

принято
педагогического совета №
Протокол от

утверждаю _____ решением
заведующий МКДОУ д/с №330
Есикова Л.А.

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска «Детский сад № 330
комбинированного вида «Аринушка»

КАРТОТЕКА

ПАЛЬЧИКОВЫХ ИГР С НЕСТАНДАРТНЫМ ОБОРУДОВАНИЕМ

(Практический материал к Программе «За здоровьем в детский сад»)



Составили: Золотухина Л.П., Денерд Т.Г.

1. Упражнения с каучуковым мячом

Мячик сильно посжимаю
И ладошку поменяю.

Сжимать мяч в ладони.

«Здравствуй, мой любимый мячик!»-
Скажет утром каждый пальчик.

Удерживать мяч двумя пальцами, поочередно их менять.

Крепко мячик обнимает,
Никуда не выпускает.

Удерживать мяч одним пальцем.

Только брату отдает:
Брат у брата мяч берет.

Поочередно менять пальцы.

Два козленка мяч бодали
И другим козлятам дали.

Выполняя круговые движения, удерживать мяч двумя пальцами.

По столу круги катаю,
Из-под рук не выпускаю.
Взад-вперед его качу;
Вправо-влево – как хочу.

Катать мяч по столу ладонью.

Танцевать умеет танец
На мяче мой каждый палец.

Катать мяч по столу пальцем, поочередно их менять.

Мячик пальцем разминаю,
Вдоль по пальцам мяч гоняю.
Прокатывать мяч вдоль пальцев.



Мячик мой не отдыхает –
Между пальцами гуляет.

Зажимать мяч и удерживать мяч между пальцев.

Поиграю я в футбол
И забью в ладошку гол.

Перебрасывание мяча из одной ладошки в другую.

Сверху левой, снизу правой-
Я его катаю браво.

Поверну, а ты проверь-
Сверху правая теперь!

Катание мяча между ладонями.



2. Упражнения с грецким орехом

Прокачу я свой орех по ладоням снизу вверх,
А потом обратно, чтоб стало мне приятно.

Грецкий орех положить между ладонями, прокатывать его от основания ладони к кончикам пальцев и обратно.

Я катаю мой орех, чтобы стал круглее всех.

Грецкий орех положить между ладонями, делать круговые движения, постепенно увеличивая нажим и темп.

Вокруг земли Луна летает, а вот зачем сама не знает.

Катать два ореха между ладонями вверх-вниз, по кругу.

Научился два ореха между пальцами держать.
Это в школе мне поможет буквы ровные писать.

Удерживать два ореха между любыми растопыренными пальцами одной руки, обеих рук.

Два ореха я возьму, между пальцами зажму.
Раз, два, три, четыре, пять, орехи сложно удержать.

Два ореха держать в одной руке и вращать одним вокруг другого.



«Мне дала синичка хрупкое яичко»

Птичка веток набрала,
Крепко гнездышко свила,

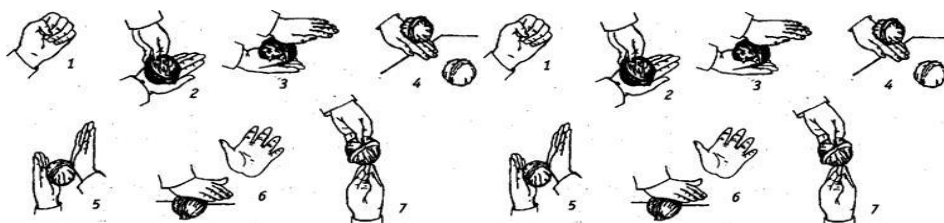
С этими словами ребенок сводит ладони в форме гнезда.

И снесла яичко умница синичка.

Взрослый кладет грецкий орех, как яйцо птицы

Ты яичко покатай,
Но из рук не выпускай:
Очень хрупкое оно-
Так у птиц заведено.

Ребенок катает орех между ладоней.



