

### **Картотека пальчиковых гимнастик**

#### **У Антошки есть игрушки.**

У Антошки есть игрушки: *(Поочередно сгибают пальцы, начиная с большого)*  
Вот веселая лягушка.  
Вот железная машина.  
Это мяч. Он из резины.  
Разноцветная матрешка  
И с хвостом пушистым кошка.  
Одежда. Пальчиковая гимнастика.  
Постираю чисто, с толком *(Делают движения имитирующие стирку.)*  
Рубашку, кофту и футболку, *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  
Свитерок и брюки Устали мои руки! *(Встряхивают обеими руками)*

#### **Катины игрушки**

На большом диване в ряд *(Попеременно хлопают в ладоши , стучат кулаками.*  
Куклы Танины сидят:  
Два медведя, Буратино, *Загибают поочередно все пальцы.*  
И веселый Чиполино,  
И котенок, и слоненок.  
Раз, два, три, четыре, пять. *Разгибают поочередно все пальцы.*  
Помогаем нашей Тане *Попеременно хлопают в ладоши и*  
Мы игрушки сосчитать. *стучат кулаками.)*

#### **Есть у нас игрушки**

Есть у нас игрушки: *(Хлопки)*  
Пластмассовые погремушки, *(Встряхивают кулачки).*  
Мишка мягкий меховой, *(Сжимают и разжимают пальцы).*  
Мяч резиновый цветной, *(Делают шар из пальцев).*  
Кубик деревянный,  
Солдатик оловянный, *(Руки сложить в круг перед собой)*  
Шарик легкий надувной, *(Руки сложить в круг перед собой).*  
Я люблю играть с тобой. *(Хлопают в ладоши)*

#### **Я с игрушками играю.**

Я с игрушками играю: *(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)*  
Мячик я тебе бросаю, *(Протягиваем руки вперед – «бросаем мяч».)*  
Пирамидку собираю, *(Прямые кисти ладонями вниз поочередно кладём друг на друга*  
*несколько раз.)*

Грузовик везде катаю. *(Двигаем слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)*

### **Мой мяч.**

Мой весёлый круглый мяч, *(Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)*

Щёки круглые не прячь! *(Смена рук.)*

Я тебя поймаю, *(Двумя руками, соединив одноимённые пальцы, показываем мяч.)*

В ручках покатаю! *(Покатали воображаемый мяч между ладоней.)*

### **Индюк**

Индюк из города идет,

Игрушку новую везет.

Игрушка не простая,

Игрушка расписная. *(Пальчики обеих рук «идут» по столу).*

### **Есть игрушки у меня.**

Есть игрушки у меня: *(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)*

Паровоз и два коня, *(загибают пальчики на обеих руках)*

Серебристый самолёт,

Три ракеты, вездеход,

Самосвал, подъёмный кран

– Настоящий великан.

Сколько вместе? Как узнать? *(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)*

Помогите сосчитать!

### **Тема: Наш детский сад.**

Этот пальчик хочет спать.

*(поочередно загибать пальцы к ладошке начиная с мизинца. Затем большим пальцем касаться всех остальных - «будить»);*

Этот пальчик – прыг в кровать!

Этот пальчик прикорнул.

Этот пальчик уж заснул.

Тише, тише не шуми,

Пальчики не разбуди.

Встали пальчики. Ура!

*(с восклицанием «Ура!» - кулачки разжать, Широко расставив пальцы.)*

В детский сад идти пора.

### **Наша группа**

В нашей группе все друзья.

*(Ритмично стучат кулачками по столу,*

Самый младший — это я.

*Разжимают пальчики поочередно начиная с мизинца).*

Это Маша,

Это Саша,

Это Юра,

Это Даша.

## **Дружба**

Дружат в нашей группе *(Хлопают в ладоши.)*  
Девочки и мальчики.  
Мы с тобой подружим *(Стучат кулачками друг об друга.)*  
Маленькие пальчики.  
Раз, два, три, четыре, пять *(Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца.)*  
Будем снова мы считать.  
Раз, два, три, четыре, пять *(Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца, на др. руке.)*  
Мы закончили считать.

