# Картотека пальчиковых игр и упражнений

**Игрушки «Шарик»**

*Все пальчики обеих рук – «в щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальчики принимают исходное положение.*

Надуваем быстро шарик.

Он становится большой.

Вдруг шар лопнул, воздух вышел –

Стал он тонкий и худой.

**«Мои игрушки»**

Покажу я вам игрушки:

Это курочки пеструшки,

*Указательный и большой пальцы каждой руки соединить подушечками (клюв), остальные пальцы направить вверх и слегка согнуть (гребешок).*

Это зайка,

*Средний и указательный пальцы правой руки направить вверх (ушки зайца), остальные прижать к ладони.*

Это пёс.

*Ладонь правой руки стоит на ребре (мордочка пса), большой палец направлен вверх (ушко).*

Вот машинка без колёс.

*Правую ладонь сложить в виде пригоршни и накрыть ею ладонь левой руки.*

Это книжки-раскладушки.

Вот и все мои игрушки.

*Руки рёбрами поставить на стол, ладони прижать друг к другу, а затем раскрыть.*

**«Юла»**

*Большим пальцем проводить по кончикам других пальцев, от указательного до мизинца и наоборот. Выполнять как правой, так и левой рукой.*

Я юлу кручу, верчу,

И тебя я научу.

**Части тела «Это я»**

Это глазки. Вот, вот.

Это ушки. Вот, вот.

Это нос, это рот.

Там спинка. Тут живот.

Это ручки. Хлоп-хлоп.

Это ножки. Топ- топ.

Ох устали вытрем лоб!

*Дети показывают части тела и выполняют движения в соответствии с текстом.*

**Одежда «Я перчатку надеваю»**

Я перчатку надеваю,

Я в неё не попадаю.

*Поглаживают по очереди одной рукой другую, как будто надевают перчатки.*

Сосчитайте-ка ребятки,

Сколько пальцев у перчатки.

Начинаем вслух считать:

Раз, два, три, четыре, пять.

Загибают пальчики.

**Осень «Листопад»**

Листопад, листопад!                         *Руки поднять вверх.*

Листья по ветру летят:                      *Покачивая кистями из стороны в сторону,*

*медленно опускать руки (листья опадают).*

С клёна – кленовый,                         *Пальцы выпрямить и максимально развести в стороны.*

С дуба – дубовый,                            *Пальцы выпрямить и плотно прижать друг к другу.*

С осины – осиновый,                        *Указательный и большой соединить в виде колечка.*

С рябины- рябиновый.                      *Пальцы выпрямить и слегка развести в стороны.*

Полны листьев лес и сад                  *Хлопки в ладоши.*

То-то радость для ребят!

**«Осенью»**

Ветры яблони качают.

*Руки стоят на столе, опираясь на локти (стволы), пальцы разведены в стороны (кроны яблонь). Покачивать руками.*

Листья с веток облетают.

*Кисти рук расслабленны, расположены параллельно столу. Плавными движениями из стороны в сторону медленно опускать кисти рук на поверхность стола (листья опадают).*

Листья падают в саду,

Их граблями я гребу.

*Пальцы обеих рук подушечками опираются о поверхность стола (грабли). Приподнимая руки, поскрести пальцами по поверхности стола, изображая работу граблями*

**Обувь «Новые кроссовки»**

*Загибать на обеих руках пальчики по одному, начиная с больших пальцев.*

Как у нашей кошки

На ногах сапожки.

Как у нашей свинки

На ногах ботинки.

А у пса на лапках

Голубые тапки.

А козлёнок маленький

Обувает валенки.

А сыночек Вовка –

Новые кроссовки.

Вот так, вот так,

Новые кроссовки.

*«Шагать» указательным и средним пальчиками по столу.*

**Упражнение с пробками**

*Берём пластмассовые крышки от бутылок (4 штуки) и надеваем их на указательные и средние пальцы как обувь. И «идём пальцами, как ножками, не отрывая «Обувь» от поверхности стола.*

Крышки пальчики обули,

Смело в них вперёд шагнули.