3. Упражнения с массажным мячом (еловой шишкой)

У сосны, у пихты, у елки очень колкие иголки.
Но еще сильнее, чем ельник, вас уколёт можжевельник!

Ребенок катает мяч или шишку между ладонями движениями вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает темп.

Гладь мои ладошки, еж!
Ты колючий, ну и что ж!

Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

Гладить мяч (шишку) ладошкой.

Гладила мама-ежиха ежат:
«Что за пригожие детки лежат!»

Круговые движения мяча (шишки) на ударные слоги стихотворения.

Я мячом круги катаю,
Взад-вперед его гоняю,
Им поглажу я ладошку,
А потом сожму немножко.
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.

Движения по тексту.

А теперь последний трюк -
Мяч летает между рук.

Перебросить мяч из руки в руку.



Упражнение с шариком «Су-Джок»

Раз, два, три, четыре, пять
Буду шарик я катать.

По ладошке прокачу
И ладошку пощекочу.

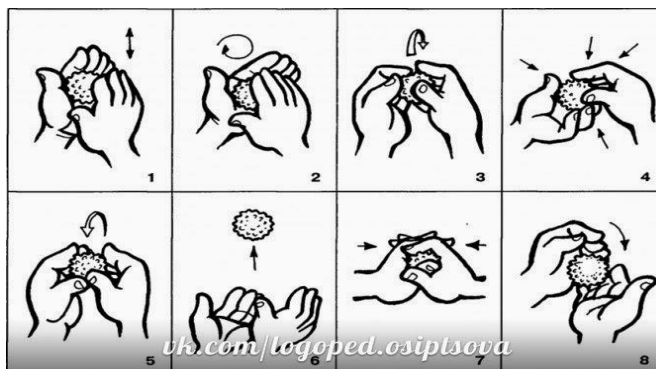
Шар по кругу я катаю
И ладошку разминаю.

И по пальцам прокачу
Каждый я пощекочу.

Вверх-вниз, вверх-вниз
Шар по пальчику катись.

Сильно шарик я сожму,
Подержу и разожму.

Движения по тексту.



4. Упражнения с круглым карандашом

«Горка»

Катать карандаш по тыльной поверхности руки от запястья до кончиков пальцев вверх-вниз.

«Добывание огня»

Прокатывать карандаш между ладонями.

«Нажми на кнопку»

Нажимать подушечкой большого пальца поочередно на ноготь каждого из 4 пальцев, которые держат карандаш.

«Скольжение»

Скользить пальчиками по длине карандаша вверх-вниз, держать карандаш как при рисовании.

«Утюжок»

Карандаш я покачу
Вправо-влево – как хочу

Катать карандаш по столу.

«Прятки»

Карандашик посжимаю
И ладошку поменяю

Сжимать карандаш поочередно правой левой рукой.

«Волчок»

По столу кручу, катаю,
Карандаш не выпускаю.

Вращать карандаш на столе указательным и большим пальцами.

«Подъемный кран»

Карандашик поднимаю,
Крепко пальцем прижимаю.

Поднять с края стола одним пальцем карандаш.

«Вертолет»

Отправляется в полет
Наш красавец-вертолет.

Вращать карандаш между большим, указательным и средним пальцами.

«Качалка»

Карандаш не отдыхает,
Между пальцами гуляет.

Прокатывать карандаш в межпальцевом пространстве.

«Ладошка»

