

Картотека

пальчиковой гимнастики

для детей дошкольного возраста

Составил: Долгорова Ц.-Д.Ш.

учитель бурятского языка

МБДОУ детский сад №87 «Улыбка»

Пальчиковая гимнастика - это стимуляция моторных и речевых зон мозга, способствующие более быстрому формированию речи.

Пальчиковая гимнастика в стихах и пальчиковые игры не только влияют на развитие речи, но прелесть их еще и в том, что они мгновенно переключают внимание малыша с капризов или нервозности на телесные ощущения – и успокаивают. Связь руки с мозгом перекрестная: левая рука связана с правым полушарием, а правая - с левым полушарием. Во время **гимнастики работают обе руки**. Первое время следует помочь ребенку поставить **пальчики правильно**.

Каждое упражнение имеет своё название, длится несколько минут и повторяется в течение дня 2 – 3 раза.

Для работы нужно выбирать два или три упражнения, постепенно заменяя их новыми. Любимые игры оставляю в своём репертуаре и возвращаюсь к ним по желанию детей.

Важные моменты:

- Сначала самой *«проиграть»* игру, прежде чем показать ее малышу;

Быть терпеливой, и не ждать мгновенной реакции. Вполне возможно, что поначалу ребенок будет пассивным слушателем: вы сами **будете все показывать**, рассказывать. Однако, периодическое повторение даст свои плоды.

- Учитывать время активности ребенка и его эмоциональный настрой, забыть и о своем настроении, выразительности интонации, мимики;

- Работа по развитию движения рук должна проводиться регулярно, только тогда, достигнете наибольший эффект от упражнений. Задания должны приносить ребенку радость, не допускайте скуки и переутомления.

- Интересные стишки я перевела на бурятский язык.

Моя картотека **пальчиковых игр**, которые я использую в своей работе:

Пальчиковая гимнастика "Паучок"

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Паучок ходил по ветке, Абаахай мушэр дээгуур мулхео

А за ним ходили детки. Ухибуудын хойноооонь дахаа

(Руки скрещены; **пальцы каждой руки** "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.)

Дождик с неба вдруг полил, Бороон гэнтэ оробо

(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение (*дождик*).)

Паучков на землю смыл. Абаахайнуудые газарта хаяба

(*Хлопок ладонями по столу/коленям.*)

Солнце стало пригревать, Наран шараад эхилбэ

(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, **пальцы растопырены**, качаем руками (*солнышко светит*))

Паучок ползёт опять, Абаахай мулхеод эхилбэ,

А за ним ползут все детки, Хойноооонь хуугэдын дахаба,

Чтобы погулять на ветке. Мушэр дээгуур мулхибэ.

(*Действия аналогичны первоначальным, "паучки" ползают на голове.*)

Пальчиковая гимнастика «Дом»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Я хочу построить дом, Гэр барихам

(*Руки сложить домиком, и поднять над головой*)

Чтоб окошко было в нём, Сонхын табихам ,

(**Пальчики** обеих рук соединить в кружочек)

Чтоб у дома дверь была, УУдын хэхэм,

(*Ладони рук соединяем вместе вертикально*)

Рядом чтоб сосна росла. Модо тарихам,

(*Одну руку поднимаем вверх и "растопыриваем" **пальчики***)

Чтоб вокруг забор стоял, Харша барихам

Пёс ворота охранял, Нохой гэжээхэм.

Шесть щеглов и голубей,
Дятел в пестрых крылышках.
Всем хватило зернышек.

Гурбан гулабхаа,
Нэгэ эрээ тоншуул,
Бултадаа садаа

Пальчиковая гимнастика «Пальчик, пальчик, прячься»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Пальчик прячется в ладошку.

(Дети поколачивают сжатыми кулачками.)

Вот так, вот так.

Ты его согрей немножко. *(Дуют в сложенные ладошки.)*

Вот так, вот так.

Если **пальчики замёрзли.** *(Дети сжимают и разжимают пальцы.)*

Вот так, вот так.

Отогреть всегда их можно *(хлопают в ладоши.)*

Вот так, вот так.

Вот так, Вот так,
Хургая дулаасуул
ИИгээд, Иигээд
Хургая дулаасуул

Пальчиковая гимнастика «Дай нам, солнышко, тепла»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Мы ладошки протянули.

