

*Карточка пальчиковых игр
в старшей группе*



Художник: О.П. Ефремова

АСТОНАМ
АСТОНАМ

СЕНТЯБРЬ

«С ДОБРЫМ УТРОМ!»

С добрым утром, глазки! Вы проснулись?	Указательными пальцами поглаживать глаза Сделать из пальцев " <u>бинокль</u> " посмотреть в него
С добрым утром, ушки! Вы проснулись?	Ладонями поглаживать уши Приложить ладони к ушам "Чебурашка"
С добрым утром, ручки! Вы проснулись?	Поглаживать то одну, то другую ручки Хлопки в ладоши
С добрым утром, ножки! Вы проснулись?	Поглаживание коленок Потопать ногами
С добрым утром, солнце! Я - проснулся! (проснулась)	Поднять руки вверх, посмотреть на солнце (посмотреть вверх)

«ДРУЖБА»

Дружат в нашей группе Девочки и мальчики.	Соединять пальцы в «замок».
Мы с тобой подружим	Касание кончиков пальцев обеих рук.
Маленькие пальчики.	
Раз, два, три, четыре, пять – Начинай считать опять.	Парное касание пальцев от мизинцев.
Раз, два, три, четыре, пять – Мы закончили считать.	Руки вниз, встряхнуть кистями.

«ЗДОРОВЬЕ»

«Тише, тише не шумите»
Этот пальчик хочет спать
 Загнуть большой палец
Этот пальчик лег в кровать
 Загнуть указательный палец
Этот пальчик чуть вздремнул
 Загнуть средний палец
Этот пальчик уж уснул
 Загнуть безымянный палец
Этот крепко-крепко спит
 Загнуть мизинец
Тише, тише, не шумите...
 Погрозить пальцем
Солнце красное взойдет,
Утро ясное придет,
Будут птицы щебетать,
Будут пальчики вставать!
Разогнуть кулачек

«ПОВАР»

Повар готовил обед,
А тут отключили свет.
(ребром ладони стучат по столу)
Повар леща берёт
И опускает в компот.
Бросает в котёл поленья,
В печку кладёт варенье.
Мешает суп кочерыжкой,
Угли бьёт поварёшкой.
Сахар сыплет в бульон.
(загибают пальчики, начиная с большого)
И очень доволен он!
(разводят руками)

ОКТАБРЬ

«ГРИБЫ»

Массаж (или самомассаж) подушечек

«ПОМОЩНИКИ»

Удары кулачками

<p>★ пальцев (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечки одного пальца).</p> <p>★ Вылезли на кочке - мизинец</p> <p>★ Мелкие грибочки: - безымянный</p> <p>★ Грузди и горькушки, - средний</p> <p>★ Рыжики, волнушки. -</p> <p>★ указательный</p> <p>★ Даже маленький пенек - большой</p> <p>★ Удивленья скрыть не мог. - большой</p> <p>★ Выросли опята, - указательный</p> <p>★ Скользкие маслята, - средний</p> <p>★ Бледные поганки - безымянный</p> <p>★ Встали на полянке. - мизинец</p>	<p>Раз, два, три, четыре, <i>др. о друга.</i></p> <p>Мы по суду перемыли: <i>Одна ладонь скользит по другой.</i></p> <p>Чайник, чашку, <i>Загибают пальчики,</i></p> <p>ковшик, ложку <i>начиная с</i></p> <p>И большую <i>большого.</i></p> <p>поварешку. <i>Одна ладонь скользит по другой.</i></p> <p>Мы посуду перемыли: <i>Загибают пальчики,</i></p> <p>Только чашку мы <i>начиная с</i></p> <p>разбили, <i>большого.</i></p> <p>Ковшик тоже <i>Удары кулачками</i></p> <p>развалился, <i>друг о друга.</i></p> <p>Нос у чайника отбился.</p> <p>Ложку мы чуть-чуть сломали,</p> <p>Так мы маме помогали.</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

