

## Картотека пальчиковой гимнастики по темам недели младшего дошкольного возраста

### Цель:

- ✓ Стимулировать действия речевых зон головного мозга;
- ✓ Развивать мелкую моторику;
- ✓ Развивать чувства ритма;
- ✓ Развивать речь;
- ✓ Развивать память и внимание, воображение.

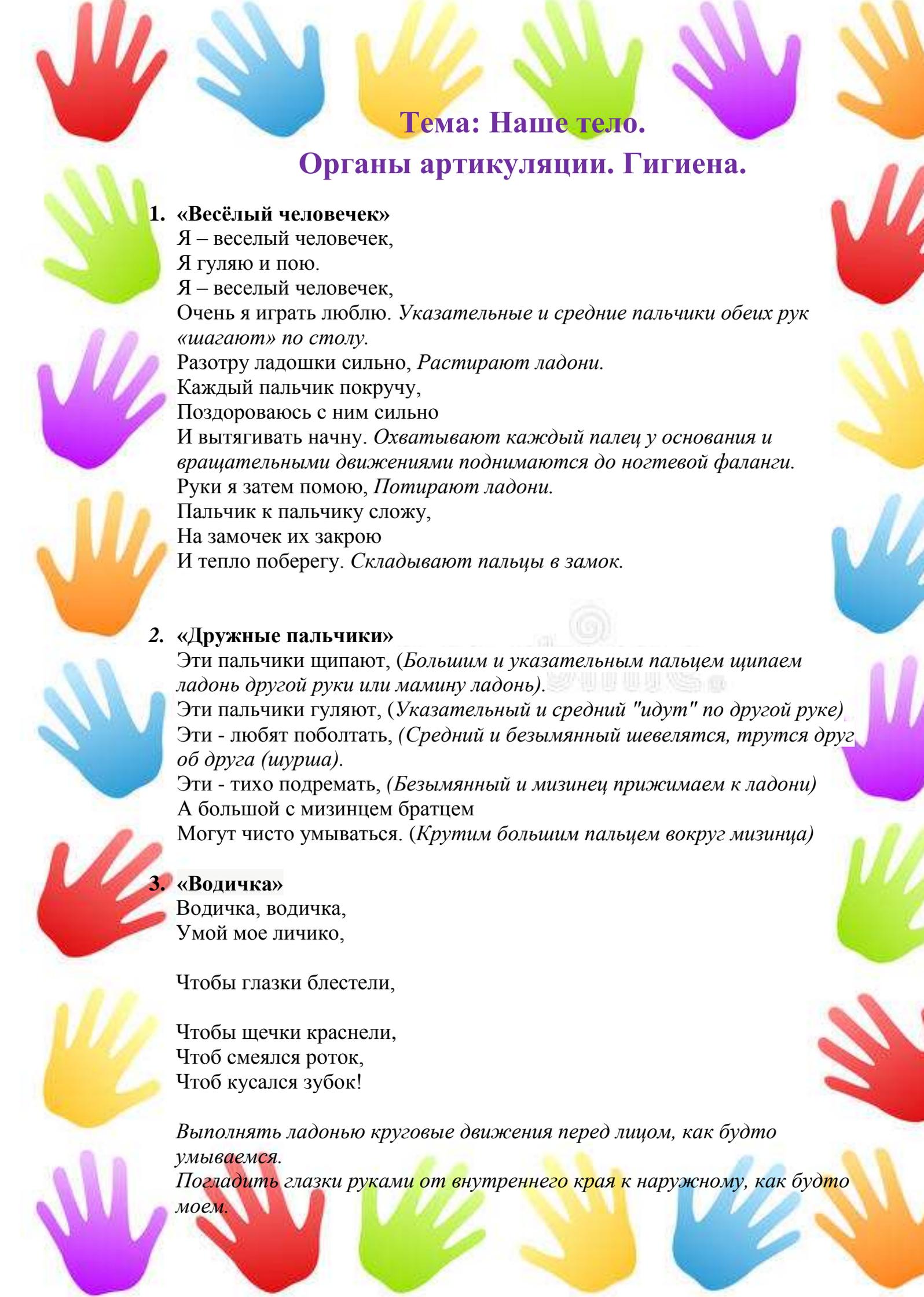
### Задачи:

#### Для воспитателя:

- ✓ Создать среду для развития мелкой моторики, сделать ее использование увлекательным для детей.
- ✓ Создать подборку методической литературы по теме.
- ✓ Разработать и использовать комплекс пальчиковой гимнастики в соответствии с лексическими темами.

