

**Картотека упражнений с мячиками Су-Джок по лексическим темам**

(Первый раз проговаривает взрослый, затем ребенок постепенно заучивает гимнастику, со 2-3 раза ребенок проговаривает САМ. Делается на одной, затем на другой руке.)

**1. "Дружная семья"**

Пальцы - дружная семья.

Друг без друга им нельзя. *Дети катают шарик по ладони.*

Вот большой! А это - средний. *Дети прокатывают колечко по пальцу*

Безымяный и последний - наш мизинец, малышок! *(особенно по подушечке), начиная с большого.*

У-у-у! Указательный забыли. "*Грозим пальчиком"*

Чтобы пальцы дружно жили,Будем их соединять и движения выполнять..

**1-а. Разве это пальчики?**

Разве это пальчики? Это ж просто мальчики. *Катают шарик по ладони*

Вот Большой – смешной толстяк, *Прокатывают колечко по пальцу*

Любит хвастать просто так. *(особенно по подушечке), начиная с большого.*

«Как дела?» - спроси его, -

Он подпрыгнет, крикнет: «Во!» *показывают «Класс»*

Если ослик мой не спит, Указательный грозит. *(движения по тексту)*

Всем он всё указывает, Всем он всё показывает.

Средний палец – злой мальчишка, Щёлкнет по лбу, сразу шишка.

А потом и сам ревёт: «Больно! Больно! Дайте йод!»

Безымянный до утра выбирает имена.

А мизинец – мой любимец, Поведу его в зверинец,

Эскимо ему куплю, очень маленьких люблю!

***2.* Тема «Детский сад»**

Детский сад, детский сад,

Он всегда ребятам рад. *Дети катают шарик по ладони.*

Буду в садике играть *Дети прокатывают колечко по пальцу*

И конструктор собирать, *(особенно по подушечке), начиная с большого.*

И игрушки за собой убирать. Буду бойко танцевать , и лепить, рисовать. Буду песни каждый день напевать!

**3. «Осень, осень»**

 Осень, осень, приходи!

 Осень, осень, погляди!     *Дети катают шарик по ладони.*

 Листья желтые кружатся,*Дети прокатывают колечко по пальцу*

Тихо на землю ложатся. *(особенно по подушечке), начиная с большого.*

   Солнце нас уже не греет,    Ветер дует все сильнее,

   К югу полетели птицы,       Дождик к нам в окно стучится.

   Шапки, куртки **надеваем**, и ботинки **обуваем.**

Осенние месяцы считаем:   Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь.

**3 - а. «Листопад»**

Листопад, листопад!

Листья по ветру летят: *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

С клёна – кленовый, *Дети прокатывают колечко по пальцу*

С дуба – дубовый, *(особенно по подушечке), начиная с большого.*

С осины – осиновый, с рябины- рябиновый.

То-то радость для ребят! *показывают «Класс»*

**3-б. Тема «Поздняя осень».**

Солнышко греет уже еле – еле, перелетные птицы на юг улетели,

Голы деревья, пустынны поля,

Первым снежком принакрылась земля.

Река покрывается льдом в ноябре –

Поздняя осень стоит на дворе. *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**4.Тема « Овощи»**

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,

*Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик*

Вот пузатый кабачок положила на бочок,

Перец и морковку уложила ловко,

Помидор и огурец. *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с большого.*

Наша Зина – молодец! *Показывают большой палец (класс!)*

**5. Тема « Фрукты».**

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная , красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша, просит . « Ну – кА, скушай !»

Этот пальчик – ананас, *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Фрукт для вас и для нас. *Дети катают шарик по ладошке.*

**6. Тема « Ягоды».**

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника

*Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Запомнил ягоды я наконец.

Что это значит? *Поднимают плечи, удивляются.*

Я – молодец! *Большой палец вытягивают вперед.*

**6 – а. «За ягодами»**

Раз, два, три, четыре, пять, *Дети катают шарик по ладошке.*

В лес идем мы погулять.

