

ПАЛЬЧИКОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА ОСНОВЕ СКАЗОК

Такие комплексы пальчиковых игр позволяют повысить общий тонус, развивают внимание и память, снимают психоэмоциональное напряжение.

В работе с детьми можно использовать готовый пальчиковый театр, также пальчиковый театр в виде маленьких вязаных колпачков, что придает двойной эффект – массаж фаланг пальцев руки, также можно нарисовать героев сказок на подушечках пальцев и с удовольствием проиграть сказку с детьми (Дети поочередно загибают пальчики.

На последнюю строчку хлопают в ладоши.)

Будем пальчики считать,
Будем сказки называть Рукавичка,
Теремок,
Колобок – румяный бок.
Есть Снегурочка – краса,
Три медведя,
Волк – Лиса.
Не забудем Сивку-Бурку,
Нашу вещую каурку.
Про жар-птицу сказку знаем,
Репку мы не забываем
Знаем Волка и козлят.

Будем пальчики считать,
Будем сказки называть:
Три медведя, Теремок,
Колобок- румяный бок!
Репку мы не забываем,
Знаем Волка и козлят
- Этим сказкам каждый рад!

«Рукавичка»

Из-за леса, из-за гор

Дети шлепают ладошками по коленям.

Топал дедушка Егор.
Очень он домой спешил,

Показывают обратную
сторону ладони.

Рукавичку обронил.

Вытянуты большим пальцем вверх
– показать жест «Рукавичка».

Мышка по полю бежала.

Бегают пальчиками
одной руки по другой.

Рукавичку увидала.

Жест «Рукавичка».

Кто, кто здесь живет?

Стучат правым кулачком
по левой ладошке.

Мышку здесь никто не ждет?

Грозят пальцем.

Стала жить – поживать,
Звонки песни распевать.

Хлопки.

Зайка по полю бежал,

жест «Зайка»

Рукавичку увидала.

Жест «Рукавичка».

Кто, кто здесь живет?

Стучат правым
кулачком по левой ладошке.

Звонко песенку поет?

Хлопки.

Мышка зайку пригласила,

Зовут,
жестикулируя правой рукой.

Сладким чаем напоила.

Вытягивают вперед руки,
ладошки складывают в виде чашечки.

Зайка прыг, зайка скок,
Зайка пирогов напек.

«Пекут» пирожки.

Как по лесу шла лисичка,

Мягкие движения кистями рук.

Увидала рукавичку.

Жест «Рукавичка».

- Кто, кто здесь живет?

Стучат правым кулачком по левой ладошке.

Звонко песенку поет?

Хлопки

И лисичку пригласили.

Мягкие движения кистями рук.

Пирожками угостили.

«Пекут» пирожки.

Стала жить там поживать,
Пол метелкой подметать.

Движение руками вправо-влево.

Мишка по полю гулял.

Стучать, но коленкам кулачками.

Рукавичку увидал.

Жест «Рукавичка».

- Кто, кто здесь живет?

Стучат правым кулачком по левой ладошке.

Звонко песенку поет?

Хлопки

Звери испугались.

Сжать пальцы в «замок».

В страхе разбежались.

Развести руки в сторону.

«Пять сыновей»

Как у мамочки моей
Было пять сыновей.

Шевелят пальчиками

Мама их кормила,

Щелчок правой руки по
подушечке каждого пальца левой

Молочком поила.

Надавить указательным
пальцем на подушечки пальцев левой руки,
слегка отклоняя пальцы.

Очень чисто мыла.

Помассировать правой рукой каждый палец левой,
начиная с подушечки, опускаясь вниз

Сказки говорила.

Загнуть каждый палец правой рукой на левой.

И гулять водила.

Разогнуть каждый палец на руке
(Те же самые упражнения выполнить с другой рукой).

КОЛОБОК

(пальчиковая игра по мотивам русской народной сказки)

За горами, за лесами,

(Поднимите руки вверх,
соедините над головой,
а потом, опуская их в стороны.)

За широкими морями

(Выпрямите руки перед собой,
соедините кисти,
затем плавно разведите в стороны)

Жили дед и баба,

(«Дед» — покажите воображаемую бороду,
«баба» — «наденьте»
воображаемый платочек на голову и
«завяжите» его под подбородком.)