#### Для детей:

- ✓ Активизация речи детей, сенсорное развитие детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.



## Тема: Наше тело.

### Органы артикуляции. Гигиена.

#### 1. «Весёлый человечек»

Я – веселый человечек,

Я гуляю и пою.

Я – веселый человечек,

Очень я играть люблю. *Указательные и средние пальчики обеих рук «шагают» по столу.*

Разотру ладошки сильно, *Растирают ладони.*

Каждый пальчик покручу,

Поздороваясь с ним сильно

И вытягивать начну. *Охватывают каждый палец у основания и вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланги.*

Руки я затем помою, *Потирают ладони.*

Пальчик к пальчику сложу,

На замочек их закрою

И тепло поберегу. *Складывают пальцы в замок.*

#### 2. «Дружные пальчики»

Эти пальчики щипают, *(Большим и указательным пальцем щипаем ладонь другой руки или мамину ладонь).*

Эти пальчики гуляют, *(Указательный и средний "идут" по другой руке)*

Эти - любят поболтать, *(Средний и безымянный шевелятся, трутся друг об друга (шуриша)).*

Эти - тихо подремать, *(Безымянный и мизинец прижимаем к ладони)*

А большой с мизинцем братцем

Могут чисто умываться. *(Крутим большим пальцем вокруг мизинца)*

#### 3. «Водичка»

Водичка, водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!

*Выполнять ладонью круговые движения перед лицом, как будто умываемся.*

*Погладить глазки руками от внутреннего края к наружному, как будто моем.*



*Круговыми движениями погладить щечки.*

*Улыбнуться.*

*Показать зубки.*



#### **4.«Рыбка»**

*Рыбка плавает в водице, (Дети изображают сложенными)*

*Рыбке весело играть. (Вместе ладонями, как плывёт рыбка)*



*Рыбка, рыбка, озорница, (Грозят пальчиком)*

*Мы хотим тебя поймать. (Медленно сближают ладони)*

*Рыбка спинку изогнула, (Снова изображают, как плывёт Рыбка)*

*Крошку хлебную взяла. (Делают хватательное движение обеими руками)*



*Рыбка хвостиком махнула, (Снова «плывут»)*

*Рыбка быстро уплыла.*

#### **5. «Солнышко»**



*Солнышко в глазки*

*Светит ребятам.*

*Мы поиграем*

*С солнышком в прятки!*



*Образовать два кружка из больших и указательных пальцев обеих рук, соединив их.*

#### **6. «Кулачок»**



*Сжали ручку в кулачок,*

*Положили на бочок:*

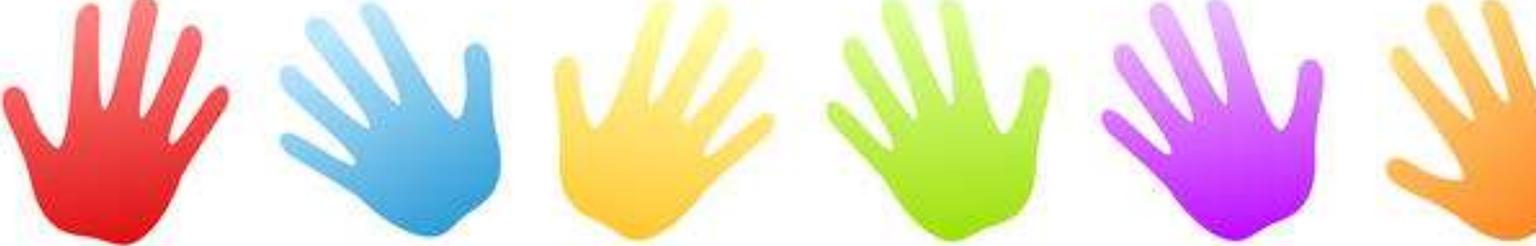
*Чок-чок, кулачок,*

*Чок-чок, на бочок!*



*Руки положить на стол: ладони прижать к столу; одновременно сжать два кулачка; разжать пальцы одной руки и прижать к столу ребром ладони.*





## Тема: Игрушки



### 7. «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.



### 8. «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)*

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».)*





9. «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!

dreamstime.