И на солнышко взглянули. *(Дети протягивают ладошки вперёд и ритмично поворачивают их вверх – вниз.)*

Дай нам, солнышко, тепла,

Наран наран наашаа *(Делают движение пальцами, словно маня к себе.)*

Уулэн уулэн саашаа *(Ритмично сгибают и разгибают пальцы.)*

Халхин халхин халхилыш *(Наклоняются и поочередно ритмично стучат кулачками по коленям.)*

Нара нара асарыш *(Ритмично хлопают по коленям.)*

Пальчиковая гимнастика «Прятки»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

В прятки **пальчики играли** *(Ритмично сгибаем и разгибаем пальцы.)*

И головки убирали. (Усложнение: поочередно сгибаем каждый **пальчик на обеих руках.**)

Вот так, вот так,

И головки убирали.

Пальчиковая гимнастика «Раз, два, три, четыре, пять»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Раз, два, три, четыре, пять! *(По очереди загибать пальцы на правой руке.)*

Будем пальчики считать: *(Сжимают и разжимают кулачки.)*

Крепкие, дружные, *(По очереди загибают пальцы на левой руке.)*

Вот такие нужные!

На другой руке опять:

Раз, два, три, четыре, пять!

Пальчики быстрые,

Хотя не очень... чистые. *(Машут пальцами обеих рук.)*

Нэгэн, хоёр, гурба, дурбэ, таба,

Хургад сэнгэхээ гараа:

Таба, дурбэ, гурба, хоёр, нэгэн:

Хургад гэртээ хоргодоо.

Пальчиковая гимнастика «Зайка умывается»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

(Дети имитируют движения умывания и вытирания.)

Зайка серый умывается,

Шандаган угаалдана

Видно, в гости собирается.

Айлшаар ошохон

Вымыл носик, вымыл ухо,

Хамараа угаагаа, шэхээ угаагаа

Полотенцем вытер сухо.

Аршуулаар аршаа

Пальчиковая гимнастика «Теремок»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Стоит в поле теремок

Гэрхэн байна

(Ладони домиком.)

На дверях висит замок.

Суургатай байна

(Переплетаем пальчики, делаем замочек.)

Пришёл котик – коток,

Миисгэй ерээ

(Перекатываем руки, не расцепляя пальцы – как змейкой.)

Трык- трок, трок- трок

Тэрд-торд, тэрд-торд

И открылся замок.

Суурга нээгээ

(Расцепляем пальчики, трясём руками.)

Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик...»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Этот пальчик – дедушка, *(загните большой палец)*

Этот пальчик – бабушка, *(загните указательный палец)*

Этот пальчик – папочка, *(загните средний палец)*

Этот пальчик – мамочка, *(загните безымянный палец)*

Этот пальчик – я. *(загните мизинец)*

Вот и вся моя семья! *(вращайте кисть, разведя пальцы в стороны).*

Энэ томо хурган- минии убгэн аба

Энэ хурган-минии хугшэн эжы

Энэ дунда хурган-минии аба
Энэ нэрэгуй хурга- мини эжы
Энэ хурган-би оорооб.
Энэ хамтадаа-минии гэр булэ

В процессе перевода:

Пальчиковая гимнастика «Дом»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Стук, стук, постук, раздаётся где – то стук. (*Стучим кулачками друг о друга.*)

Молоточками стучат, строят домик для зайчат

Вот с такою крышей (*Ладони над головой.*)

Вот с такими стенами, (*Ладони около щёчек.*)

Вот с такими окнами, (*Ладони перед лицом.*)

Вот с такою дверью (*Одна ладонь перед лицом.*)

И вот с таким замком. (*Сцепляем ручки.*)

Пальчиковая гимнастика «Строим дом»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Молотком стучу, стучу, (*Постукиваем кулачком правой руки по расправленной ладони левой руки.*)

Сто гвоздей заколочу. (*То же движение, но меняем руки.*)

Буду строить дом, дом, (*Ставим поочерёдно кулачок на кулачок.*)

Будем жить в нём, в нём. (*Поднимаем ладони, соединяем пальцы, изображая крышу дома.*)

Пальчиковая гимнастика «Умывание»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Льётся чистая водица, (*Дети имитируют движения по тексту.*)

Мы умеем чисто мыться.

