики-глаза. Пожужжали, полетали, От усталости упали.</p>	<p>Машут ладошками</p> <p>На каждое название насекомого загибается пальчик</p> <p>Делают кружочки из пальчиков у глаз</p> <p>Машут ладошками Роняют ладошки на стол</p>
--	---

## Налим

<p>Жил да был один налим, Два ерша дружили с ним.</p> <p>Прилетали к ним три утки По 4 раза в сутки И учили их считать: 1,2,3,4,5</p>	<p>Ладони-«плавники» сложены вместе Ладони раздвинуты; движения 2 ладонями порознь</p> <p>Руки сложены накрест, взмахи ладонями</p> <p>Сжимать и разжимать кулачки Загибать пальчики, начиная с большого</p>
---	--

## Апельсин

<p>Мы делили апельсин</p> <p>Много нас, а он один.</p> <p>Эта долька- для ежа, Эта долька- для стрижа, Эта долька- для утят, Эта долька- для котят, Эта долька- для бобра,</p>	<p>Разламывают воображаемый апельсин на дольки.</p> <p>Показывают все пальцы Показывают 1 палец Загибают большой палец руки, Указательный Средний Безымянный, Мизинец</p>
--	---

<p>А для волка- кожура! Он сердит на нас- беда!!!</p> <p>Разбегайтесь- кто куда!</p>	<p>Бросательное движение правой рукой</p> <p>Сжимают кулаки и прижимают их к груди</p> <p>«Бегут» пальцами по столу</p>
--	---

### Садовник

<p>Мы вчера в саду гуляли, Мы смородину сажали,</p> <p>Яблони белили мы Известью, белилами. Починили мы забор, Завели мы разговор: -Ты скажи, садовник наш, Что ты нам в награду дашь? -Дам в награду слив меловых, Груш медовых, Самых крупных спелых яблок, Вишен целый килограмм. Вот что вам в награду дам!</p>	<p>Дети идут по кругу, взявшись за руки</p> <p>Изображают, как выкапывают яму и сажают в нее куст.</p> <p>Движение правой рукой вверх-вниз</p> <p>Имитируют удары молотком</p> <p>Стоят лицом в круг, в центр выходит 1 ребенок.</p> <p>На каждое название фруктов загибают по одному пальцу на правой руке</p>
---	---

### Акула

<p>Приплывали две севрюги, У них спины, словно дуги.</p> <p>Налетали с двух сторон, Ты, акула, выйди вон.</p>	<p>2 ладонями изображают, как плывут севрюги</p> <p>Выгибают ладони тыльной стороной вверх</p> <p>Изображают, как севрюги плывут навстречу друг другу</p> <p>Делают толчок руками от груди.</p>
---	---

### Каша

<p>Каша в поле росла, К нам в тарелку пришла. Всех гостей угостим, По тарелке дадим</p> <p>Птичке-невеличке, Зайцу и лисичке, Кошке и матрешке, Всем дадим по ложке</p>	<p>Подняли руки, шевелят пальчиками</p> <p>«Идут» пальчиками по столу</p> <p>В правой ладошке</p> <p>«мешают»указательным пальцем левой руки</p> <p>Загибают по 1 пальчику на обеих руках</p> <p>Разжимают кулачки</p>
---	--

## Грибы

<p>Топ-топ- пять шагов, В туесочке 5 грибов:</p> <p>Мухомор красный-гриб опасный, А второй лисичка- рыжая косичка. Третий гриб- волнушка, розовое ушко. А четвертый гриб- сморчок, бородатый старичок. Пятый гриб- белый, ешь его смело!</p>	<p>«Шагают» пальчиками по столу Переплели пальцы обеих рук- туесочек, большие пальцы- ручка; показали 5 пальцев правой руки</p> <p>На каждое двестише дети разгибают по 1 пальчику, начиная с мизинца, на одной или двух руках.</p>
--	---

## Снежок

<p>1,2,3,4</p> <p>Мы с тобой снежок лепили, Круглый, крепкий, очень гладкий</p> <p>И совсем-совсем не сладкий. Раз- подбросим,</p> <p>Два- поймаем,</p> <p>Три- уроним, И...- сломаем.</p>	<p>Загибают пальцы, начиная с большого «Лепят», меняя положение ладоней Показывают друг другу, сжимают ладони вместе, гладят одной ладонью другую Грозят пальцем Смотрят вверх, подбрасывают воображаемый снежок Присесть, поймать воображаемый снежок Встают, роняют Топают</p>
--	--