## **Как живёшь?**

- Как живёшь? - Вот так! *(показать большой палец)*  
- А идешь? - Вот так! *(«шагать» пальчиками по столу)*  
- Как даешь? - Вот так! *(протягивать открытую ладонь)*  
- Ждёшь обед? - Вот так! *(кулачок подпирает лицо)*  
- Машешь вслед? - Вот так! *(помахать рукой)*  
- Утром спишь? - Вот так! *(2 ладошки под щекой)*  
- А шалишь? - Вот так! *(щёки надули и руками лопнули)*

## **Девочки и мальчики**

Наши девочки и мальчики *(дети держат руки на поясе)*  
Ловко прыгают как мячики *(прыгают)*  
Головой слегка качают *(качают головой)*  
И красиво приседают *(приседают)*  
Ручками хлопают вот так, вот так *(хлопки 4 раза)*  
Ножками топают вот так, вот так *(топают 4 раза)*  
Кулачки сжимают вот так, вот так *(Показывают один кулачок, потом другой)*  
Ладонки раскрывают вот так, вот так *(Поочередно раскрывают ладошки)*  
На ладошки мы подуем *(Дуют поочередно на обе ладошки)*  
Наши пальчики разбудим. *(Шевелят пальчиками)*

## **Кормушка**

Сколько птиц к кормушке нашей *(Ритмично сжимают и разжимают кулачки.)*  
Прилетело? Мы расскажем.  
Две синицы, воробей, *(На каждое название птицы загибают по одному пальчику.)*  
Шесть щеглов и голубей,  
Дятел в пестрых перышках.  
Всем хватило зернышек. *(Опять сжимают и разжимают кулачки.)*

## **Сидит белка.**

Сидит белка на тележке,  
Продает она орешки:  
Лисичке-сестричке,  
Воробью-синичке,

Мишке толстопятому,  
Зайнке усатому.

*(Дети при помощи левой руки разгибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца).*

### **Дикие животные.**

На лужок пришли зайчата, *(Сгибание пальцев в кулак в ритме потешки.)*

Медвежата, барсучата, *(При перечислении животных считать пальцы на обеих руках поочередно)*

Лягушата и енот:

На зелёный, на лужок,

Приходи и ты, дружок.

### **На водопой**

Жарким днем лесной тропой *(«шагают» по столу).*

Звери шли на водопой.

За мамой лосихой топал лосенок, *(На каждое двуступище разгибают по одному пальчику, начиная с мизинца).*

За мамой лисицей крался лисенок,

За мамой ежихой катился ежонок,

За мамой медведицей шел медвежонок,

За мамой белкой скакали бельчата,

За мамой зайчихой косые зайчата, *(Делают «ушки» «шагают» по столу).*

Волчиха вела за собою волчат,

Все мамы и дети напиться хотят.

### **Грачи.**

Мы лепили куличи.

*«Лепить пирожок»*

Прилетели к нам грачи.

*«Помахать крыльями»*

Первый грач испек пирог,

*Загибать пальчики по очереди на одной руке.*

А второй ему помог.

Третий грач накрыл на стол,

А четвертый вымыл пол,

Пятый долго не зевал

И пирог у них склевал.

Раз, два, три, четыре, пять,

*Загибать пальчики на другой руке.*

Выходи грачей считать.

### **Пять воробьёв...**

Пять воробьёв на заборе сидели,

*(Показать пять пальцев,*

Один улетел, а другие запели.

*а затем загибать их по одному)..*

И пели, пока не сморила усталость,

Один улетел, а четверо осталось.

Сидели вчетвером и немного устали,

Один улетел, а трое остались.

Сидели втроём и немного устали,

Один улетел, а двое остались.

Сидели вдвоём и снова скучали  
Один улетел и остался один.  
Один посидел, да и взял, улетел.