Пасту для зубов берём,

Крепко щёткой зубы трём.

Моем шею, моем уши,

После вытремся по суше.

Пальчиковая гимнастика «Тесто»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Тесто ручками помнём (*сжимаем и разжимаем пальчики, как будто мнём тесто.*)

Сладкий тортик испечём,

Серединку смажем джемом, (*круговые движения ладонями по плоскости стола.*)

А верхушку сладким кремом.

И кокосовую крошкой (сыплем «крошку» пальчиками обеих рук.)

Мы присыплем торт немножко,

А потом заварим чай («завариваем» чай.)

В гости друга приглашай.

Пальчиковая гимнастика «Солнышко, солнышко»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Солнышко, солнышко *(хлопают ладонями)*

Золотое доньшко,

Гори, гори ясно, *(сгибают и разгибают ладони.)*

Чтобы не погасло.

Побежал в саду ручей, *(показывают волну)*

Прилетели сто грачей, *(машут руками)*

А сугробы тают, тают, *(опускают руки вниз)*

А цветочки подрастают. *(поднимают руки вверх)*

Пальчиковая гимнастика «Зима»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Раз, два, три, четыре, пять *(по очереди разгибайте пальцы, сжатые в кулак)*

Собираемся гулять. *(покажите растопыренные пальцы правой руки)*

Катя саночки везёт *(проведите указательным и средним пальцами правой руки по столу)*

От крылечка до ворот,

А Серёжа на дорожке *(сложив пальцы «цепочкой», делайте бросающие движения)*

Голубям бросает крошки.

Девочки и мальчики

Прыгают, как мячик. *(помашите кистями правой и левой руки)*

Пальчиковая гимнастика «Солнышко – вёдрышко»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Солнышко – вёдрышко, *(сделайте «солнышко» из пальчиков – соедините указательные и большие пальцы правой и левой руки)*

Выгляни в окошко,

Твои детки плачут, *(указательный и средний пальцы левой руки «скачут» по ладошке правой)*

По камушкам скачут.

Дождик – дождик, полно лить, *(ребёнок грозит указательным пальцем правой руки)*

Малых детушек мочить. *(ребёнок «стряхивает воду» с правой руки, затем – с левой)*

Пальчиковая гимнастика «Замок»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

На дворе висит замок. *(пальцы рук в кулачках)*

Кто его открыть бы мог?

Потянули, (*движения кисти к себе*)
Покрутили, (*круговые движение кистью*)
Постучали – (*основания ладоней стучат друг о друга*)
И открыли! (*пальцы разжимаются*).

Пальчиковая гимнастика «Рыбки»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Рыбка плавает в водиче, (*движения ладошками слева направо*)

Рыбке весело играть. (ладошка «ударяет по воде»)

Рыбка, рыбка, озорница, (*то же самое движения*)

Мы хотим тебя поймать. (*хлопок в ладони*).

Пальчиковая гимнастика «Пришла весна»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Весна пришла красная, (*вращайте кисти рук*)

Пришла весна ясная.

Птицы громко поют, (соединяйте и разъединяйте указательные пальцы со средним – «птицы открывают и закрывают клюв»)

Людам спать не дают.

Пчёлы гудят

В поле летят. (*помашите кистями рук*)

С поля идут, (указательный и средний пальцы сначала правой, а за тем левой руки «идут» по столу)

Медок несут.

Пальчиковая гимнастика «Дом на поляне»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

На поляне дом стоит, (сложите ладони домиком, так чтобы большие пальцы не соприкасались)

Путь к нему пока закрыт. (*большие пальцы опускаются, соприкасаясь друг с другом*)

Мы ворота открываем, (*пальцы по – прежнему под углом, только широко расставлены*)

В этот домик приглашаем.

Пальчиковая гимнастика «Улитка, улитка...»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Улитка, улитка! (*сожмите все пальчики ребёнка в кулак*)

Покажите свои рога, (разжав пальчики ребёнка, переверните его руку ладонью вверх)

Дам кусок пирога, (*загните мизинец правой руки*)

Пышки, (*загните средний палец*)

Ватрушки, (*загните безымянный палец*)

Сдобные лепёшки – (*загните мизинец*)

Высуни рожки. (помогите ребёнку выставить вперёд вместе указательный палец и мизинец – показать «рожки»).

