

Пальчиковая гимнастика

Средняя группа

Цель: концентрирование внимания на более сложных и длинных стихотворных формах гимнастик, развитие мелкой моторики рук.

Задачи:

- обогащать и активизировать словарь детей;
- развивать мелкую мускулатуру пальцев рук, точную координацию движений;
- развивать речь, воображение, память;
- воспитывать усидчивость, сосредоточенность.
- воспитывать интерес к пальчиковым играм.

	1-2 неделя	3-4 (5) неделя
Сентябрь	<p>«Игрушки» Я с игрушками играю (руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук): Мячик я тебе бросаю (протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч»), Пирамидку собираю (прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз), Грузовик везде катаю (двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку»).</p> <p>Повторить 3- 4 раза</p>	<p>«Дом и ворота» На поляне дом стоит (кончики пальцев рук соединить под углом друг к другу). Ну, а к дому путь закрыт (кисти рук параллельно груди, свести кончики пальцев, большой палец смотрит вверх). Мы ворота открываем («открываются ворота», кисти рук разомкнуть, руки держать на том же уровне), В этот домик приглашаем (сжимать и разжимать кисти рук, ладонями вверх). Повторить 4- 5 раз.</p>
Октябрь	<p>«Засолим капусту» Мы капусту рубим, рубим (резкие движения прямыми кистями рук вверх и вниз), Мы морковку трем, трем (пальцы рук сжаты в кулаки, движения кулаков к себе и от себя), Мы капусту солим, солим (движение пальцев, имитирующих посыпание солью из щепотки),</p>	<p>«Два котёнка» Повстречались два котёнка: «Мяу-мяу!» Два щенка: «Ав-ав!» Два жеребёнка: «Иго-го!» Два быка: «Му-у-у!» (на каждую строчку соединять поочерёдно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца). Смотри, какие рога! (показать рога, вытянув указательные пальцы и</p>

	<p>Мы капусту жмем, жмем (интенсивное сжимание пальцев рук в кулаки. Разгибают пальцы из кулачка, начиная с мизинца). Повторить 4-5 раз.</p>	<p>мизинцы, а большие пальцы придерживают средние и безымянные). Повторить 4 раза.</p>
Ноябрь	<p>«Помощник» Посуду моет наш Антошка (потирать ладошки друг об друга, «мыть посуду»), Моет вилку, чашку, ложку, Вымыл блюдце и стакан (разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца). И закрыл покрепче кран. Правой рукой имитировать закручивание вентиля крана. Повторить 4 раза.</p>	<p>«В лодке» Ветер по морю гуляет (несогласованные движения кистями рук), Чью-то лодку подгоняет (округлённые ладони снизу плотно прижать друг к другу и слегка приоткрыть сверху), В лодке мальчик-малышок (округлённые ладони снизу плотно прижать друг к другу и слегка приоткрыть сверху, одновременно поднять вверх большие пальцы), А в руке его флажок (четыре пальца соединить вместе, большой палец опустить вниз. Тыльная сторона ладони обращена к себе). Повторить 4-5 раз.</p>
Декабрь	<p>«Зимние забавы» Раз, два, три, четыре, пять (ритмичные хлопки руками), Мы во двор пошли гулять (потереть ладонь об ладонь). Бабу снежную лепили (кистями рук имитировать лепку комков), Птичек крошками кормили («крошить» всеми пальчиками. Правой ладошкой по левой). С горки мы потом катались (разводить и сводить руки параллельно полу, ладони смотрят вниз), А еще в снегу валялись (отряхнуть ладони). Повторить 4-5 раз.</p>	<p>«Новый год» Перед нами ёлочка (кончики пальцев рук соединить, ладони прямые, образовать угол): Шишечки (сжать кулачки), Иголки (растопырить пальцы обеих рук, ладонями наружу), Шарики (соединить кончики пальцев, образовав «шар»), Фонарики (кисти рук смотрят вверх, вращаются, изображая «фонарики»), Зайчики (поднять указательные и средние пальцы обеих рук, большие пальцы придерживают безымянные и мизинцы), И свечки (прямые ладони смотрят дуг на друга). Повторить 4-5 раз.</p>