«ДРОЗД-ДРОЗДОК»		«ОСЕНЬ, ОСЕНЬ»	
Дружок ты мой, дрозд,	<i>(машут сложенными ладонями, как крыльями)</i>	Осень, осень	<i>Трём ладошки друг о друга</i>
В крапинку хвост,	<i>(загибают по одному пальчику на обеих руках, начиная с большого)</i>	Приходи!	<i>Зажимаем кулаки по очереди</i>
Носик – остренький,		Осень, осень	<i>Трём ладошки друг о друга</i>
Бочок – пёстренький,		Погляди!	<i>Ладони на щёки</i>
Перья – тонкие,	<i>(машут сложенными ладонями, как крыльями)</i>	Листья жёлтые кружатся,	<i>Плавное движение ладонями</i>
Песни – звонкие.		Тихо на землю ложатся.	<i>Ладони гладят по коленям</i>
Весной распеваются,	<i>(машут сложенными ладонями, как крыльями)</i>	Солнце нас уже не греет,	<i>Сжимаем и разжимаем кулаки по очереди</i>
Зимой забываются.		Ветер дует всё сильнее,	<i>Синхронно наклоняем руки в стороны</i>
		К югу полетели птицы,	<i>«птица» из двух скрещенных рук</i>
		Дождик к нам в окно стучится.	<i>Барабанить пальцами то одной, то другой ладони</i>
		Шапки, куртки надеваем	<i>имитируем</i>
		И ботинки обуваем.	<i>Топаем ногами</i>
		Знаем месяцы:	<i>Ладони стучат по</i>

	<i>коленям</i>
Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь.	<i>Кулак, ребро, ладонь.</i>

«ХЛЕБ. СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЕ РАБОТЫ»

Пекарь, пекарь, Из муки испеки нам колобки. Да сушки – Владюшке, Да баранки – Надюшке, Да бублики – Вовочке, Да крендель – Левочке.	<i>Хлопать в ладоши. Полукруглыми ладошками «печь» колобки. Соединять большие пальцы обеих рук с указательными, средними, безымянными пальцами и мизинцами.</i>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

НОЯБРЬ

«ДОМАШНИЕ ПТИЦЫ»

Во дворе стоит забор, За забором птичий двор.	<i>Руки на столе: правая – ладонью вниз, левая – сжата в кулак; поочередно меняем положение рук.</i>
Гут галдеж и суета Начинается с утра:	<i>Ударяем правой рукой, сжатой в кулак, в ладошку левой руки, затем меняем положение.</i>
Кукарекают, гогочут, Громко крикают, болбочут	<i>Последовательно соединять пальцы обеих рук с большими.</i>
Гуси, утки, индюки, Курицы и петухи.	<i>Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших.</i>

«РОССИЯ – НАША РОДИНА»

Город чудный, город древний,
Ты вместил в свои концы
(хлопок, кулачок)
И посадки, и деревни,
И палаты, и дворцы...
На твоих церквах старинных
Вырастали деревья.
(поочередно загибать пальчики)
Глаз не схватит улиц длинных...
Это матушка – Москва.
(сгибать, разгибать пальчики)

«ПОЗДНЯЯ ОСЕНЬ»

Солнышко греет уже еле-еле;	<i>Поочередно соединяют, начиная с больших пальцев обеих рук (на каждую примету).</i>
Перелётные птицы на юг улетели;	
Голы деревья, пустынны поля, Первым снежком принакрылась	

«МАМИН ДЕНЬ»

Много мам на белом свете
Все их любят очень дети!
(хлопок, кулачок)
Журналист и инженер,
Повар и милиционер,
Швея, кондуктор и учитель,
Врач, парикмахер и строитель –
(поочередно загибать пальчики)
Мамы разные нужны,
Мамы разные важны!
(сжимать, разжимать кулачки)

земля.			
Река покрывается льдом в ноябре –	Руки сжимают в замок.		
Поздняя осень стоит на дворе.	Разводят руками перед собой.		