Тимофей да Капа.
«Как же, как же,

Как нам быть?

(Положите ладони на щеки и покачайте головой из стороны в сторону.)

Где муки на хлеб добыть?
Надо нам совсем чуток —

(Покажите пальцами «чуть — чуть».)

Испекли бы колобок!

(Пальчиковое упражнение «Шарик».)

По амбарам пометем,

(Покажите, как метут пол веником.)

По сусекам поскребем,

(Руки выставьте перед собой, «поскребите» ногтями.)

Небольшой у нас роток —

(Возьмитесь пальцами за губы.)

Соберем на колобок

(Поднимите руку вверх и махните ею вниз — «Эх!»)

Наскребли и замесили,

(Поднимите одну ладонь над другой и резко соедините ладони, затем поменяйте положение рук.)

Сахар в тесто положили,

(Покажите, как сыплют сахар щепоткой.)

И слезинкой посолили
Потом в печку посадили.
Славный вышел колобок,

(Пальчиковое упражнение «Шарик»)

Остывать на полку лег.

(Руки сложите ладонями, положите их под щечку — «колобок» спит.)

А потом проснулся,
Сладко потянулся,

(Потянитесь.)

Выпрыгнул в окошко
Прямо на дорожку.

(Сделайте небольшой прыжок вперед.)

Перед колобком — лесочек,
На поляночке — пенечек,
Почему — то он дрожит...

(Обхватите себя руками и покажите, как «дрожит» зайка.)

За ним зайнышка сидит!
«Ой, приветик, колобок,
Дай — укушу за бок!»

«Ты не съешь, косой, меня-
Укачусь я от тебя!»
Колобочек покатился,
И в лесу он очутился.
Видит, что стоит за елкой

(Пальчиковое упражнение «Елка»)

Зверь с глазами злого волка.

(Пальчиковое упражнение «Бинокль».)

«Здравствуй, здравствуй, колобок,
Дай — ка укушу за бок!
„Ты не съешь, волчок, меня-
Укачусь я от тебя!“
Колобочек покатился,
На полянке очутился.
Но споткнулся он и с ходу-

(Покачайтесь туловищем
из стороны в сторону.)

Бух в медвежью берлогу!
„Эй, ты кто, иди сюда!
Буду есть сейчас тебя!“
„Ты не съешь, медведь, меня
Укачусь я от тебя!“
Колобок дальше спешит,
А кругом трава шуршит.
Вдруг встречает он в лесу
Очень хитрую лису.

(Пальчиковое упражнение „Лиса“.)

„Здравствуй, здравствуй, колобочек,
Откусить позволь кусочек!
Я голодная, устала,
Красоту всю растеряла“.
„Ты съешь, лиса, меня-
Укачусь я от тебя!“
Что я плохо слышу,
Подойди ко мне поближе.
Сядь ко мне на носок,
Повтори еще разок».
Нет, меня ты не обманешь!
Сесть на носик не заставишь!«
Побежал он прочь быстрее,
Своих ножек не жалея.
Через лес скорей к родному,
Дому, дому дорогому

(Пальчиковое упражнение «Дом».)

Видит — милое крылечко,

Из трубы — дымок от печки.
Баба с дедушкой сидят,
Ждут его и в лес глядят.
Колобок сказал: «Простите,
И меня домой пустите.
Буду теперь с вами жить,
В лес не буду я ходить,
Буду вам внучонком сладким,
Будет все у нас в порядке!»

Курочка Ряба

(пальчиковая игра по мотивам русской народной сказки)

Дед и баба жили — были,

(«Дед» — покажите воображаемую бороду,
«баба» — «наденьте»
воображаемый платочек на голову и
«завяжите» его под подбородком.)

Поначалу не тужили,
Но состарились однажды,
Что же было с ними дальше?
«Ох — ох — ох, дожили, дед,
Ничего нет на обед,

(Разведите руками в стороны.)

В подвале нашем пусто,
Закончилась капуста,
Пусто и в кладовке,
Ни свеклы, ни морковки.

(Загните указательным пальцем
одной руки указательный и
средний пальцы другой руки.)

Опустел давно сундук,
Там живет большой паук.

