

**Картотека**  
**пальчиковой гимнастики в с 2-4 лет**

**Пальчиковая гимнастика «Игрушки»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я с игрушками играю: *(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)*  
Мячик я тебе бросаю, *(Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)*  
Пирамидку собираю, *(Прямые кисти ладонями вниз поочередно кладём друг на друга несколько раз.)*  
Грузовик везде катаю. *(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)*

**Пальчиковая гимнастика «Игрушки»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

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.)*

**Пальчиковая гимнастика «Ягоды»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

С ветки ягодки снимаю, *(Пальцы расслаблены, свисают вниз. Пальцами другой руки погладить каждый пальчик от основания до самого кончика, как будто снимая с него воображаемую ягодку.)*  
И в лукошко собираю. *(Обе ладошки сложить перед собой чашечкой.)*  
Будет полное лукошко, *(Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрыть другой также сложенной ладошкой.)*  
Я попробую немножко. *(Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой достать воображаемые ягодки и отправить их в рот.)*  
Я поем ещё чуть-чуть, *(Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.)*  
Лёгким будет к дому путь!

**Пальчиковая гимнастика «Грибы»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Красный-красный мухомор- *(Соединяем кончики пальцев – изображаем шляпу гриба.)*  
Белых крапинок узор. *(Одна рука – «шляпка гриба», указательным пальцем другой руки показываем «крапинки».)*  
Ты красивый, но не рвём! *(Погрозил пальчиком.)*  
И в корзинку не берём! *(Прямая ладонь от себя – отодвигающий жест.)*

### **Пальчиковая гимнастика «Осень»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Вышла осень погулять, (*«Идём» указательным и средним пальцами одной руки.»*)  
Стала листья собирать. (*Одной рукой «подбираем» листья и «кладём» в другую.»*)

### **Пальчиковая гимнастика «Деревья»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Здравствуй, лес, (*Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы.»*)  
Дремучий лес,  
Полный сказок и чудес!

### **Пальчиковая гимнастика «Овощи»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я – зелёная капуста, (*Руки перед собой образуют круг.»*)  
Без меня в кастрюле пусто. (*Наклонили голову – «заглядываем в кастрюлю.»*)  
Листья снимете с меня, (*Разводим руки в стороны.»*)  
И останусь только я!

### **Пальчиковая гимнастика «Фрукты»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Жёлтый-жёлтый наш лимон, (*Одноимённые пальцы соединяются подушечками – показываем лимон.»*)  
Кислым соком брызжет он. (*Пальцы резко разводим в стороны.»*)  
В чай его положим (*Соединяем большой, указательный и средний пальцы одной руки и «опускаем лимон в чай.»*)  
Вместе с жёлтой кожей. (*Пальцы в том же положении, делаем вращательные движения – «помешиваем чай.»*)

### **Пальчиковая гимнастика «Овощи - фрукты»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

В огороде много гряд, (*Сжимают и разжимают пальцы.»*)  
Тут и репа, и салат, (*Загибают пальцы поочередно.»*)  
Тут и свёкла, и горох,  
А картофель разве плох?  
Наш зелёный огород (*Хлопают в ладоши.»*)  
Нас прокормит целый год.

### **Пальчиковая гимнастика «Одежда»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я надену сапоги, (*Показываем на ноги, туловище, голову.»*)

Курточку и шапку.  
И на руку каждую (Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая – проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток.)  
Натяну перчатку. (Смена рук.)

### **Пальчиковая гимнастика «Обувь»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Обуваем ножки бегать по дорожке. (Двумя пальцами «шагают» по столу.)  
Повторяй за мной слова: (Сжимают и разжимают пальцы.)  
Ножка – раз, ножка – два! (Ставят два пальца на стол и поднимают по одному.)  
В магазине покупают (Сжимают и разжимают пальцы.)  
И на ножки надевают  
Папа, мама, брат и я – (Загибают пальцы на руках.)  
Любит обувь вся семья. («Шагают» пальцами по столу.)

