

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 7 «Мишутка» комбинированного вида

Картотека пальчиковых игр, физминуток для детей раннего возраста

Пальчиковая гимнастика «Егорка»

Маленький Егорка (средним и указательным пальцами)

Топает по горке, (правой рукой «шагаем» по левой руке от кисти до плеча)

Взял саночки, (кулачек правой руки кладём на плечо)

Вжи-и-и-ик, поехал к мамочке! (скатываемся вниз как с горки)

Пальчиковая гимнастика «Овечки»

На лугу стоят овечки, (ладони приложить к голове, как уши)

Шерсть закручена в колечки. (указательный и большой палец соединить в кольцо)

А играет для овечек на свирели человечек. (показать игру на дудочке)

Это Ванечка – пастух

У него хороший слух!

Пальчиковая гимнастика «Бараны»

Раз подрались два барана (кулачки бодаются друг с другом)

На мосточеке утром рано (хлопаем каждое слово)

Уступить не захотели (кулачки бодаются друг с другом)

Вместе в речку полетели (хлопаем ладонями по коленям)

Пальчиковая гимнастика «Синичка»

Птичка синичка (пальцы собраны «клювиком»).

Прилетела к нам, к нам, к нам (стучим по другой ладошке — «клюём»).

Птичке синичке («Крошим»: большие пальцы трут)

Зернышки я дам, дам, дам (об указательные и средние).

Птичка синичка (ритмично складываем)

Зернышки клюет, клюет (и раскрываем выпрямленные пальцы).

Птичка синичка (можно с «птичкой» поиграть),

Песенки поет (спеть песенку про синичку).

Пальчиковая гимнастика «Полетели птички»

Цель: развитие мелкой моторики.

Полетели птички, птички – невелички,

Сели посидели, опять полетели.

(пальцы соединяются в «замок», поднимаются и опускаются)

Пальчиковая гимнастика «Синички».

Две синички прилетели, (Машем руками, изображая крылья)

На ладошки дружно сели, (Показываем ладошки).

Стали семечки клевать И тихонько напевать. (Стучим пальчиками по ладошкам).

Мы погладим нежно птичек, (Гладим ручки со всех сторон.)

И отпустим невеличек. (Встряхиваем руками).

Пальчиковая игра «Кошка»

- У кошечки на лапках есть острые царапки, цап-царап, цап-царап.
(Пальцы рук сгибать и разгибать.)
-Если кошку обидеть, она рассердится, зашипит, выставит острые коготки!
А еще в острые коготки кошки попадаются мышки.

Пальчиковая гимнастика «Одуванчик»

На лугу цветок стоял,
В кулаке бутон держал.
Потеплело, он раскрылся,
Будто солнце засветился.

Пальчиковая гимнастика «Птенчики в гнезде»

Улетела птица-мать Малышам жуков искать.
(Пальцы расставлены, ладони перекрещены. Большие пальцы соединяют, остальными машут, как крыльями.)
Ждут малютки-птенцы Мамины гостинцы.
(Все пальцы правой руки обхватить левой ладонью. «Гнездо» - шевеление пальцев правой руки создает впечатление живых птенцов в гнезде)

Пальчиковая гимнастика «Осень»

Если листья пожелтели, (*Сжимаем и разжимаем кулачки*)
Дождь холодный моросит, (*Стучим пальцем*)
Птицы к югу полетели, - (*Изображаем крылья*)
Значит, осень к нам спешит. (*Хлопаем в ладоши*)

Пальчиковая гимнастика «Семья»

Этот пальчик — дедушка,
Этот пальчик — бабушка,
Этот пальчик — папочка,
Этот пальчик — мамочка,
Этот пальчик — я.
Вот и вся моя семья!
(*Поочерёдное сгибание пальцев, начиная с большого.*)

Пальчиковая гимнастика «Капустка»

Мы капустку рубим-рубим,
Мы капустку режем- режем,
Мы морковку трём-трём,
Мы капустку солим-солим,
Мы капустку жмём-жмём.

Пальчиковая гимнастика «Сорока»

Сорока, сорока, сорока-белобока
Кашку варила, детишек кормила.
(указательным пальцем правой руки водят по ладошке левой)
Этому дала, этому дала,
Этому дала, этому дала.
(по очереди загибают пальцы, начиная с большого)
Этому не дала: ты воды не носил,
Дров не рубил, каши не варил -
Ничего тебе нет!
(мизинец не загибается)

Пальчиковая гимнастика «Новый год»

- Здравствуй, Дедушка Мороз! *(Ладонь поглаживает подбородок – «бороду» Деда Мороза.)*
Что в подарок нам принёс? *(Руки вперёд ладонями вверх.)*
- Громкие хлопушки, *(Хлопнуть в ладоши.)*
Сладости, игрушки. *(Вертим кистями.)*