(Пальчиковое упражнение „Паучок“.)

Что же делать?
Как же быть?
Из чего обед варить?»
Дед ответил ей устало:
«Что с тобою, бабка, стало?
Видно, памяти не стало —
Я вчера на рынке был,
И курочку там купил,

(Пальчиковое упражнение „Курочка“.)

За нее пятак отдал,

(Соедините большой и указательный
пальцы одной руки и
округлите их, изображая „пятак“.)

Что на черный день лежал.
Цып—цып-цып, сюда иди,
Ты яичко нам снеси!»

(Положите большой палец одной руки
на большой палец другой руки,
остальные пальцы округлите и
приставьте соединенные кончики пальцев
одной руки под кончики пальцев другой руки,
чтобы у вас получилось «яичко».)

«Хорошо! Давай-ка, дед,
Приготовлю я омлет!»

(«Омлет»:сложите ладони,
немного округлив их.)

Что такое? Почему?
Ничего я не пойму!

(Руки сожмите в кулаки,
постучите одним кулаком по другому.)

Дед, яичко-то не бьется,
Даже в руки не дается!«
«Дай-ка, бабка, посмотрю,
Его враз я разобью!

(Руки сожмите в кулаки,
постучите одним кулаком по другому.)

Что такое? Почему?
Ничего я не пойму!»
«Говорю тебе: не бьется,
Даже в руки не дается!

(Разведите руки в стороны.)

Да, пропал опять обед,
Не поели мы омлет.

(Покачайте головой из стороны в сторону.)

Дед, за курицей сходи,
В дом ее ты приведи.
Цыпленочка из яйца

(Выполните пальчиковое
упражнение „Цыпленок“.)

Выведет нам курица»
Мимо пробежала мышь.

(Покажите пальчиковое
упражнение «Мышка».)

«Прочь пошла, воровка! Кыш!
Ой-ой-ой, яйцо разбилось!

(Положите ладони на щеки и
покачайте головой из стороны в сторону.)

Дед! Сюда!

Беда случилась!
Мышь по печке пробегала.
Я ее уже прогнала,
Но она своим хвостом
Яйцо задела, а потом...
Покатилось, покатилось...
И упало...
И разбилось...»
В это время курочка

(Пальчиковое упражнение «Курочка».)

Вышла из-за уголочка:
«Почему ты плачешь, дед?
Вкусный вышел ли омлет?»
«Ой, беда у нас случилась,
Горе, горе, приключилось.
Мышь по печке пробегала,
Бабушка ее прогнала,
Но она своим хвостом
Яйцо задела, а потом...
Покатилось, покатилось...
И упало...
И разбилось...»
Отвечала курочка:
«хватит плакать, дедушка!
Хватит слезы вытирать,
Охать и вздыхать.
Я снесла для вас яйцо,
Новое, хорошее!

(Покажите «яичко»,
как описывалось выше.)

Не обычное оно-
Вот какое — золотое!
Вы с ним на базар идите,
Все, что надо, там купите:

(Загибайте пальцы в такт стихотворению.)

Лука, перца и капусты,
На столе не будет пусто!
Мяса, хлеба, молока,
Чтоб бабка блинов спекла,
Да еще яиц мешок,
И все будет хорошо!

Теремок

(пальчиковая игра по мотивам русской народной сказки)

«Как мне мышка не тужить,

(Пальчиковое упражнение „Мышка“.)

Если жить мне негде?
Негде чаю мне попить

(Пальчиковое упражнение „Чашка“.
Поднесите к губам воображаемую
„Чашку“ и „попейте“ из нее.)

И поспать мне негде.

(Сложите руки ладонями вместе
и положите на них щечку.)

В стужу мерзну на снегу,

(Обхватите себя ладонями
и подожгите, словно вы замерзли.)

Летом очень жарко.

(Вытрите со лба воображаемый пот.)

Осень льет на меня дождь,
Вам меня не жалко?

(Разведите руки в стороны,
затем выполните упражнение „Домик“.)

Ой ,смотрите, теремок,
Он не низок, не высок,
Не висит на нем замок,
Кто, скажите, здесь живет?
Меня к себе пустите!
Печеньем угостите,
Я по дому все умею-

(Загибайте пальцы,
перечисляя, что Мышка умеет делать.)

