Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №21 «Белочка»

Пальчиковые игры и упражнения для детей 5-7 лет

Воспитатель Федосенко Е.В.

Пальчиковая гимнастика ("Пальчиковые игры" - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т. д. В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Игра "Моя семья".

Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папочка,
Этот пальчик – мамочка,
Этот пальчик – я,
Вот и вся моя семья! *(поочередное сгибание пальцев, начиная с большого)*

Игра "Не плачь, куколка моя"

Не плачь, куколка моя,
Остаешься ты одна.
Не могу с тобой играть,
Нужно мне перестирать:
Твои платья и носки,
Твои юбки и чулки,
Свитер, варежки, жакет,
Шапочку, цветной берет.
Я налью воды чуток,
В таз насыплю порошок.
Пену снежную взобью,
Постираю и пойду.
Пока светит солнышко,
Натяну веревочку.
К ней одежду прикреплю,
Ветерком все посушу.
Утюгом туда-сюда
Белье быстро глажу я.
Поработали вдвоем,
А теперь и отдохнем.

(на первые четыре строчки имитировать укачивание куклы. Затем загибать поочередно пальцы. Далее имитировать движения, описанные в стихотворении. На последние строчки положить ладони на стол или на колени)

Игра "Лошадки"

По дороге белой, гладкой
Скачут пальцы, как лошадки.
Чок-чок-чок, чок-чок-чок.

Скачет резвый табунок.
(Пальчики "скачут" по столу в ритме стихотворения)

Лошадка

У лошадки вьется грива,
Бьет копытами игриво.

Правая ладонь на ребре от себя. Большой палец кверху. Сверху на нее накладывается левая ладонь под углом, образуя пальчиками гриву. Большой палец кверху. Два больших пальца образуют уши.

Птички в гнезде

Птичка крылышками машет
И летит к себе в гнездо.
Птенчикам своим расскажет,
Где он взял зерно.

Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и ими шевелить.

Цветок

Вырос высокий цветок на поляне,

Руки в вертикальном положении, ладони друг к другу, развести пальцы и слегка округлить их

Утром весенним раскрыл лепестки.

Развести пальцы.

Всем лепесткам красоту и питание

Движения пальцами вместе - врозь.

Дружно дают под землей корешки.

Ладони опустить вниз и тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.

Слон

В зоопарке стоит слон.
Уши, хобот, серый он.
Головой своей кивает,
Будто в гости приглашает.

Ладонь на себя. Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой – указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качаем всей кистью.

Зайки

Зайки серые сидят, Ушки длинные торчат Вот такие ушки, Ушки на макушке.	*Две руки в кулачках. Указательный и средний пальчики - ушки. Зайки «танцуют».*
Вдруг бежит лисичка, Хитрая сестричка. Ищет, где же зайка Зайка - попрыгайка. На лесной лужайке Спрятались зайки. Вот такие зайки Зайки – убегайки.	*Пальчики изображают лису, которая «рыщет»- пальцы двигаются в разных направлениях.*

Замок

На двери висит замок	*Ладони прижать друг к другу. Пальцы переплести.*
Кто его открыть бы смог?	*Быстро соединять пальцы в замок и разъединять*
-Потянули!	*Пальцы - в замке, потянуть пальцы, не расцепляя их.*
-Покрутили!	*Подвигать сцепленными пальцами от себя к себе.*
-Постучали!	*Пальцы остаются в замке, постучать основаниями ладоней друг о друга.*
И - открыли!	*Расцепить пальцы.*

Зеркальце

Ручка в зеркало глядит,
Ручка пальчикам велит:
Загибайтесь, выпрямляйтесь.
Вместе в горстку собирайтесь.
Разбегитесь, распрямитесь,
В кулачок теперь сожмите.
Кулачок на кулачок,
И ладоши на бочок.
А теперь лежат ладошки,

Отдохнут они немножко.
На бочок. Опять на стол,
И конец игре пришел.

Музыканты

Я на дудочке играю Пальцами перебираю.	*Играем пальчиками на воображаемой дудочке.*
На рояле я играю Пальцами перебираю.	*Играем пальцами на воображаемом рояле.*
Я на скрипочке играю. Пальцами перебираю.	*Сжимаем пальцами левой руки струны скрипки.*
На гитаре я играю, Пальцами перебираю. Тра-та-та! Тра-та-та! Вот какая красота!	*Играем на воображаемой гитаре.*

Дерево

У дерева ствол, на стволе много веток.	*Прижать руки тыльной стороной друг к другу. Пальцы растопырены и подняты вверх.*

Птичка

Пальчики – головка, Крылышки – ладошка.	*Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы головка, остальные сомкнутые пальцы-крылья. Помахать ими.*

Улитка

Кто так медленно ползет, Дом свой на себе несет? Проползает еще немножко, Высунет и спрячет рожки. По листу, по ветке гибкой Медленно ползет улитка!	*Большой палец и мизинец то выпрямляются, то прячутся. Выполнять упражнение сначала каждой руки по очереди, потом двумя руками одновременно.*

Пчела

Жу-жу-жу, жу-жу-жу,
Над цветами я кружу!

Выпрямить указательный палец, остальные пальцы прижать к ладони большим пальцем. Вращать указательным пальцем, изображая жало пчелы