

## Картотека пальчиковой гимнастики для детей 3 – 4 лет

**Пальчиковая гимнастика для детей** дошкольного возраста играет огромную роль. Положительные моменты **гимнастики** - это стимуляция моторных и речевых зон мозга, способствующие более быстрому формированию речи. **Пальчиковая гимнастика** подходит детям в любом возрасте.

**Пальчиковая гимнастика в стихах и пальчиковые** игры не только влияют на развитие речи, но прелесть их еще и в том, что они мгновенно переключают внимание малыша с капризов или нервозности на телесные ощущения – и успокаивают. Связь руки с мозгом перекрестная: левая рука связана с правым полушарием, а правая - с левым полушарием. Во время **гимнастики работают обе руки**. Первое время следует помочь ребенку поставить **пальчики правильно**.

Каждое упражнение имеет своё название, длится несколько минут и повторяется в течение дня 2 – 3 раза. Для работы нужно выбирать два или три упражнения, постепенно заменяя их новыми. Любимые игры оставлять в своём репертуаре и возвращаться к ним по желанию **детей**.

Прежде, чем приступить к игре, **обратите внимание на следующие моменты**:

- Сначала сами *«проиграйте»* игру, прежде чем показать ее малышу;
- Запаситесь терпением и не ждите мгновенной реакции. Вполне возможно, что поначалу ребенок будет пассивным слушателем: вы сами **будете все показывать**, рассказывать. Однако периодическое повторение даст свои плоды.
- Учитывайте время активности малыша и его эмоциональный настрой. Не забудьте и о своем настроении, выразительности интонации, мимики;
- Ваша позиция не должна быть наставнической. Играйте *«рядом»* с ребенком, а не *«над»* ним.
- Работа по развитию движения рук должна проводиться регулярно, только тогда, достигнете наибольший эффект от упражнений. Задания должны приносить ребенку радость, не допускайте скуки и переутомления.

### **Пальчиковая гимнастика «Пальчик, пальчик, прячься»**

Пальчик прячется в ладошку. *(Дети поколачивают сжатыми кулачками.)*

Вот так, вот так.

Ты его согрей немножко. *(Дуют в сложенные ладошки.)*

Вот так, вот так.

Если пальчики замёрзли. *(Дети сжимают и разжимают пальцы.)*

Вот так, вот так.

Отогреть всегда их можно *(хлопают в ладоши.)*

Вот так, вот так.

### Пальчиковая гимнастика «Паучок»

Паучок ходил по ветке,  
А за ним ходили детки. (Руки скрещены; пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.)  
Дождик с неба вдруг полил, (Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение *(дождик)*.)  
Паучков на землю смыл. (*Хлопок ладонями по столу/коленям.*)  
Солнце стало пригревать, (Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, **пальцы растопырены**, качаем руками *(солнышко светит)*)  
Паучок ползёт опять,  
А за ним ползут все детки,  
Чтобы погулять на ветке. (*Действия аналогичны первоначальному, "паучки" ползают на голове.*)

### Пальчиковая гимнастика «Дом»

Я хочу построить дом, (Руки сложить домиком, и поднять над головой)  
Чтоб окошко было в нём, (**Пальчики** обеих рук соединить в кружочек)  
Чтоб у дома дверь была, (Ладони рук соединяем вместе вертикально)  
Рядом чтоб сосна росла. (Одну руку поднимаем вверх и *"растопыриваем" пальчики*)  
Чтоб вокруг забор стоял,  
Пёс ворота охранял, (Соединяем руки в замочек и делаем круг перед собой)  
Солнце было, дождик шёл, (Сначала поднимаем руки вверх, пальцы *«растопырены»*. Затем пальцы опускаем вниз, делаем *"стряхивающие" движения*)  
И тюльпан в саду расцвёл! (Соединяем вместе ладони и медленно раскрываем пальчики – *«бутоначок тюльпана»*)

### Пальчиковая гимнастика «Здравствуй»

Здравствуй, полянка большая!  
Здравствуй, трава – мурава!  
Здравствуй, ягодка лесная!  
Ты поспела и вкусна.  
Мы лукошечко несём,  
Всю тебя мы соберём. (Пальцы правой руки по очереди здороваются с пальцами левой, похлопывая друг друга кончиками.)

### Пальчиковая гимнастика «Цветок»

Вырос высокий цветок на поляне (*показывают руками цветок*),  
Утром весенним раскрыл лепестки (*разводят пальцы рук*),  
Всем лепесткам красоту и питание (*движение пальцами вместе – врозь*)  
Дружно дают под землёй корешки (ладони вниз, тыльной стороной прижимают друг к другу, пальцы разводят).

### **Пальчиковая гимнастика «Дай нам, солнышко, тепла»**

Мы ладошки протянули.

И на солнышко взглянули. *(Дети протягивают ладошки вперёд и ритмично поворачивают их вверх – вниз.)*

Дай нам, солнышко, тепла,

Чтобы силушка была. *(Делают движение пальцами, словно маня к себе.)*

Наши пальчики – малютки

Не хотят ждать ни минутки, *(Ритмично сгибают и разгибают пальцы.)*

Тук – тук, молоточками, *(Наклоняются и поочередно ритмично стучат кулачками по коленям.)*

Хлоп – хлоп, лапоточками, *(Ритмично хлопают по коленям.)*

Прыг – прыг, словно зайки,

Скачут на лужайке. *(Стучат полусогнутыми пальцами по коленям.)*

### **Пальчиковая гимнастика «Прятки»**

В прятки пальчики играли *(Ритмично сгибаем и разгибаем пальцы.)*

И головки убрали. (Усложнение: поочередно сгибаем каждый пальчик на обеих руках.)

Вот так, вот так,

И головки убрали.

### **Пальчиковая гимнастика «Раз, два, три, четыре, пять»**

Раз, два, три, четыре, пять! *(По очереди загибать пальцы на правой руке.)*

Будем пальчики считать: *(Сжимают и разжимают кулачки.)*

Крепкие, дружные, *(По очереди загибают пальцы на левой руке.)*

Вот такие нужные!

На другой руке опять:

Раз, два, три, четыре, пять!

Пальчики быстрые,

Хотя не очень... чистые. *(Машут пальцами обеих рук.)*

### **Пальчиковая гимнастика «Зайка умывается»**

Зайка серый умывается, *(Дети имитируют движения умывания и вытирания.)*

Видно, в гости собирается.

Вымыл носик, вымыл ухо,

Полотенцем вытер сухо.

### **Пальчиковая гимнастика «Теремок»**

Стоит в поле теремок *(Ладони домиком.)*

На дверях висит замок. *(Переплетаем пальчики, делаем замочек.)*

Пришёл котик – коток, *(Перекатываем руки, не расцепляя пальцы – как змейкой.)*

Трык- трок, трык- трок

И открылся замок. *(Расцепляем пальчики, трясём руками.)*