Шить, готовить, убирать,
Я сама везде поспею,
Буду пол мыть и стирать.
Что ж, никто не отвечает,
Что же это означает?
Если дом стоит пустой,
Будет этот домик мой!»
Лягушка пробежала,
Теремочек увидала:

(Пальчиковое упражнение «Лягушка».)

«Ой, смотрите, теремок,
Он не низок, не высок,
Из трубы идет дымок,
Кто, скажите, здесь живет?»

(Выполните пальчиковое
упражнение «Мышка».)

Здесь живу я — Мышь-норушка,
Ну а ты кто, отвечай!»

(Пальчиковое упражнение «Лягушка».)

«Я — Лягушка — попрыгушка,
Пригласи меня на чай!
Плавать я умею быстро,
Ква—ква-квакать я могу,
Я воды принесу чистой,
Много места не займу!»

(Пальчиковое упражнение «Мышка».)

«Вместе веселее!
Заходи скорее!»
Мимо Зайка пробежал,
Теремок он увидал.

(Выполните пальчиковое
упражнение «Зайчик».)

«Ой, смотрите, теремок,
Он не низок, не высок,
Из трубы идет дымок,
Кто, скажите, здесь живет?»

(Пальчиковое упражнение «Мышка».)

«Здесь живем мы — Мышь-норушка

(Пальчиковое упражнение „Лягушка“.)

И лягушка-попрыгушка.
Отвечай, кто ты такой,
Кто нарушил наш покой?»

(Пальчиковое упражнение «Зайчик».)

«Не пугайтесь! Это Зайка,
Серый Зайка-побегайка,
В теремок меня пустите,
Сладким чаем угостите,
Посажу вам огород,
Выращу капусту,
И морковку, и горох,
Зимой не будет пусто!»
«вместе веселее!
Заходи скорее!»
Мимо Лисонька бежала,
Теремочек увидала:

(Пальчиковое упражнение «Лиса».)

Ой, смотрите, теремок,
Он не низок, не высок,
Запах.... маковый пирог...
Кто, скажите, здесь живет?
Открывайте двери,
Люди или зверь?»

(Пальчиковое упражнение «Мышка».)

«Здесь живем мы — Мышь-норушка,

И лягушка-попрыгушка,

(Пальчиковое упражнение „лягушка“.)

И пуховый зайка,
ты кто, отвечай-ка!»

(Пальчиковое упражнение „зайчик“.)

«Я-красавица лиса,
моя рыжая краса
всем давно известна,
есть ли в доме место?
хозяйка я хорошая,
красивая, пригожая.»
«вместе веселее!
заходи скорее!»
мимо волк пробегал,
теремок он увидал:

(Пальчиковое упражнение «лиса».)

«Ой, смотрите, теремок,
он не низок, не высок,
места много — хватит всем!
открывайте ворота!
да не бойтесь, вас не съем,
я сама ведь доброта!»

(Пальчиковое упражнение «волк».)

«Здесь живем мы — мыш-норушка,

(Пальчиковое упражнение «мышка».)

и лягушка-попрыгушка,

(Пальчиковое упражнение „лягушка“.)

и пуховый зайка,

(Пальчиковое упражнение „зайчик“.)

и лиса-хозяйка,
ты кто, отвечай-ка!»

(Пальчиковое упражнение „лиса“.)

«Я — волк, совсем не страшный,
не злой и не опасный,
я — ласковый, хороший,
я — милый и пригожий,
люблю читать я сказки
и песни детям петь,
зимой возить салазки,
на дудочке дудеть.
быть добрым я стараюсь,
совсем я не кусаюсь!»
«вместе веселее!
заходи скорее!»

(Пальчиковое упражнение «волк».)

Мимо шел большой медведь,
Вдруг как начал он реветь:
(Пальчиковое упражнение «Медведь».)
«Ой, смотрите, теремок,
Он не низок, не высок,
Все здесь поселились,
И лису пустили,
А про меня забыли!
Я могу вам пригодиться!»

(Пальчиковое упражнение «Мышка».)

«Здесь тебе не поместиться!»

(Пальчиковое упражнение «Медведь».)