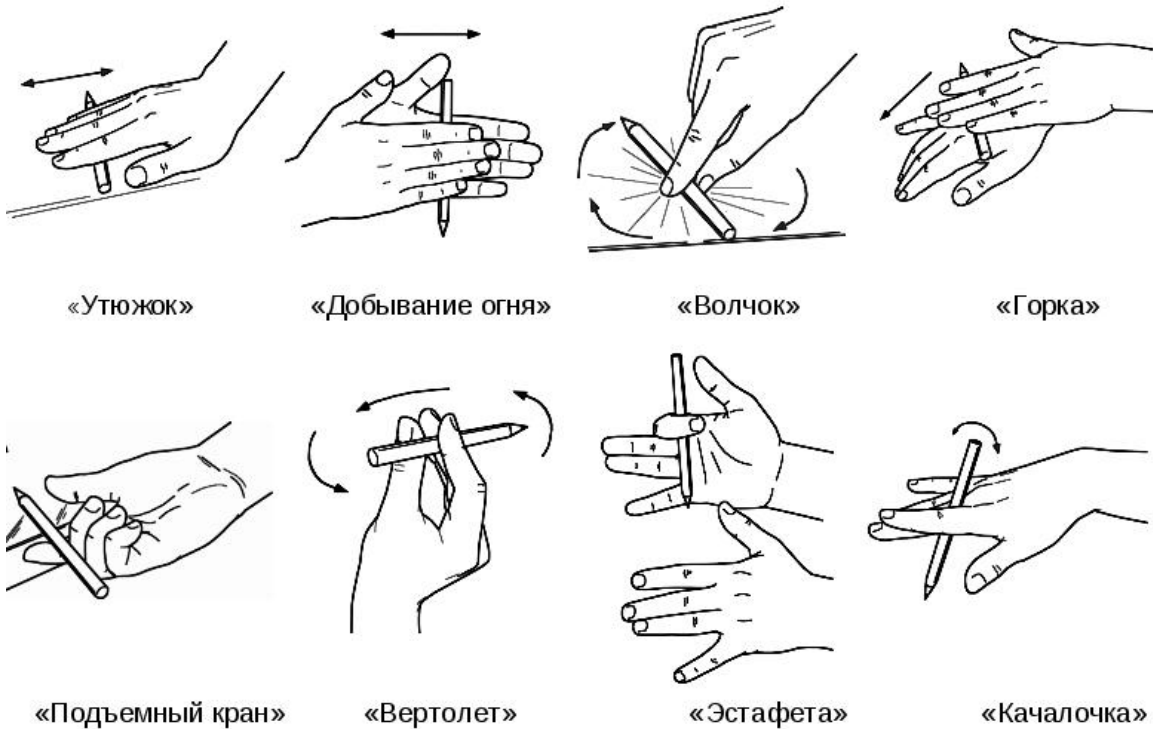
Нарисую я ладошку,
Отдохну потом немножко.

Обрисовать тупым концом карандаша ладони, лежащие на столе.

Карандаш в руке катаю, между пальчиков верчу.
Неприменно каждый пальчик быть послушным научу.

Карандаш в руке катаю, я ладошки растираю.
Я ладошки разотру рисовать, потом пойду.

Движения по тексту.



5. Упражнения с шестигранным карандашом

«Пружинка»

Сжимать карандаш, с силой пружиня его, как бы желая расплющить. Пружинят карандаш все пальцы по очереди.

«Спускаемся по лестнице»

Зажать верхний конец карандаша вертикально между ладонью и основанием большого пальца, удерживать его в этом положении. Перехватить снизу другой рукой. Продолжить перехваты карандаша поочередно обеими руками вниз-вверх.

«Закрутим винтик»

Взять карандаш за один конец и держать его в вертикальном положении. Перетирающими движениями трех пальцев перемещать карандаш вниз до тех пор, пока пальцы не окажутся у противоположного конца карандаша. Движения пальцев такие же, как при закручивании винтика.

«Трудолюбивый муравей»

Зажать карандаш указательным и средним пальцами. Пальцы «шагают», «бегут» вперед по столу до его края, удерживая при этом карандаш.

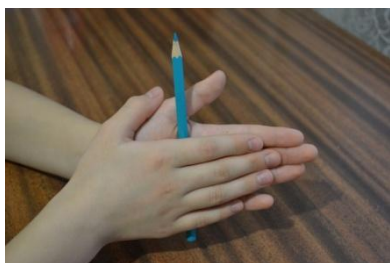
«Взмахни крылом»

Положить кисть руки на стол, выпрямить пальцы.