И пошли по переулку

На весёлую прогулку.

Пальцы – словно балеринки,

Но одетые в ботинки.

Каждый пальчик – будто ножка,

Только шаркает немножко.

**Фрукты «Яблоки»**

Большой пальчик яблоки трясёт.

Кисти сжаты в кулак, разгибаем большой пальчик.

Второй их собирает.

Разгибаем указательный палец.

Третий их домой несёт.

Разгибаем средний палец

Четвёртый высыпает.

Разгибаем безымянный.

Самый маленький – шалун.

Разгибаем мизинец

Всё, всё, всё съедает.

**«Компот»**

Будем мы варить компот,          *Левая рука – «ковшик», правая имитирует помешивание.*

Фруктов нужно много вот:

Будем яблоки крошить,            *Загибают пальчики начиная с большого.*

Грушу будем мы рубить,

Отожмём лимонный сок,

Слив положим на песок.

Варим, варим мы компот.          *Опять «варят» и «помешивают».*

Угостим честной народ.            *Развести руки в стороны.*

**«Сливы»**

*Кисти сжаты в кулак.*

Большой пальчик сливы трясёт.                        *Разгибаем большой палец.*

Второй их собирает.                                        *Разгибаем указательный палец.*

Третий их домой несёт.                                    *Разгибаем средний палец.*

Четвёртый высыпает.                                       *Разгибаем безымянный.*

Самый маленький – «шалун»                            *Разгибаем мизинец.*

Всё, всё съедает.

**Овощи Капустка**

Мы капустку рубим-рубим,*Движения прямыми ладонями вверх-вниз*

Мы капустку солим-солим,                        *поочерёдное поглаживание подушечек пальцев*

Мы капустку трём-трём,                            *потирать кулачок о кулачок*

Мы капустку жмём-жмём.                         *сжимать и разжимать кулачки*

**«Репка»**

Тянут, тянут бабка с дедкой*Вытягивание пальцев за ногтевые фаланги*

Из земли большую репку:

Вот пришла бы наша внучка,                           *Одноимённые пальцы прикасаются друг к другу.*

Помогла б собачка Жучка.

Где же кошка, мышка – крошка?

Хоть держалась крепко,

Вытянута репка.

**Зима «Снегири»**

Вот на ветках, посмотри,             *Четыре хлопка руками.*

В красных майках снегири.

Распушили пёрышки.                   *Изображают «крылышки»*

Греются на солнышке.

Головой вертят,                        *Повороты головой.*

Улетать хотят.

Кыш! Кыш! Улетели!*Вращательные движения кистями рук.*

За метелью, за метелью!

**« Снежинки»**

Ла-ла-ла, ла-ла-ла,

Туча по небу плыла.*Пальцы обеих рук соединить подушечками и округлить*

*в форме шара (туча).*

Вдруг из тучи над землёй             *Руки поднять вверх, пальцы развести в стороны.*

Полетел снежинок рой.                *Поворачивать кисти, медленно опуская руки (снежинки летят).*

Ветер дунул, загудел –*Подуть на кисти рук (губы округлить и слегка вытянуть вперёд).*

Рой снежинок вверх взлетел.*Встряхнуть кистями рук, поднимая вверх,*

*вращать ими (снежинки летят).*

Ветер с ними кружится,                *Вращать кистями, попеременно скрещивая руки.*

Может быть подружится.

**Новый год «Ёлочка»**

Перед нами ёлочка.                *Пальцы переплетены, большие подняты вверх.*

Шишечки, иголочки,                *Кулачки, «иголочки»- раздвинуть пальцы.*

Шарики, фонарики,                 *Ладошки держать «ковшиком».*

Зайки и свечки,                     Соединить оба кулачка вместе, *указательные пальцы вверх ("Уши*

*зайчиков.*

Звёзды, человечки.                *Ладошка в виде звезды, «человечки» – походить пальчиками.*

**«Домашние птицы»**

Есть у курицы цыплёнок,*Большим пальцем поочерёдно касаться остальных, начиная с мизинца.*

У гусыни есть гусёнок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утёнок.