### **Хитрая лисичка**

Разминаем пальчики: раз, два, три! *(Сжимать и разжимать пальчики. «Бегут» по стол.*  
Разминаем пальчики, ну-ка посмотри! *Выражение лица очень хитрое)*  
Вот бежит лисичка, раз, два, три!  
Хитрая лисичка, ну-ка посмотри!  
Лепим, лепим личико, раз, два, три! *(Движения по тексту)*  
Что же получилось? Ну-ка посмотри!  
Хитрая лисичка — вот она!  
Рыжая сестричка хороша!  
Вот лисичка злая, ой-ой-ой! *(Движения по тексту)*  
От нее скорее убегу домой.  
У лисички нашей грустный вид,  
Сидит одна лисичка и грустит.  
Улыбнись лисичка, погляди на нас,  
Тебя мы не оставим ни на час!

### **Транспорт**

Автобус, троллейбус, машина, трамвай – *(«Пересчет» пальчиков)*  
О них ты на улице не забывай.  
В морях – корабли, ледоколы, суда,  
Они очень редко заходят сюда.  
*(Соединение всех пальцев с большим по очереди, начиная с указательного)*

### **Машины**

По шоссе идут машины, *(Крутим воображаемый руль.)*  
По асфальту едут шины. *(Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)*  
По дороге не беги, *(Погрозил пальцем.)*  
Я скажу тебе: «Би-би». *(Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим».)*

### **Транспорт-2.**

Будем пальчики сгибать – *(Загибаем пальцы начиная с мизинца)*  
Будем транспорт называть:  
Автомобиль и вертолёт,  
Трамвай, метро и самолёт.  
Все пальцы мы в кулак зажали,  
Все виды транспорта назвали. *(«Встряхиваем» ладонями)*

### **Машины-2.**

Все машины по порядку  
Подъезжают на заправку: *(Обеими руками «крутят руль» перед собой).*  
Бензовоз, мусоровоз,

С молоком молоковоз,  
С хлебом свежим хлебовоз.  
И тяжелый лесовоз. *(Пальцами поочередно, начиная с мизинца, касаются ладошки).*

### **Лодочка**

Две ладошки прижму *(Ладони лодочкой, волнообразные движения рук.)*  
И по морю поплыву.  
Две ладошки – друзья –  
Это лодочка моя.  
Паруса подниму, *(Поднять выпрямленные ладони вверх).*  
Синим морем поплыву.  
А по бурным волнам *(Имитация движений волн и рыбок)..*  
Плывут рыбки тут и там.

### **Постовой**

Постовой стоит упрямый *(пальчики «шагают» по ладошке)*  
Людам машет: Не ходи! *(«грозят» пальчиками)*  
Здесь машины едут прямо *(руки перед собой, изображают руль)*  
Пешеход, ты погоди! *(«грозят» пальчиками)*  
Посмотрите: улыбнулся *(хлопают в ладоши)*  
Приглашает нас идти *(пальчики «шагают» по ладошке)*  
Вы, машины, не спешите *(хлопки руками)*  
Пешеходов пропустите! *(прыжки на месте)*

### **Дорожных правил очень много.**

Дорожных правил очень много. *(«грозят» пальчиками)*  
Раз - Внимание дорога! *(загибают поочередно пальцы)*  
Два - сигналы светофора,  
Три – смотри дорожный знак,  
А четыре – «переход».  
Правила все надо знать *(хлопки руками)*  
И всегда их выполнять. *(показывают «класс!» большим пальцем)*

### **Велосипед**

Две педали крутят ноги, *(раскрытыми ладонями выполняем круговые движения)*  
Мчат колеса по дороге *(вращаем согнутыми в локтях руками)*  
Я рулю, куда хочу -  
Влево, *(имитируем, что держим руль и поворачиваем в лево )*  
Вправо покачу *(вправо)*  
то в перед, *(кулачками обеих рук совершаем круговые движения)*  
А то назад *(назад)*  
Нажимаю тормоза *(обеими ладонями жмем на стол)*

### **Гонки**

Раз, два, три, четыре, пять. *(возят машинку по каждому пальчику вперед и назад, начиная с большого)*

Можно гонки начинать. *(тоже самое, но начиная с безымянного)*

По кругу, по кругу.