Пальчиковая гимнастика «Погреем пальчики»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Снег руками собирали,

Наши **пальчики устали**. (*энергично сжимают и разжимают пальцы обеих рук.*)

Мы их будем растирать,

Мы их будем согреть. (*энергично потирают ладонь о ладонь.*)

Чтобы стали горячее,

Энергично разминать. (*делают массирующие движения*).

Пальчиковая гимнастика «За ягодами»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Раз, два, три, четыре, (**пальчики обеих рук** «здороваются».)

В лес идём погулять, (**пальчики** «шагают».)

За черникой, (*загибают по одному пальцу.*)

За малиной,

За брусникой,

За калиной.

Землянику мы найдём

И братишке принесём.

Пальчиковая гимнастика «Вышли пальчики гулять»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Раз, два, три, четыре, пять (поочередно разгибаем **пальчики из кулачков**, начиная с большого **пальца**.)

Вышли **пальчики гулять**,

Раз, два, три, четыре, пять (поочередно сгибаем **пальчики** в кулачки начиная с мизинца.)

В домик спрятались опять.

Пальчиковая гимнастика «На лужок»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

(Сгибание **пальцев** в кулачок в ритме потешки, при перечислении животных сгибать **пальцы** на обеих руках поочередно.)

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот.

Приходи и ты, дружок!

Пальчиковая гимнастика «Надо спать»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

А кто не лёг в кроватку? (Руки прижаты ладонями друг к другу. Лежат на тыльной стороне одной из рук на столе, коленях).

А кто не хочет спать? (Переворачиваем руки на другой «бок».)

Такого не послушного

Я буду щекотать! (*Щекочем пальчиками то одну, то другую ладошку.*)

Пальчиковая гимнастика «Пирог»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Падал снег на порог. (*Опускают ладони медленно.*)

Кот слепил себе пирог. (*«Лепят» пирог.*)

А пока лепил и пёк,

Ручейком пирог утёк. (**Пальчики «бегут».**)

Пирожки себе пеки (*«Пекут» пироги.*)

Не из снега – из муки.

Пальчиковая гимнастика «Кулачки – ладошки»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Есть у любого два кулачка. (*Показывают кулачки.*)

Хлопнул один по другому слегка. (*Одним кулачком стукнуть по другому.*)

Ну а ладошки не отстают, (*Хлопают в ладоши.*)

Следом за ними весело бьют.

Кулачки быстрее бьют,

До чего стараются.

А ладошки тут как тут,

Так и рассыпаются.

Кулачки давай сердиться,

Громко хлопать стали,

А ладошки – баловницы

Тоже не отстали.

Пальчиковая гимнастика «Покорми лошадку»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Одной рукой я травку рву, (*хватательные движения левой рукой*)

Другой рукой я тоже рву (*правой*)

Я травкой накормлю коня. (*Руки вытягиваем вперёд ладонями вверх.*)

Вот сколько **пальцев у меня.** (*Показываем.*)

Пальчиковая гимнастика «Погладим котёнка»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

- Киса, кисонька, кисуля! – (Одной, затем другой рукой сделать расслабляющие движения для **пальцев.**)

Позвала котёнка Юля.

- Не спеши домой, постой! –

И погладила рукой.

Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Этот **пальчик в лес пошёл,**

Этот пальчик гриб нашёл,
Этот пальчик чистить стал,
Этот пальчик жарить стал,
Этот пальчик всё доел,
Оттого и похудел. (*Загибать поочерёдно пальцы, начиная с мизинца.*)

Пальчиковая гимнастика «Раз, два, три, четыре, пять»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Раз, два, три, четыре, пять! (*По очереди загибать пальцы на правой руке.*)

Будем пальчики считать: (*Сжимают и разжимают кулачки.*)

Крепкие, дружные, (*По очереди загибают пальцы на левой руке.*)

Вот такие нужные!

На другой руке опять:

Раз, два, три, четыре, пять!

Пальчики быстрые,

Хотя не очень... чистые. (*Машут пальцами обеих рук.*)

Пальчиковая гимнастика «Зайка умывается»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Зайка серый умывается, (*Дети имитируют движения умывания и вытирания.*)

Видно, в гости собирается.

Вымыл носик, вымыл ухо,

Полотенцем вытер сухо.