Разместить карандаш так, чтобы мизинец и указательный пальцы были на карандаше, а средний и безымянный – под ним. Большой палец отвести в сторону. На счет раз сжать ладонь, на счет два разжать.

«Весы»

Кисть руки положить на стол. Разместить карандаш горизонтально так, чтобы средний палец был под карандашом, а остальные - на нем. Приподняв ладонь над столом, нажимать попеременно пальцами то на один, то на другой конец карандаша.



7. Упражнения с веревочкой

Я хватаюсь за веревку
Правой ловко, левой ловко.

За узлы ее беру
И играюсь поутру.

Движения по тексту.

«Путаница»

Распутать (развязать) узелки на веревочке.

«По кочкам»

Скольжение по веревочке поочередно правой левой рукой.



8. Упражнения с четками (бусами)

Покатаю я в руках бусинки - горошки,
Станьте ловкими скорей пальчики, ладошки.

Катать бусины между ладоней.

Я сижу, но не скучаю,
Бусы маме собираю.

Нанизала бусы я –
Рада мамочка моя!

Нанизывание бусин на леску.



9. Упражнения с воздушными шарами, заполненными солью, крупой, мелкими камешками (сквишами)

Эти шарики берем,
Ими ручки разомнем.

Каждый шарик не простой –
Этот с солью, с рисом тот.

Меж ладошками кладем,
Им ладошки разотрем.

Вверх и вниз его катаем,
Свои ручки развиваем!

Можно шар катать по кругу,
Перекидывать друг другу.

Раз, два, три, четыре, пять –
Нам пора и отдыхать!

Движения по тексту.



10. Игры с прищепками

«Зайчик и собака»

Раз, два, три, четыре, пять –
Вышел зайчик погулять.

Пальцы левой руки показывают «зайчика».

Вдруг охотник выбегает
И собаку выпускает.
Собака злая лает.

Правая рука открывает и закрывает прищепку, изображая, как лает собака.

Зайчик убегает.

Левая рука убирается за спину.

«Интересный разговор»

У детей в каждой руке по прищепке. Ритмичное открывание и закрывание прищепок обеими руками по ходу проговаривания текста:

Лягушонок: «Квак-квак!»

А утенок: «Кряк-кряк!»

Все сказали, все спросили,
Хорошо поговорили!

«Лиса»

Ведущий ритмично открывает и закрывает «ротик» прищепки, сопровождая действия проговариванием стихотворного текста.

Хитрая плутовка, рыжая головка,
Ротик открывает, зайчиков пугает.

Дети повторяют текст и движения за ведущим.

«Крокодил»

Ведущий ритмично открывает и закрывает «ротик» прищепки, сопровождая действия проговариванием стихотворного текста:

В зоопарке воробей пообедал у зверей,
А зубастый крокодил чуть его не проглотил.

Дети повторяют текст и движения за ведущим.

«Гусь»

Ведущий ритмично открывает и закрывает «ротик» прищепки, сопровождая действия проговариванием стихотворного текста, дети повторяют.

Га-га-га, - гогочет гусь, -
Я семьей своей горжусь.

«Птичка»

Дети и ведущий сидят за столами. У каждого в руках по одной прищепке и фантики, скрученные в «конфетку». Взрослый сопровождает действия с прищепкой проговариванием стихотворного текста. Дети повторяют текст и движения за ведущим.

Птичка клювом повела,

Рука с прищепкой поворачивается из стороны в сторону.

Птичка зернышки нашла,

Другая рука показывает ладошку с воображаемыми зернышками.

Птичка зернышки поела,

Пощипывание прищепкой ладошки.

Птичка песенку запела.

Прищепка ритмично открывает закрывает ротик – поет.

Взрослый и дети напевают: «Ля-ля-ля!»

«Грачата»

Ведущий ритмично открывает и закрывает прищепку обеими руками по ходу проговаривания текста.

Двое маленьких грачат

Целый день в гнезде кричат.

Открывают рты грачата:

Очень есть они хотят.

Дети повторяют текст и движения за ведущим.