ДЕКАБРЬ

«ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА»		«ДНИ НЕДЕЛИ»	
Очень холодно зимой,	<i>Дети скрещивают руки на груди и легко похлопывают ладонями по плечам</i>	Изучаем дни недели	- хлопаем в ладоши
Но мы пойдём гулять с тобой	<i>Имитируют ходьбу, высоко поднимая ноги на месте</i>	Их известно ровно семь	- демонстрируем 5 пальчиков одной руки, и 2 другой
Я надену шубку	<i>Проводят ладонями от плеч по груди вниз</i>	Пять рабочих, два других	- 5 пальцев одной руки сжимаем-разжимаем, затем 2 пальца другой руки
Я надену шапку	<i>Двумя руками поглаживают голову</i>	Начинаем называть -	- пальцы обеих рук разгибаются и загибаются
Я надену шарфик и ещё платок.	<i>Поглаживают шею одной ладонью</i>	Станем пальцы загибать:	- пальчики обеих рук в кулачках
А потом красивые теплые, пушистые крошечки-рукавички на ручки натяну	<i>Поглаживают по очереди руки, как бы надевая</i>	Понедельник, Вторник, Среда, Четверг, Пятница.	- на каждый день недели, разгибаем пальцы одной руки
И хотя я маленький, у меня есть валенки. Вот одену валенки и пойду гулять.	<i>Выставляют по очереди, то одну ногу, то другую</i>	Суббота, Воскресенье Дни для отдыха веселья.	- разгибаем 2 пальца другой руки
«ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»		«НОВЫЙ ГОД»	
Раз, два, три, четыре, загибают пальчики, начиная с большого.		Ждали праздника мы долго.	<i>Трём ладошку о ладошку.</i>
Мы с тобой снежок слепили.		Наконец пришла зима.	<i>Сжать кулаки, прижать их друг к другу.</i>
«Лепят», меняя положение ладоней.		Наконец пришла зима	<i>Пальцы «идут» по столу, по коленкам.</i>
Круглый, крепкий, показывают круг, сжимают ладони			

	<i>начиная с большого.</i>
Раз, два, три, четыре, пять,	«ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА» <i>Соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших</i>
К нам зима пришла опять.	<i>Указательный и средний пальцы «шагают» по столу</i>
Любим забавы холодной поры: Весело мчимся с высокой горы, Ходим на лыжах, на санках летим И в белоснежных коньках мы скользим, Лепим все дружно снеговика.	<i>Сжимать – разжимать пальцы в кулаки</i> <i>Загибаем пальцы обеих рук, начиная с больших.</i>
Не уходила б зима никогда!	<i>Хлопают в ладоши.</i>

ФЕВРАЛЬ

«ВЕСЁЛЫЙ ЧЕЛОВЕЧЕК»

Я – веселый человечек, Я гуляю и пою. Я – веселый человечек, Очень я играть люблю.	<i>Указательные и средние пальчики обеих рук «шагают» по столу.</i>
Разотру ладошки сильно,	<i>Растирают ладони.</i>
Каждый пальчик покручу, Поздороваюсь с ним сильно И вытягивать начну.	<i>Охватывают каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланги.</i>
Руки я затем помою,	<i>Потирают ладони.</i>
Пальчик к пальчику сложу, На замочек их закрою И тепло поберегу.	<i>Складывают пальцы в замок.</i>

«БАРАШКИ»

Захотели утром рано Пободаться два барана. Выставив рога свои, Бой затеяли они. Долго так они бодались,	<i>Ладони обеих рук опущены вниз. Локти разведены в разные стороны. Указательные пальцы и мизинцы обеих рук согнуты колечком и выдаются вперед, изображая рога барашков. Остальные пальцы прижаты к ладоням.</i>
Друг за друга все цеплялись. Но к обеду, вдруг устав, Разошлись, рога подняв.	<i>Бодаться рогами, слегка ударяя согнутыми указательным пальцам и мизинцем одной руки об указательный палец и мизинец другой руки</i>

«КОРАБЛИК»

По реке плывёт кораблик, Он плывет из далека,	<i>Сложили руки лодочкой и делаем ими волнообразные движения.</i>
На кораблике четыре Очень храбрых моряка.	<i>Показываем поднятые вверх четыре пальца.</i>
У них ушки на макушке,	<i>Поднимаем руки к голове, показываем ушки согнутыми ладонями.</i>