За черникой, *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно*

За малиной, За брусникой, *по подушечке), начиная с мизинца.*

За калиной. Землянику мы найдем и братишке отнесем.

**7. Тема « Грибы»**

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.

*Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик.*

Удивляется мой друг. « Сколько здесь грибов вокруг !»

*Показывают удивление, разводят руки в стороны*

Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок,

Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть !

Рыжики, волнушки найду я на опушке. *Прокатывают колечко*

Возвращаюсь я домой, все грибы несу с собой. *по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

А мухомор не понесу, пусть останется в лесу !

*Большой палец левой руки оставляют, грозят ему*

**8. Тема « Одежда».**

Постираю чисто, с толком.

*Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку.*

Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку, *Прокатывают*

А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки. *колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Вот устали мой руки ! *Встряхивают обе руки.*

**8 - а. «Я перчатку надеваю»**

Я перчатку надеваю,

Я в неё не попадаю. *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Сосчитайте-ка ребятки, Сколько пальцев у перчатки.

Начинаем вслух считать:

Раз, два, три, четыре, пять. *Сжимаем-разжимаем ладони*

**9. «Наша обувь»**

Посчитаем первый раз  *Катают Су – Джок между ладонями.*

Сколько обуви у нас. Туфли, тапочки, сапожки

Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно

Для Наташки и Серёжки  *по подушечке), начиная с мизинца*

Да ещё ботинки для нашей Валентинки,

А вот эти валенки для малышки Галеньки.

**10**. **«Журавли»**

"До свиданья, до свиданья,  *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Возвращайтесь поскорей!" -   
Провожаем, провожаем *Дети прокатывают колечко по пальцу*   
В путь-дорогу журавлей.             *на каждую строчку*           Крылышками машут:   
"До свиданья, Маша!   
Полетели мы на юг,   
Вспоминай нас, добрый друг!"

**10 -а.** **Тема « Перелетные птицы» (весна)**

Тили – тели, тиле – тели,

С юга птицы прилетели!

*Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко .

Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей .

Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –

*Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Все вернулись, прилетели,

Песни звонкие запели ! *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**11. *«*Игрушки»**

На большом диване в ряд *Дети катают Су – Джок между ладонями*

Куклы Катины сидят:

Два медведя, Буратино, (*поочередно катаем колечко по*

И веселый Чиполлино, *пальчикам, начиная с большого)*

И котенок, и слоненок

Раз, два, три, четыре, пять.  *прокатывают колечко по пальцу*

Помогаем нашей Кате *(особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Мы игрушки сосчитать

**12. Тема «Посуда».**

Девочка Иринка порядок наводила.

*Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Девочка Иринка кукле говорила .

« Салфетки должны бить в салфетнице,

Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль , конечно, в солонке !» *Дети прокатывают колечко по пальцу*

*(особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

**13.Тема: «Зима. Зимние забавы».**

Двигательная гимнастика  **«СНЕЖОК»**

Раз, два, три, четыре, *Загибают пальчики, начиная с большого*

Мы с тобой снежок слепили*. «Лепят», меняя положение ладоней*

Круглый, крепкий, очень гладкий *Показывают круг, сжимают ладони*

И совсем – совсем не сладкий. *Грозят пальчиком*

Раз – подбросим. *Смотрят вверх, подбрасывают воображаемый снежок*

Два – поймаем. *Приседают, ловят воображаемый снежок*

Три – уроним *Встают, роняют воображаемый снежок*

И… сломаем. *Топают*

**13 - а. Тема « Зима»**

Праздник приближается, ёлка наряжается. *Дети катают Су – Джок*

Мы развешали игрушки . бусы, шарики, хлопушки.