## Зима

<p>1,2,3,4,5</p> <p>Мы во двор пошли гулять. Бабу снежную лепили, Птичек крошками кормили. С горки мы потом катались, А еще в снегу валялись.</p> <p>Все в снегу домой пришли, Съели суп и спать легли</p>	<p>Загибают пальцы по 1 «Идут» по столу указ. и ср. пальцем « лепят» комок 2 ладошками Крошащие движения всеми пальцами Ведут указ. пальцем правой руки по ладони левой Кладут ладошки на стол то одной стороной, то другой Отряхивают ладошки</p>
--	--

	Движения воображаемой ложкой; руки- под щеку.
--	--

## Подарки

Дед Мороз принес подарки: Буквари, альбомы, марки, Кукол, мишек и машины, Попугая и пингвина, Шоколадок полмешка И пушистого щенка! Гав! Гав!	«Шагают» пальчиками по столу На каждое название подарка загибают по 1 пальчику сначала на правой, потом на левой руке.  Делают из пальчиков пр. руки мордочку щенка.
---	--

## Почтальон

Что принес нам почтальон? С толстой сумкой ходит он. Перевод, журнал, газету, В бандероли- две кассеты И письмо от тети Вали, Чтоб ее приезда ждали	Сжимают и разжимают кулачки «Шагают» по столу На каждое наименование загибают по 1 пальчику, начиная с большого.
--	---

## Уточка

Шла уточка бережочком, Шла серая по крутому, Вела детей за собой: И малого, и большого,  И среднего, и меньшого, И самого любимого.	«Идут» 2 пальчиками по столу, переваливаясь  Загибают безымянный и большой палец Загибают средний палец и мизинец Загибают указательный палец
---	---

## Ёлочка

Перед нами елочка,  Шишечки, иголки, Шарики, фонарики, Зайчики и свечки,  Звёзды, человечки.	Пальцы рук переплетены, из больших пальцев-«верхушка» елочки. Кулачки; указательные пальцы Шарики из пальцев вверх-вниз «Ушки» из указ. и ср. пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты Ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный стоят на столе.
--	---

\*\*\*

Сделай ровные ладошки  
И похлопай-ка немножко.  
Если пальцы развести,  
Можно их переплести,  
Перепутать, зацепить,  
Ручки вместе закрепить.

\*\*\*

Маленькие пальчики-  
Розовые зайчики.  
Этот зайка хочет кашки,  
Этот зайка- простоквашки,  
Этот зайка хочет спать,  
Этот- поозорничать.  
А зайчишка-крошка-  
Спрятаться в ладошку.

### Дождик

1, 2, 3, 4, 5  Вышел дождик погулять.  Шел неспешно, по привычке, А куда ему спешить? Вдруг читает на табличке «По газону не ходить!..» Дождь вздохнул тихонько: -Ох! И ушёл. Газон засох.	Удары по столу пальчиками обеих рук. Левая начинает с мизинца, правая- с большого пальца Беспорядочные удары по столу пальчиками обеих рук «Шагают» по столу 2 руками  Ритмично ударяют то ладонями, то кулачками по столу Часто и ритмично бьют в ладоши Один хлопок Ритмичные хлопки по столу
--	--

### Весна

Иди, весна, иди, красна, Принеси ржаной колосок, Овсяный снопок, Яблоки душистые Груши золотистые,	«Шагают» по столу Загибают по 1 пальчику на обеих руках, начиная с мизинца.
--	--



Большой урожай В наш край	
------------------------------	--

### Пирог

Падал снег на порог, Кот слепил себе пирог, А пока лепил и пек- Ручейком пирог утек. Пирожки себе пеки Не из снега- из муки	2 раза медленно опускают ладони на стол «Лепят» пирог «Бегут пальчиками обеих рук по столу «Лепят»
--	---

### Пастух

Ой, ду-ду, ду-ду, ду-ду, Потерял пастух дуду. А я дудочку нашла, Пастушку я отдала. -Ну-ка, милый пастушок, Ты спеши-ка на лужок. Там Буренка лежит, На теляток глядит И домой не идет, Молочка не несет. Надо кашу варить, Сашу кашей кормить.	«Играют» на дудочке Ритмичные удары в ладоши и кулачками друг о друга попеременно «Идут» по столу Удары в ладоши и кулачками Указательным пальцем правой руки «варят кашу» на левой ладошке
--	---