У них длинные хвосты.	<i>Приставляем руку к пояснице, изображая движения хвостиком.</i>
Не страшны им только кошки, Только кошки да коты.	<i>Обе руки поднимаем к голове, изображаем кошачьи когти и шипим.</i>

МАРТ

«ВЕСНА ПРИШЛА»

Снова солнце в небе улыбается, Снег растаял, ручейки звенят.	<i>Соединять пальцы правой руки с большим. Соединять пальцы левой руки с большим.</i>
И подснежник первый распускается,	<i>Ладони вверх, пальцы сложены лодочкой, запястья рук прижаты друг к другу; разъединять пальцы, постепенно отводя их друг от друга.</i>
С юга птицы с песнями летят.	<i>Ладони повернуты к себе, большие пальцы переплетены, остальными пальцами совершать колебательные движения – «птичка».</i>

«НАШИ МАМЫ»

Много мам на белом свете, Всех их очень любят дети!	<i>Разводят руки в разные стороны, затем крепко обхватывают себя за плечи.</i>
Журналист и инженер, Повар, милиционер, Швея, кондуктор и учитель, Врач, парикмахер и строитель –	<i>Поочерёдно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке.</i>
Мамы разные нужны, Мамы разные важны!	<i>Сжимают обе ладошки в «замочек» Разводят руки, поднимают ладошками вверх.</i>

МАРТ

«ИГРУШКИ»

<i>На большом диване в ряд, Куклы Катины сидят: Два медведя, Буратино, И веселый Чиполлино, И котенок, и слоненок.</i>	<i>попеременно хлопать в ладоши и стучать кулачками. Стучать друг по другу кулачками. Загибать поочередно все пальчики на обеих руках.</i>
<i>Раз, два, три, четыре, пять, Помогаем нашей Кате, Мы игрушки сосчитать.</i>	<i>Поочередно касаться пальцами правой руки пальцев левой руки, начиная с больших. Волнообразные движения сверху вниз. Сжимать-разжимать пальцы обеих рук.</i>

«СОЛНЫШКО-ВЁДРЫШКО!»

<i>Солнышко-вёдрышко! - Взойди поскорей, - Освети, обогрей -</i>	<i>(развести руки в стороны и раздвинуть пальцы) (поднять руки вверх) (сделать «фонарики» перед собой)</i>
--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

★ Телят да ягнят, - (показать « рожки» на голове)
★ Ещё маленьких (не до конца соединить, указательный палец и
★ большой)
★ Ребят - (приложить ладони к груди).

«РУССКИЕ ТРАДИЦИИ. МЫ ПИРОГ ЛЕПИЛИ»

★ Тесто мы месили, (Делаем вид, будто месим тесто.)
★ Мы пирог лепили (Лепим пирожки.)
★ Шлеп, шлеп,
★ Шлеп, шлеп, (Хлопаем в ладоши.)
★ Слепим мы большой пирог! (Показываем большой пирог.)

АПРЕЛЬ

«ВЕСНА»

★ Стучат всё громче дятлы,
★ Синички стали петь. (Ладони сомкнуты “ковшом”, поднимаем руки вверх,
★ раскрываем ладони, боковые части остаются прижатыми, пальцы растопырены).
★ Встаёт пораньше солнце,
★ Чтоб землю нашу греть. (Движения повторяются).
★ Встаёт пораньше солнце,
★ Чтоб землю нашу греть.
★ Бегут ручьи под горку,
★ Растаял весь снежок, (Выполняем руками волнообразные движения (пальцы
★ выпрямлены, сомкнуты, ладони повернуты вниз).
★ А из под старой травки (Ладони сомкнуты “ковшом”).
★ Уже глядит цветок... (Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются,
★ пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка).