А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят. *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

**13 - б. «Снеговик»**

Давай, дружок, смелей, дружок           *Хлопки*

Кати по снегу свой снежок -                 *Показать руками, как лепим снежок.*

Он превратится в толстый ком             *Сомкнуть и округлить кисти рук*

И станет ком снеговиком*.      Обвести руками в воздухе две окружности*

Его улыбка так светла!                          *Хлопки*

Два глаза… шляпа…нос…метла…      *Показывать по тексту*

Но солнце припечет слегка -     *Ладонь правой руки приложить к левой,*

*пальцы растопырить (солнце)*

Увы! – и нет снеговика.                         *Развести руками.*

**13-в. « Зимние забавы»**

Что зимой мы любим делать . *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься, вниз с горы на санках мчаться.

*.*

**14. Тема "Зимующие птицы" «Кормушка»**

Сколько птиц к кормушке нашей. *Ритмично сжимают и разжимают кулачки*

Прилетело? Мы расскажем.

Две синицы, воробей*, На каждое название птицы*

Шесть щеглов и голубей,  *загибают по* *одному пальчику*

Дятел в пёстрых пёрышках.

Всем хватило зёрнышек*. Опять сжимают и разжимают кулачки.*

**14 - а. Зимующие птицы»**

Десять птичек – стайка. *Дети катают Су – Джок между ладонями*

Вот **ворона, галка** тут, *Дети прокатывают колечко по пальцу*

Здесь **воробушки** живут. *(особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

**Голуби** воркуют, *Делается на двух руках.*

По теплу тоскуют.

Сидя на снегу глубоком,

Растрещалась вдруг **сорока.**

Красногрудый **снегирек**

Солнышку подставил бок.

**Свиристели** прилетали,

Всю рябину обклевали.

А **синица-озорница**

Со сестрицами резвится.

**Дятел** дерево долб**И**т,

Молча **клест** в гнезде сидит.

**15.** **Тема « Домашние животные и их детеныши».**

Довольна корова своими телятами, *Дети прокатывают колечко по*

Овечка довольна своими ягнятами, *пальцу (особенно по подушечке),*

Кошка довольна своими котятами, *начиная с мизинца.*

Кем же довольна свинья . поросятами !

Довольна коза своими козлятами,

А я довольна своими ребятами! *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**16. "Новый год"**

|  |  |
| --- | --- |
| Ждали праздника мы долго.  Наконец пришла зима.  Наконец пришла зима  В гости ёлку привела.  К ёлке все мы подошли,  Хороводы завели.  Покружились, поплясали,  Даже чуточку устали.  Дед Мороз скорей приди,  Нам подарки принеси. | *Трём ладошку о ладошку.*  *Сжать кулаки, прижать их друг к другу.*  *Пальцы «идут» по столу, по коленкам.*  *Пальцы показывают Ёлочку,*  *указательные пальцы сцепляются*  *Круговые движения кистями рук.*  *Кисти рук опустить, расслабить.*  *Ладони прижать друг к другу, потом протянуть вперёд.* |

**17. Тема « Дикие животные и их детеныши»**

**«Звери»**

Зайцы спрятались от волка. *Дети прокатывают колечко по пальцу*

Чья- то им досталась норка…*(особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Серый волк зубами щёлк-

Ах, какой зубастый волк!

Белочка в своём дупле

Орешки щёлкает в тепле.

Пересчитала мама медвежат-

В берлоге все послушные лежат.

**17 - а. "Детеныши"**

На лужок пришли зайчата, *Дети прокатывают колечко по пальцу*

Медвежата, барсучата, *особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

И лисята и енот:

На зелёный, на лужок, *Дети прокатывают колечко по пальцу*

Приходи и ты, дружок *(особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

**17 - б. "Дикие животные зимой"**

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,

Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.

Только заиньке не спится – убегает *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.

*Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**17 - в. Пальчиковая игра «Ёжик»**

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,

на клубочек ты похож. *(дети катают Су Джок между ладонями)*

На спине иголки *(массажные движения большого пальца)*

очень-очень колкие. *(массажные движения указательного пальца)*

Хоть и ростом ёжик мал, *(массажные движения среднего пальца)*

нам колючки показал, *(массажные движения безымянного пальца)*

А колючки тоже *(массажные движения мизинца)*

на ежа похожи *(дети катают Су Джок между ладонями).*

**18. Тема «Мебель"**

Мебель я начну считать: кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет. *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с большого.*

Вот сколько мебели назвал. *Дети катают Су – Джок между ладонями*

**18 - а. " Мебель»**

**Мебельный магазин.**

Эту мебель мы купили *Ребенок ритмично сжимает*

С папой вместе в магазине. *и разжимает пальцы рук.*

Это стул, на нем сидят. *Загибает или разгибает пальцы на руке,*

Это стол, за ним едят.  *перечисляя мебель.*

На диване отдыхают,

Книги умные читают.

На кровати крепко спят.

Вещи все в шкафах хранят.

Эту мебель мы купили *Произносит текст, ритмично*

С папой вместе в магазине. *сжимает и разжимает пальцы рук.*

**19. Тема «Разные профессии»**

Много есть профессий знатных,

И полезных, и приятных. *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Повар, врач, маляр, учитель, *Дети прокатывают колечко по пальцу*

Продавец, шахтёр, строитель. *начиная с большого пальца правой руки*

Сразу всех не называю,

Вам продолжить предлагаю.......

**20. Тема «Транспорт»**

Будем мы с тобой играть, будем транспорт называть

*Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Автомобиль и вертолет, трамвай, метро и самолет, *Дети прокатывают колечко* *по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

Пять пальцев мы в кулак зажмем,

Пять видов транспорта мы назовем. *Дети сжимают пальцы в кулачок.*

**20 - а. «ТРАНСПОРТ»**

Будем ручками играть

И про транспорт вспоминать. *(Соединяют пальцы с большим пальцем)*

Полетим на самолёте,

Облака, вы как живёте? *(Изображают крылья самолёта)*

В лодочке качаемся

И волнам улыбаемся *(Ладошки « в лодочку», изображают волны)*

Мотоцикл мы разгоняем,

Наперегонки играем *(Сжимают пальцы в кулак, расслабляют)*

С ветром, солнцем и друзьями.

Называйте транспорт с нами. *(Надавливают подушечками пальцев* *друг на друга на соответствующих руках)*

**21. Тема: «Наша армия»**

Аты -баты, аты -баты!

На парад идут солдаты!

Вот идут танкисты,

Потом артиллеристы,

А потом пехота -(*Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами*

Рота за ротой! *правой и левой руки)*

**21- а *«*День защитников Отечества».**

**«БОЙЦЫ-МОЛОДЦЫ»**

Пальцы эти все бойцы, *Показать раскрытые ладони*

Удалые молодцы.

Два-больших и крепких малых

И солдат в боях удалых.

Два-гвардейца-храбреца,

Два-сметливых молодца.

Два героя безымянных, *Сжать пальцы в кулаки и поочередно*

Но в работе очень рьяных! *разжимать пальцы на обеих руках*

Два –мизинца-коротышки- *одновременно, начиная с больших.*

Очень славные мальчишки!

**22. Тема « Домашние птицы»**

Есть у курицы цыпленок, у гусыни есть гусенок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утенок. *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по*

У каждой мамы малыши *подушечке), начиная с мизинца.*

Все красивы, хороши ! *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**23. «Весна»**

*Пальцы складываем щепоткой. Качаем ими.*   
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.*   
Бегут ручьи под горку,   
Растаял весь снежок,  *Выполняем руками волнообразные движения (пальцы выпрямлены, сомкнуты, ладони повёрнуты вниз).*   
А из- под старой травки  *Ладони сомкнуты "ковшом".*   
Уже глядит цветок...  *Ладони раскрываются, боковые стороны рук соединяются, пальцы раскрыты, полусогнуты (чашечка цветка)*   
*Движения повторяются.*   
Раскрылся колокольчик  *Руки стоят на столе, опираясь на локти. Пальцы сжаты в кулак.*   
В тени там, где сосна,  *Пальцы постепенно разжимаются, свободно расслаблены (чашечка колокольчика).*   
Динь-динь, звенит тихонько,  *Качаем кистями рук в разные стороны, проговаривая "динь-динь".*   
Динь-динь, пришла весна.   
Динь-динь, звенит тихонько,   
Динь-динь, пришла весна.