У каждой мамы малыши,             *Показать все пальчики, «играя» ими.*

Все красивы хороши!

**«Петушок»**

Наш красивый петушок                              *Обе руки сжаты  в кулачки.*

Кверху поднял гребешок.                           *Разжать ладони.*

Крылышками машет.                                  *Кистями помахать в воздухе.*

На лужайке пляшет.

Крошки хлебные клюёт.                             *Указательными пальцами постучать по столу.*

Пёстрых курочек зовёт.                             *Кистями рук сделать манящие движения.*

**Домашние животные «Повстречались»**

*На каждую фразу соединять одноимённые пальцы левой и правой рук по одному начиная с мизинца. На последнюю фразу показать «рога», одновременно выпрямив указательные пальцы и мизинцы.*

Повстречались два котёнка: «Мяу – мяу».

Два щенка: «Ав – ав».

Два жеребёнка: «И-го-го»

Два телёнка, два быка:

«Му-у». Смотри, какие рога!

**«Кот на печку пошёл»**

Кот на печку пошёл,                                *Пальчики «шагают».*

Горшок каши нашёл.                               *«Горшок из ладошек».*

На печи калачи,                                     *Ладошки «лепят калачи»*

Как огонь горячи.                                   *Подуть на ладошки.*

Пряники пекутся,

Коту в лапы не даются.                           *Погрозить пальчиком.*

**«Собака»**

У собаки острый носик,

Есть и шейка,

Есть и хвостик.

*Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх, указательный, средний, безымянный вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается («лает собака»)*

**Дикие животные «Есть у каждого свой дом»**

*Дети загибают  на обеих руках пальцы: по одному пальцу на каждое двустишье.*

У лисы в лесу глухом

Есть нора – надёжный дом.

Не страшны зимой метели

Белочке в дупле на ели.

Под кустами ёж колючий

Нагребает листья в кучу.

Из ветвей, корней, травы

Хатки делают бобры.

Спит в берлоге косолапый,

До весны сосёт там лапу.

Есть у каждого свой дом,*Ударяют ладонями и кулачками поочерёдно*.

Всем тепло уютно в нём.

**«Белочка»**

*Большим пальцем поочерёдно касаться остальных пальцев, выполняя упражнение сначала одной рукой затем другой рукой.*

Прыгает по веточкам

Невеличка белочка.

Мелькает хвостик средь ветвей.

Кто угонится за ней?

**Посуда «Помощник»**

Посуду моет наш Антошка,                 *Потирать ладошки друг об друга («мыть посуду»).*

Моет вилку, чашку, ложку,                 *Разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца. Выполнять*

*имитирующие движения*.

Вымыл блюдце и стакан

И закрыл покрепче кран.

**Весна «Жаворонок»**

*Дети показывают движениями кистей рук как летит птичка.*

Птичка, птичка, прилетай!

Весну-красну зазывай!

Птичка крылышками машет,

Веселит детишек наших!

**«К нам весна пришла»**

К нам весна пришла,

Цветы красивые принесла!                        *Ручки протягивают вперёд «с букетом».*

В палисадник мы пошли

И венок себе сплели!*Пальчики двигаются, будто плетут венок.*

**Семья «Радуются взрослые и дети»**

*Выполнение по образцу за педагогом движений: на каждую строку дети загибают пальчик, 6 строка – сжимать и разжимать кулачок.*

Кто ещё радуется солнышку?

Радуется дедушка,

Радуется бабушка,

Радуется мамочка,

Радуется папочка,

Очень радуюсь я.

Рада солнцу вся семья!

**«Цветочек для мамочки»**

Ой, в нашем цветнике

Большой цветок на стебельке.                 *Раскрывать и закрывать кулачок, пальчики, будто лепестки.*

От ветерка качается,                              *Движения руками вправо-влево.*

И мне улыбается!*Мимика, жесты.*

Я мамочку поцелую

И цветочек подарю ей!

