



муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 9 комбинированного вида» г. Красноярск (МАДОУ № 9)
660077 г.Красноярск, ул. Весны 13А,, тел. 212-53-19

Комплексы пальчиковой гимнастики для детей средней группы

Автор-составитель:
музыкальный руководитель
Медведева Е.В.

2021г.

Пальчиковая гимнастика «Снежок»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Раз, два, три, четыре (загибают пальчики,

Мы с тобой снежок лепили (лепят снежок,

Круглый, крепкий, очень гладкий

(показывают круг, сжимают ладони вместе, гладят одной ладонью другую,

И совсем – совсем не сладкий (*грозят пальчиком*).

Раз – подбросим (подбрасывают,

Два – поймаем (приседают, ловят,

Три – уроним (встают, роняют,

И...сломаем (*встают, роняют, топают*).

Пальчиковая гимнастика «Снеговик»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Давай, дружок, смелей дружок (лепят снежок,

Кати по снегу свой снежок (*катят*).

Он превратится в толстый ком (показывают шар руками,

И станет ком снеговиком (*рисуют руками снеговика*).

Его улыбка так светла! (*Показывают улыбку*.)

Два глаза, шляпа, нос, метла (*показывают*).

На солнце припечет слегка – (*рука у лба, смотрят солнце*)

Увы – и нет снеговика.

(*Пожимают плечами, руки в сторону*.)

Пальчиковая гимнастика «Кормушка»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Сколько птиц в кормушке нашей

(*ритмично сжимают и разжимают кулачки*)

Прилетело? Мы расскажем.

Две синицы, воробей,

Шесть щеглов и голубей,

Дятел в пестрых крылышках.

Всем хватило зернышек.

Пальчиковая гимнастика «Палец, палец, 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.

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,

Чтобы силушка была. *(Делают движение **пальцами**, словно маня к себе.)*

Наши **пальчики – малютки**

Не хотят ждать ни минутки, *(Ритмично сгибают и разгибают **пальцы**.)*

Тук – тук, молоточками, *(Наклоняются и поочерёдно ритмично стучат кулачками по коленям.)*

Хлоп – хлоп, лапоточками, *(Ритмично хлопают по коленям.)*

Прыг – прыг, словно зайки,

Скачут на лужайке. *(Стучат полусогнутыми **пальцами по коленям**.)*

Пальчиковая гимнастика «Цветок»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Вырос высокий цветок на поляне *(показывают руками цветок,*

Утром весенним раскрыл лепестки *(разводят **пальцы рук**,*

Всем лепесткам красоту и питание *(движение **пальцами вместе – врозь**)*

Дружно дают под землёй корешки *(ладони вниз, тыльной стороной прижимают друг к другу, **пальцы разводят**).*

Пальчиковая гимнастика «Здравствуй»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Здравствуй, полянка большая!

Здравствуй, трава – мурава!

Здравствуй, ягодка лесная!

Ты поспела и вкусна.

Мы лукошечко несём,

Всю тебя мы соберём. (**Пальцы** правой руки по очереди здороваются с **пальцами левой**, похлопывая друг друга кончиками.)

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 «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 поочередно 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.

Пальчиковая гимнастика «Теремок»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Стоит в поле теремок (*Ладони домиком.*)
На дверях висит замок. (*Переплетаем пальчики, делаем замочек.*)
Пришёл котик – коток, (*Перекатываем руки, не расцепляя пальцы – как змейкой.*)

Трык- трок, трык- трок

И открылся замок. (*Расцепляем пальчики, трясём руками.*)

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 такую крышей (*Ладони над головой.*)

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

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

Вот с такую дверь (*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 посуше.

Пальчиковая гимнастика «Тесто»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

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

Сладкий торт 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 доннышко,

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 «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*).

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 «щепоточкой», 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 водичке, (*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*»)

Людям 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*)

Высуну 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 согревать. (*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 «Мы рисовали»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Мы сегодня рисовали, (*дети поднимают перед собой руки.*)

Наши **пальчики** устали.

Наши **пальчики** встряхнём, (*встряхивают кистями.*)

Рисовать опять начнём.

Пальчиковая гимнастика «У меня пропали руки»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

У меня пропали руки, (*прячем руки за спину*)

Может быть они от скуки

Убежали в зоосад?

Нет, нашлись мои беглянки, (*показываем руки.*)

Они с джемом были в банке.

Мои ручки просто клад.

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 «Улей»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

(**Пальцы сжимаем в кулак**. Затем **отгибаем их по одному**.)

Вот маленький улей, где пчёлы

Спрятались, никто их не увидит.

Вот они показались из улья.

Одна, две, три, четыре, пять!

Пальчиковая гимнастика «Надо спать»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

А кто не лёг в кровать? (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 «Рыбки»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Рыбки весело резвятся,

В чистой тёпленькой воде.

То сожмутся, разожмутся,

То зарюются в песке.

(*Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.*)

Пальчиковая гимнастика «Есть игрушки у меня»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Есть игрушки у меня: (*Хлопают в ладоши и ударяют кулачками попеременно.*)

Паровоз и два коня, (*Загибают по одному пальчику.*)

Серебристый самолёт,

Три ракеты, вездеход,

Самосвал, подъёмный кран –

Настоящий великан.

Сколько вместе? (*Хлопают в ладоши и ударяют кулачками.*)

Как узнать? Помогите сосчитать.

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 «Дворник»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Дворник дверь

Два дня держал, *(Руки поочерёдно в такт «закрывают дверь» на себя.)*

Деревянный дом *(Руки по швам, одновременно с приседанием в такт похлопываем по бёдрам.)*

Дрожал.

Ветер дёргал *(Волнообразные движения руками.)*

Эту дверь. *(Руки описывают круг и смыкаются.)*

Дворник думал: *(Руками берутся за голову.)*

Это зверь.

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 «Я сам»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Ложка – это ложка, *(Сжав руку в кулак, подносят её ко рту)*

Ложкой суп едят. *(«едят суп».)*

Тряпка – это тряпка, *(Вращая кистью руки, «вытирают стол».)*

Тряпкой вытру стол.

Шапка – это шапка, *(Двумя руками «надевают шапку на голову».)*

Оделся и пошёл.

Пальчиковая гимнастика «Дружба»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Дружат в нашей **группе** *(Обхватываем правой ладонью левую и покачиваем в ритме стихотворения.)*

Девочки и мальчики.

Мы с тобой подружим *(Обхватываем левой ладонью правую и покачиваем в ритме стихотворения.)*

Маленькие **пальчики**.

Один, два, три, четыре, пять. *(Соединяем пальчики обеих рук, начиная с большого, затем соединяем пальчики, начиная с мизинца.)*

Пять, четыре, три, два, один.

Пальчиковая гимнастика «Помощник»

Цель: развивать мелкую моторику рук, координацию движений.

Топором дрова колю *(Имитируем действия топора, двигаем вместе ладошками вверх – вниз.)*

А потом пилой пилю. *(Имитируем действия пилы, двигаем вместе ладошками вперёд – назад;)*

Отнесу их бабушке, *(Показываем ладоши.)*

Чтоб испечь оладушки. *(Хлопаем ладонями друг о друга.)*