«Я тихий, очень скромный!»

(Пальчиковое упражнение «Зайчик».)

«Ты такой огромный!»

(Пальчиковое упражнение «Медведь».)

«Помещусь, пустите....
Ой, застрял, помогите!»
Теремок по швам затрещал,
Развалился и на землю упал.

(Пальчиковое упражнение «Лиса».)

«Что ж ты, Мишка, натворил?
Ты наш домик развалил!
Как теперь мы будем жить?
Как теперь нам не тужить?»

(Пальчиковое упражнение «Медведь».)

«Чем о теремке страдать,
Лучше новый сложим!
Каждый будет помогать,
Помогать, чем может!»

Репка

(пальчиковая игра по мотивам русской народной сказки)

Как у деда в огороде

(«Дед»: покажите руками воображаемую бороду.)

Подрастала репка.

(Поднимите руки вверх,
округлите и сомкните,
затем плавно разведите в
стороны и сомкните на уровне груди.)

И созрела она, вроде,
Но сидела крепко.
Дергал-дергал репку дед,
Наступил уже обед.

(Возьмитесь за воображаемую репку и потяните.)

Он и эдак, он и так-

Не получается никак.
«Ох, спина моя болит,
Одолел радикулит!
Слаб я стал на старость лет,
Тяну, тяну, а толку нет!»
Похлебал дед пшенной каши,
Что варила баба Глаша,

(«Баба»: «наденьте» воображаемый платочек
на голову и «завяжите» его под подбородком.)

И надумал бабку звать,
Вместе репку чтоб достать.
«Ну-ка, бабка, раз, два, три,
Крепче ты давай тяни.

(Возьмитесь за воображаемую репку и потяните.)

Ну-ка, взялись крепко!
Не вытянуть нам репку...
«Видно, надо помощь звать,
Надо Анечку позвать.

(Пальчиковое упражнение „Бантик“.)

Внученька! Ты к нам иди!
Тянуть репку помоги!»
Ухватилась внучка крепко
За бабулю, та — за дедку.
«Ну—ка, внучка, раз, два, три,
Крепче ты давай тяни.

(Возьмитесь за воображаемую репку и потяните.)

Ну—ка, взялись крепко!
Не вытянуть нам репку...
Видно, надо помощь звать,
Надо Жучку к нам позвать.

(Пальчиковое упражнение «Собака».)

Жучка! К нам скорей беги!
Тянуть репку помоги!
Ну-ка, Жучка, раз, два, три,
Крепче ты давай тяни.

(Возьмитесь за воображаемую репку и потяните.)

Ну-ка, взялись крепко!
Не вытянуть нам репку...
Как-то очень крепко
Сидит наша репка!
Видно, надо помощь звать,
Надо Мурочку позвать.

(Пальчиковое упражнение «Кошка».)

Вон и наша кошка,
Жмурится в окошке.

Мурка: «Муррр! Сейчас приду!
Тянуть репку помогу.»
2ну-ка, Мурка, раз, два ,три,
Крепче ты давай тяни.

(Возьмитесь за воображаемую репку и потяните.)

Ну-ка, взялись крепко!
Не вытянуть нам репку...
Глубоко и крепко
Пустила корни репка.

(Пальчиковое упражнение «Кошка».)

«Видно, надо помощь звать,
Надо Мышку нам позвать.
Сторожила я с утра
Ее около окна.
Мышка, мышка, выходи!
Репку вынуть помоги!»

(Пальчиковое упражнение «Мышка».)

«Я работы не боюсь!
Над лентями смеюсь!
Пи-пи-пи, уже бегу!
Я сейчас вам помогу!»
«Становись, держись покрепче,
И тяни, тяни порезче!

(Возьмитесь за воображаемую репку и потяните.)

Раз, два, три, тяни-и-и-и!»
Разом вместе налегли,
Репку вынули из земли.
«Посмотри, какая-
Желтая, большая!

(Разведите руки в стороны,
показывая, какая большая выросла репка.)

Мы ее запарим,
Мы ее пожарим,
Репу ест уже сто лет
Всякий русский человек!
Всем кусок достанется,
И еще останется!
Скажу я вам без лести!
Мы сильны, когда мы вместе!»