**«Семья»**

*С каждой строкой дети загибают по одному пальчику, начиная с большого.*

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – я.

Вот и вся моя семья!

**Мебель**

Мебель я начну считать:

Кресло стол, диван, кровать,                *Пальцы обеих рук поочерёдно зажимать в кулачки.*

Полка, тумбочка, буфет,

Шкаф, комод и табурет.

Много мебели назвал –

Десять пальчиков зажал!                      *Поднимать зажатые кулачки вверх.*

**«Много мебели в квартире»**

Раз, два, три, четыре,                     *Ритмично сжимать и разжимать кулачки.*

Много мебели в квартире.

В шкаф повесим мы рубашку,          *Загибать пальчики, начиная с больших,      на каждое название мебели.*

А в буфет поставим чашку.

Чтобы ножки отдохнули,

Посидим чуть-чуть на стуле.

А когда мы крепко спали,

На кровати мы лежали.

А потом мы с котом

Посидели за столом,

Чай с вареньем дружно пили.

Много мебели в квартире!*Ритмично попеременно хлопать в ладоши и стучать кулачком о кулачок.*

**«Стул»**

Ножки, спинка и сиденье –*Левая ладонь – вертикально вверх. К её нижней части приставляется*

*кулачок (большим пальцем к себе)*

Вот вам стул на удивленье.

**«Транспорт»**

Будем пальчики сгибать-*Сжимать и разжимать пальчики.*

Будем транспорт называть:

Машина, вертолёт,*Поочерёдно разжимать пальчики, начиная с мизинца.*

Трамвай, автобус, самолёт.

Пять пальцев мы в кулак зажали,*Сжать пальцы в кулачок, начиная с большого.*

Пять видов транспорта назвали.

**«Пароходик»**

Пароходик в море был.*Ладони соединить в форме чаши.*

Вот он к пристани приплыл.                    *Сделать волнообразные движения в воздухе.*

Загудел в свою трубу: «У – у – у !»         *Одновременно пошевелить большими пальцами.*

**«Насекомые»**

Дружно пальчики считаем-*Сжимать и разжимать кулачки.*

Насекомых называем:

Бабочка, кузнечик, муха,              *Поочерёдно сгибать пальцы в кулачок, начиная с большого.*

Это жук с зелёным брюхом.

Это кто же тут звенит?

Ой, сюда комар летит!                  *Вращать мизинцем.*

Прячьтесь!                                  *Спрятать руки за спину.*

**«Бабочка»**

*Скрестить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. «Бабочка сидит». Имитировать полёт «бабочки».*

Бабочка-коробочка,

Улетай под облачко.

Там твои детки

На берёзовой ветке.

**Лето«Колокольчики»**

В прятки пальчики играют                             *Сжимать и разжимать пальцы рук.*

И головки убирают,                                      *Открывать и закрывать глаза.*

Словно синие цветки,

Распускают лепестки                                    *Сводить и разводить пальцы «веером».*

Наверху качаются,                                       *Качание и наклоны кистей вправо-влево.*

Низко наклоняются.

Колокольчик голубой*Круговые движения кистями.*

Поклонился, повернулся

К нам с тобой.

Колокольчики-цветы                                     *Повороты кистями вправо-влево,*

Очень вежливы, а ты?                                  *Ладони сверху опустить на стол.*

**«Что делать после дождика?»**

Что делать после дождика?        *Соединяем по очереди все пальцы с большими.*

По лужицам скакать!                 *Щёпоть одной руки приставляем в центр ладони другой.*

Что делать после дождика?        *Соединяем все пальцы рук с большими.*

Кораблики пускать!                   *Рисуем обеими руками восьмёрку.*

Что делать после дождика?        *Соединяем все пальцы с большими.*

На радуге кататься!                   *Руки перед грудью, кисти опущены вниз, каждая рука очерчивает дугу.*

Что делать после дождика?        *Соединяем все пальцы с большими.*

Да просто улыбаться!                *Улыбаемся.*