Январь	<p>«Дружба» Дружат в нашей группе Девочки и мальчики. Мы с тобой подружим маленькие пальчики (пальцы обеих рук несколько раз ритмично соединить в «замок»).</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять, Начинай считать опять. Раз, два, три, четыре, пять, Мы закончили считать (пальцы поочерёдно касаются друг друга, начиная с мизинца). Повторить 4-5 раз.</p>	<p>«Новый дом» Мы построим новый дом, Новый дом, новый дом (поставить ладони поочередно ребром друг на друга). Крышу крепкую найдем, Да, найдем, мы найдем (кончики пальцев рук соединить под углом друг к другу). Стол поставим в доме том (левую руку сжать в кулак, поставить на стол, правую раскрыть и положить сверху) И друзей всех позовем! (пошевелите пальцами обеих рук). Повторить 5 раз.</p>
Февраль	<p>«Транспорт» Будем пальчики сгибать – Будем транспорт называть (сжимать и разжимать кулаки): Автомобиль и вертолёт, Трамвай, метро и самолёт. Все пальцы мы в кулак зажали (загибать правой рукой пальцы левой руки, начиная с мизинца), Все виды транспорта назвали («встряхнуть» ладони). Повторить 4 раза.</p>	<p>«Солдаты на параде» Аты- баты, аты- баты! (сжимать и разжимать кулачки) На парад идут солдаты! (казательный и средний палец «шагают» по левой ладони (по столу). Вот идут танкисты, Потом артиллеристы, А потом пехота- Рота за ротой! (ритмичные хлопки). Повторить 4- 5 раз.</p>
Март	<p>«Иди, весна, иди, красна. Иди, весна, иди, красна («ходить» пальцами по столу (по ладони), Принеси ржаной колосок, Овсяной снопок, Яблоки душистые, Груши золотистые, Большой урожай в наш край! (поочерёдно загибать пальцы на обеих руках, начиная с большого). Повторить 4 раза.</p>	<p>«Репка» Тянут, тянут бабка с дедкой (вытягивание пальцев левой руки за ногтевые фаланги правой рукой) Из земли большую репку (вытягивание пальцев правой руки за ногтевые фаланги левой рукой): Вот пришла бы наша внучка, Помогла б собачка Жучка. Где же кошка, мышка — крошка? (одноимённые пальцы прикасаются друг к другу)</p>

		<p>Хоть держалась крепко - вытянута репка (кончики пальцев соприкасаются, образуя шар).</p> <p>Повторить 3- 4 раза.</p>
Апрель	<p>«Под кустом»</p> <p>Зайка у сосны сидит (указательный и средний пальцы левой руки поднять вверх и развести в стороны, остальные прижать к ладони (заяц). Пальцы правой руки растопырены и смотрят вверх (дерево).</p> <p>И ушами шевелит (шевелить «ушками» зайчика),</p> <p>Коль заметит он лису (ладони прижать друг к другу. Согнуть вовнутрь мизинцы и указательные пальцы, большие поднять вверх),</p> <p>Ловко спрячется в лесу («заяц» прячется за деревом).</p> <p>Повторить 3-4 раза.</p>	<p>«Мышка»</p> <p>Мышка в норку пробралась (сделать руками «крадущиеся» движения),</p> <p>На замочек заперлась (соединить пальцы рук в «замок»).</p> <p>В дырочку она глядит (пальцами правой руки образовать «кольцо», поднести к правому глазу),</p> <p>На заборе кот сиди! (прямые ладони приложить к голове («ушки») пошевелить ими).</p> <p>Повторить 4-5 раз.</p>
Май	<p>«Вышли мыши как- то раз...»</p> <p>Вышли мыши как- то раз («шагают» пальчики по ладони (столу),</p> <p>Поглядеть, который час (сделать «бинокль»: большой палец каждой руки вместе с остальными образует кольцо. Приставить кольца друг к другу, посмотреть в «бинокль»).</p> <p>Раз- два- три- четыре (сжимать и разжимать пальчики под счёт) -</p> <p>Мыши дёрнули за гири (накрыть кулачок левой руки ладонь правой руки. Движение как - будто дёргаем вниз за верёвку).</p> <p>Вдруг раздался страшный</p>	<p>«Стрижата»</p> <p>Из гнезда торчат</p> <p>Клювы маленьких стрижат (обхватить все пальцы правой руки пальцами левой, шевелить ими).</p> <p>Клювик раз,</p> <p>Клювик два,</p> <p>Лапки, лапки (поочерёдно соединять на обеих руках одновременно большой палец с остальными, начиная с указательного),</p> <p>Голова (зажать обе руки в кулаки).</p> <p>Повторить 4-5 раз.</p>

	<p>звон (хлопок в ладоши) - Убежали мыши вон («шагают» пальчики). Повторить 3 раза.</p>	
--	--	--