Пальчиковая гимнастика «Оладушки»

Как вчера у бабушки
Мы пекли оладушки.
Раз-два, румяные
Раз-два, горячие!
Раз-два, их жарили!
Три — поворачивали!
Вкусные оладушки
Ели мы у бабушки!
(кладем кисти обеих рук на стол ладонями вниз и одновременно переворачиваем! их на тыльную сторону.
ладонью гладим тыльную сторону другой руки, меняем руки. повторяем первое движение.
ладонью гладим тыльную сторону другой руки, меняем руки)

Пальчиковая гимнастика «Цветок в горшке»

У нас в горшке расцвёл цветок. *(Ладошки изображают бутон)*
Чтоб стал красив он и высок, *(Поднимаем «бутон» вверх)*
Раскрыл на утро лепестки, *(Раскрываем ладошки)*
Должны работать корешки. *(Опускаем ладошки вниз, соединив тыльной стороной)*

Дыхательная гимнастика:

«Скати саночки с горки»

На картонную горку кладут бумажные санки с изображениями лисы, зайца.
Дети дуют на санки.

Дыхательная гимнастика «Подуй на одуванчик» (на вату)

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха

Физминутка «Одуванчик»

Слушаем стихи и выполняем различные движения.

На полянке средь берёз

Одуванчик жёлтый рос.

(Поднимаем руки вверх и разводим их в стороны.)

Был сначала золотистым,

Стал вдруг белым и пушистым.

Тёплый ветерок подул,

(Показываем, как дует ветерок.)

Одуванчик покачнулся.

(Поднимаем руки вверх и качаемся.)

Полетели тут пушинки,

Словно белые снежинки.

(Машем руками перед собой.)

Полетели, закружились

(Машем руками и кружимся.)

И на землю опустились.

(Приседаем.)

Физкультминутка «Шустрая синичка».

Скачет шустрая синица

(прыжки на месте на двух ногах)

Ей на месте не сидится,

(прыжки на месте на левой ноге)

Прыг – скок, прыг – скок,

(прыжки на месте на правой ноге)

Завертелась, как волчок.

(кружимся на месте)

Вот присела на минутку,

(присели)

Почекала кловом грудку,

(встали, наклоны головы влево-вправо)

И с дорожки – на плетень,

(прыжки на месте на левой ноге)

Тири – тири

(прыжки на месте на правой ноге)

Тень-тень-тень!

(прыжки на месте на двух

Физминутка «Аист»

Аист, аист длинноногий,

Покажи домой дорогу.

Топай правою ногой,

Топай левою ногой,

Снова – правою ногой,

Снова – левою ногой,

После – правою ногой,

После – левою ногой.

Вот тогда придешь домой!

Физминутка «По ровненькой дорожке»

По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки,
Раз-два, раз-два,
По камешкам, по камешкам,
По камешкам, по камешкам...
В яму - бух.

Дети идут шагом,

Прыгают на двух ногах

Приседают.

Физминутка «Три медведя»

Три медведя шли домой.

*Дети шагают на месте
В перевалочку.*

Папа был большой-большой.

*Поднять руки над головой,
Потянуть вверх.*

Мама с ним поменьше ростом,
А сынок — малютка просто.
Очень маленький он был
С погремушками ходил.

*Руки на уровне груди.
Присесть.
Присев, качаться по-медвежьи.
Встать, руки перед грудью
сжаты в кулаки.*

Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь

*Прыжки на месте.
Наклоны туловища влево-вправо.*

Физминутка «Будем прыгать и скакать!»

Раз, два, три, четыре, пять!
Будем прыгать и скакать!
Наклонился правый бок.
Раз,два, три.
Наклонился левый бок.
Раз, два, три.
А сейчас поднимем ручки
И дотянемся до тучки.
Сядем на дорожку,
Разомнем мы ножки.

Руки вверх.

Присели на пол.

Физминутка «Кузнечики»

Поднимайте плечики,
Прыгайте кузнечики.
Прыг-скок, прыг-скок.
Стоп! Сели.
Травушку покушали.
Тишину послушали.
Выше, выше, высоко
Прыгай на носках легко!

Энергичные движения плечами.

*Прыжки на месте.
Приседания.*

Прыжки на месте.

Вместе по лесу идём.

Физминутка «Теремок»

Стоит в поле теремок
голову

Кто в тереме живёт?

Дверка открывается -

Кто там появляется?

Ш-ш-бам!

Попрыгунчик там!

садятся на курточки накрывают

руками в виде крыши.

Медленно разводят руки над головой

Как бы раскрывают крышу.

Подпрыгивают, вытянув руки вперёд.