«ПТИЧКА»

★ Птичка летала, (скрестить ладони рук)
★ Птичка устала.
★ Птичка крылышки сложила, (сделать замок)
★ Птичка пёрышки помыла. (вращение замком)
★ Птичка клювом повела (выпрямленные соединённые мизинцы изображают
★ клюв)
★ Птичка зёрнышки нашла.
★ Птичка зёрнышки поела, (соединённые мизинцы стучат по столу)
★ Снова крылышки раскрыла,
★ Полетела. (скрещенные ладони делают взмахи).

«ПРОБУЖДЕНИЕ ПРИРОДЫ»

★ После снежной пустоты (Развести руки в стороны ладонями вниз)
★ Распускаются цветы. (Кисть вверх, пальцы раскрыть)
★ Как давно не видел ты (То же самое другой рукой)
★ Этой хрупкой красоты! (Дунуть на обе руки и распрямить пальцы, ладони
★ вверх)
★ Стало солнце пригревать, (Рисуем в воздухе указательным пальцем круг)
★ И набухли почки. (Соединили ладони – касаются только подушечки)

★ *пальцев и запястья, пальцы полусогнуты)*

★ Скоро выйдут из земли *(не меняя положения поднимаем руки)*

★ Первые цветочки. *(разводим пальцы в стороны)*

★ **«ВЕСНА КРАСНА»**

★ Иди, весна, иди, красна, *(«шагают» пальчиками обеих рук по столу)*

★ Принеси ржаной колосок,

★ Овсяный снопок,

★ Яблоки душистые,

★ Груши золотистые,

★ Большой урожай в наш край. *(загибают по одному пальчику с мизинца)*

★ **МАЙ**

★ **«ДЕНЬ ПОБЕДЫ»**

★ Сегодня праздник всех отцов, *(сжимают и разжимают пальцы)*

★ Всех сыновей, всех кто готов, *(хлопают в ладоши)*

★ Свой дом и маму защитить, *(из ладошек делают «домик», руки прикладывают к сердцу)*

★ Всех нас от бед отгородить! *(сжимают и разжимают пальцы)*

★ **«ПОГРАНИЧНИК»**

★ Пограничником я буду, *Сжимать и разжимать пальцы в кулаки одновременно на обеих руках.*

★ Чтоб границы защищать, *Соединять одноименные пальцы обеих рук, начиная с больших.*

★ И страна могла спокойно *Разъединять одноименные пальцы, начиная с мизинцев.*

★ Крепким сном ночами спать. *Соединять все пальцы обеих рук по очереди с большим.*

★ **«ЦВЕТОК»**

★ Вырос высокий цветок на поляне, *Запястья соединить, ладони развести в стороны, пальцы слегка округлить.*

★ Утром весенним раскрыл лепестки. *Развести пальцы рук.*

★ Всем лепесткам красоту и питание *Ритмично двигать пальцами вместе-врозь.*

★ Дружно дают под землей корешки. *Ладони опустить вниз, тыльной стороной прижать друг к другу, пальцы развести.*

★ **«РЫБКА»**

★ Рыбка плавает в водичке, *(сложенными вместе ладонями дети)*

★ Рыбке весело играть. *(изображают, как плывёт рыбка)*

★ Рыбка, рыбка, озорница, *(грозят пальчиком)*

★ Мы тебя хотим поймать. *(медленно сближают ладони)*

★ Рыбка спинку изогнула, *(сложенными вместе ладонями изображают, как плывёт рыбка)*

★ Крошку хлебную взяла. *(делают хватательные движения обеими руками)*

★ Рыбка хвостиком махнула,

Рыбка быстро уплыла.

(снова «плывут»)

«ЗА ЯГОДАМИ»

Раз, два, три, четыре, пять,
больших)

(пальчики обеих рук «здороваются», начиная с

В лес идём мы погулять.
пальцами по столу)

(обе руки «идут» указательными и средними

За черникой,

За малиной,

За брусникой,

За калиной.

Землянику мы найдём

И братишке отнесём.

(загибают пальчики, начиная с большого)

Бородатый старичок.

Пятый гриб – белый,

Ешь его смело!

(на каждое двуступище дети разгибают по

одному пальчику, начиная с большого)