### **Пальчиковая гимнастика «Посуда»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Из тарелок, как один, (Ладони вместе перед собой «тарелка».)  
Суп мы ложками едим. (Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)  
Вилкой кушаем котлеты, (Указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку».)  
Ножик режет нам омлеты. («Режем» прямой ладонью взад-вперёд.)

### **Пальчиковая гимнастика «Продукты питания»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Муку в тесто замесили, (Сжимают и разжимают пальцы.)  
А из теста мы слепили (Прихлопывают ладонями, «лепят».)  
Пирожки и плюшки, (Поочередно разгибают пальцы, начиная с мизинца.)  
Сдобные ватрушки,  
Булочки и калачи – (Обе ладони разворачивают вверх.)  
Всё мы испечем в печи.  
Очень вкусно! (Гладят животы.)

### **Пальчиковая гимнастика «Зима»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Снег ложится на дома, (Руки разводим в стороны, ладонями вниз.)  
Улицы и крыши. (Руки «домиком».)  
Тихо к нам идёт зима, (Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)  
Мы её не слышим... (Рука за ухом.)

### **Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Что зимой мы любим делать? *(Поочерёдно соединяют большой палец с остальными.)*  
В снежки играть,  
На лыжах бегать,  
На коньках по льду кататься,  
Вниз с горы на санках мчатся.

### **Пальчиковая гимнастика «Новогодний праздник»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

- 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 «Части тела»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

У меня есть голова, *(Слушаем стихотворение и указываем на соответствующие части тела.)*  
Грудь, живот, а там – спина,  
Ножки – чтобы поскакать,  
Ручки – чтобы поиграть.

### **Пальчиковая гимнастика «Домашние животные»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Вот, убрав царапки, *(«Моем руки».)*  
Кошка моет лапки.  
Мордочку и ушки *(Круговые движения ладонью по лицу.)*  
На своей макушке. *(Чуть согнутые ладошки движутся за ушами – показываем, как кошка моет ушки.)*

### **Пальчиковая гимнастика «Детёныши домашних животных»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Побежали вдоль реки *(Двигают указательными и средними пальцами по поверхности стола от себя к краю. Повторяют несколько раз.)*  
Котята наперегонки.

### **Пальчиковая гимнастика «Дикие животные наших лесов»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Заяц и ёжик навстречу друг другу *(Указательные и средние пальцы обеих рук «идут» навстречу)*

*друг другу.)*

Шли по дорожке по полю, по лугу.

Встретились – и испугались они. *(Стукнуть кулачками.)*

Быстро бежали – поди догони! *(Снова пальцы «идут», но теперь в разные стороны.)*

### **Пальчиковая гимнастика «Детёныши диких животных»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Это зайчонок, это бельчонок, *(Сгибают пальцы в кулак, начиная с мизинца.)*

Это лисёнок, это волчонок,

А это спешит, ковыляет спросонок *(Вращают большим пальцем.)*

Бурый, мохнатый,

Смешной медвежонок.

### **Пальчиковая гимнастика «Домашние и дикие животные»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Зайка – ушки на макушке – *(Руки у висков, указательные и средние пальцы выпрямлены – «ушки».)*

Скачет, скачет по опушке. *(Руки щепотью вниз у груди – «скачет».)*

Шёл за ним колючий ёжик, *(Переплели пальцы и пошевелили.)*

Шёл по травке без дорожек,

А за ёжиком – краса – *(Плавные движения руками перед собой.)*

Рыжехвостая лиса.

### **Пальчиковая гимнастика «Мамин праздник»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Мамочка хорошая, *(Воздушный поцелуй над ладонью.)*

Мамочка любимая! *(Поцелуй над другой ладонью.)*

Очень я её люблю, *(Сдуваем с ладони поцелуй.)*

Поцелуй ей дарю! *(Сдуваем поцелуй с другой ладони.)*

### **Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»**

*Цель:* развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Зёрна курочка клюёт, *(Обе ладошки вместе отклоняем от себя.)*

И цыплятки тут как тут. *(Щепотки «клюют» по очереди.)*

В воду уточка нырнёт, *(Ладонки вместе «ныряют» вперёд.)*

А цыплятки не нырнут. *(Погрозили пальчиком.)*