**24. Тема: «Человек»** Пальчиковая гимнастика **«Грязнули»**

Кто зубы не чистит, не моется с мылом,  *Дети прокатывают колечко по пальцам*

Тот вырасти может болезненным, хилым.

Дружат с грязнулями только грязнули

Которые сами в грязи утонули

У них вырастают противные бяки,

За ними гоняются злые собаки

Грязнули боятся воды и простуд,

А иногда и вообще не растут!

**25. Тема "Моя Родина"**

Здравствуй, Солнце золотое! *Дети прокатывают колечко по пальцам*

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю - *Дети катают Су – Джок между ладонями*

Всех я вас приветствую

**25-а. Пальчиковая гимнастика "Я по городу хожу"**

Я по городу хожу,

Я про город расскажу. *Дети катают Су – Джок между ладонями*

Поликлиника, аптека, *Дети прокатывают колечко по пальцам*

Магазин, библиотека.

Много здесь жилых домов

И деревьев, и цветов.

Школа, детский сад, музей,

Город нужен для людей.

**26. Тема: «Космос»**

В космосе сквозь толщу лет *(Сжимают и разжимают пальцы рук.)*

Ледяной летит объект. *(Поднимают сжатый кулак, наклоняют вправо-влево.)*

Хвост его-полоска света,

*(К кулаку присоединяют раскрытые пальцы второй руки- «хвост»)*

А зовут объект комета. *(Сжимают и разжимают пальцы рук.)*

**27 . Тема: «Откуда хлеб пришел «Каша»**

Каша в поле росла *Дети катают Су – Джок между ладонями*

К нам в тарелку пришла

Всех друзей угостим *(Указательным пальцем правой руки крутить*

*по тарелке, гладим по ладошке левой)*

Птичке -невеличке *Дети прокатывают колечко по пальцам*

Воробью, синичке, зайцу и матрешке,

Всем дадим по ложке.

**28. Тема « Животные жарких стран».**

За мамой слонихой шагает слоненок,

За крокодилихой – крокодиленок, *Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца.*

За львицей шагает маленький львенок,

За верблюдицей бежит верблюжонок,

За зеброй спешит полосатый зебренок,

За кем же торопится каждый ребенок .*Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**29. Тема « Животные Севера»**

Тепы – тяпы, тепы – тяпы,

Это ласты , а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети. *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

**30. Тема « Подводный мир».**

Посмотри скорей вокруг !

Что ты видишь, милый друг . *Дети катают Су – Джок между ладонями.*

Здесь прозрачная вода, плывет морской конек сюда,

Вот медуза, вот кальмар, это рыба шар.

А вот расправив восемь ног, гостей встречает осьминог.

*Дети прокатывают колечко по пальцу (особенно по подушечке), начиная с мизинца*

**36. Тема «Мой дом»**

В этом домике пять этажей: *(катаем шарик по ладони)*   
На первом живет семейство ежей, *(надавливаем поочередно на каждый пальчик)*

На втором живет семейство зайчат,  
На третьем - семейство рыжих бельчат,  
На четвертом живет с птенцами синица,  
На пятом сова - очень умная птица.  
Ну, что же, пора нам обратно спуститься:  
На пятом сова,  
На четвертом синица,  
Бельчата на третьем,  
Зайчата - втором,  
На первом ежи, мы еще к ним придем.