Вперед и назад,

Но пальцы машинку мою тормозят. *(катают машинку по пальцам, которые слегка согнуты)*

Закрылись. *(сжимают кулак)*

Машинка стоит в гараже

И фары погасли, не светят уже. *(заглядывают в маленькую щелочку в кулаке).*

### **Стирка**

Раз, два, три, четыре, пять – *(Последовательно соединяют пальцы одной руки с пальцами другой руки.)*

Будем вещи мы стирать:

Платье, брюки и носочки,

Юбку, кофточку, платочки.

Шарф и шапку не забудем –

Их стирать мы тоже будем. *(Кулачки имитируют стирку.)*

### **Маша варежку надела....**

Маша варежку надела: *(Сжать пальцы в кулачок)*

«Ой, куда я пальчик дела?»

Нету пальчика, пропал, *(Все пальцы разжать, кроме большого)*

В свой домишко не попал».

Маша варежку сняла: *(Разогнуть большой палец).*

«Поглядите – ка, нашла!

Ищешь, ищешь и найдёшь, *( Сжать пальцы в кулачок, отделить большой палец.)*

Здравствуй, пальчик, как живёшь?»

### **Рукавицы**

Вяжет бабушка Лисица *(Поочередно потереть пальцы.)*

Всем лисятам рукавицы: *( Загибаем пальчики).*

Для лисенка Саши,

Для лисички Маши,

Для лисенка Коли,

Для лисички Оли,

А маленькие рукавички

Для Наташеньки - лисички.

В рукавичках да-да-да!

Не замерзнем никогда! *(Потереть ладони друг о друга).*

### **Обувь**

Посчитаем в первый раз, *( Попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу.)*

Сколько обуви у нас.

Туфли, тапочки, сапожки

Для Наташки и Серёжки, *(На каждое название обуви*

Да ещё ботинки *загибают по одному пальчику, начиная с большого).*  
Для нашей Валентинки,  
А вот эти валенки  
Для малышки Галеньки.

### **Стирка**

*(Дети выполняют действия в соответствии со смыслом стихотворения)*

Ох, испачкалась одежда, Мы её не берегли,  
Обращались с ней небрежно, Мяли, пачкали в пыли.  
Надо нам её спасти И в порядок привести.  
В тазик воду наливаем, Порошочку насыпаем.  
Всю одежду мы замочим, Пятна тщательно потрём,  
Постираем, прополощем, Отожмём её, встряхнём.  
А потом легко и ловко Всю развесим на верёвках.  
А пока одежда сушится Мы попляшем и покружимся.

### **Сто одежек. А. Барто.**

Лиф на байке, *(поочередно загибают пальцы на обеих руках)*  
Три фуфайки, *(одновременно на каждое название одежды)*  
На подкладке платянце  
Шарф на шее,  
Шаль большая,  
Что за шарик катится? *(пожимают плечами)*  
Сто одежек, *(ритмично сжимают и разжимают пальцы обеих рук)*  
сто застёжек,  
Слово вымолвить не может. *(похлопывают себя по плечам.)*  
Мама так закутала,  
Что не знаю, Тут ли я! *(разводят руки в стороны)*

### **Упрямы**

Как-то раз к кому-то в гости *(На обеих ручках прижимаем*  
Шёл козлёнок через мостик, *большими пальцами средние и безымянные).*  
А навстречу шёл другой, *(Держим кисти рук горизонтально, сближаем руки).*  
Возвращался он домой.  
Два рогатых глупых братца  
Стали на мосту бодаться,  
Не желая уступить  
И другого пропустить. *(На каждую строчку соединяем руки)*  
Долго козлики сражались, *(Хлопаем в ладоши)*  
Разбегались и толкались.  
Вот с разбега лбами - бух! *(Роняем руки на колени).*  
И с моста в водичку - плюх!

### **Доброта**

Если пальчики грустят –  
Доброты они хотят. *пальцы плотно прижимаем к ладони*

Если пальчики заплачут –  
Их обидел кто-то значит.     *трясем кистями.*  
Наши пальцы пожалеем –     *«моем» руки*  
Добротой своей согреем.     *дышим на них*