## Тема: Наш детский сад, наша группа.

**10.** Этот пальчик хочет спать. *(поочередно загибать пальцы к ладошке)*  
Этот пальчик – прыг в кровать! *(начиная с мизинца. Затем большим пальцем)*

Этот пальчик прикорнул. *(Касаться всех остальных - «будить»);*

Этот пальчик уж заснул.

Тише, тише не шуми,

Пальчики не разбуди.

Встали пальчики. Ура! *(с восклицанием «Ура!» - кулачки разжать)*

В детский сад идти пора – *(широко расставив пальцы.)*

### 11. «Наша группа»

В нашей группе все друзья. *(Ритмично стучат кулачками по столу)*

Самый младший — это я. *(Разжимают пальчики поочередно)*

Это Маша, начиная с мизинца).

Это Саша,

Это Юра,

Это Даша.

### 12. «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.

### 13. «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)*



#### 14. «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, портм  
другой*)

Ладонки раскрывают вот так, вот так (*Поочерёдно раскрывают ладонки*)

На ладонки мы подуем (*Дуют поочерёдно на обе ладонки*)

Наши пальчики разбудим. (*Шевелят пальчиками*)

#### 15. «Большие и маленькие»

Были маленькие мы, (*Дети сгибают и прижимают пальцы  
к ладони*).

Стали вдруг большие. (*Растопыривают пальцы*).

Шалунишки, шалуны, «Фонарики».

А дружные какие!

Солнцу рада детвора. (*Сцепляют пальцы обеих рук в замок*),

Пусть поярче светит! (*ладони сжимают*).

Пляшут с самого утра

На полянке дети.

#### 16. «Это я»

Это глазки. Вот. Вот. (*Дети показывают сначала левый,  
потом правый глаз*).

Это ушки. Вот. Вот. (*Берутся за левое ухо, потом за правое*)

Это нос. Это рот. (*Показывают рот левой рукой, нос-правой*)

Там спинка. Тут живот. (*Кладут левую руку на спину,  
правую – на живот*).

Это ручки. Хлоп, хлоп. (*Вытягивают вперёд обе руки, 2 раза  
Хлопают*).

Это ножки. Топ, топ. (*Кладут ладони на бёдра, 2 раза топают*)

Ой, устали. Вытрем лоб. (*Проводят правой ладонью по лбу*).



## Тема: Осень. Грибы.

### 17. «Грибы»

*Массаж (или самомассаж) подушечек пальцев (на каждую стихотворную строчку – разминание подушечки одного пальца).*

Вылезли на кочке - *мизинец*

Мелкие грибочки: - *безымянный*

Грузди и горькушки, - *средний*

Рыжики, волнушки - *указательный*

Даже маленький пенек - *большой*

Удивленья скрыть не мог - *большой*

Выросли опята, - *указательный*

Скользкие маслята, - *средний*

Бледные поганки - *безымянный*

Встали на полянке – *мизинец*

### 18. «Осень»

Осень, осень, - *(трем ладошки друг о друга)*

Приходи! – *(по очереди сжимаем кулачки)*

Осень, осень, - *(трем ладошки друг о друга)*

Погляди! – *(положить ладошки на щеки)*

Листья желтые кружатся, - *(движение ладонями сверху вниз)*

Тихо на землю ложатся. – *(поглаживаем колени)*

Солнце нас уже не греет, - *(по очереди сжимаем кулачки)*

Ветер дует все сильнее, - *(разводим одновременно ручки в разные стороны)*

К югу полетели птицы, - *(скрестить ручки и пошевелить пальчиками)*

Дождик к нам в окно стучится – *(стучим пальчиками по ладошкам)*

Шапки, куртки надеваем – *(делаем вид)*

И ботинки обуваем – *(постучать ногами)*

Знаем месяцы: - *(похлопать ладошками по коленкам).*

Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь – *(кулак, ребро, ладонь)*

### 19. «Осенние листья»

Раз, два, три, четыре, пять, - *(загибаем пальчики, начиная с большого)*

Будем листья собирать – *(сжимаем и разжимаем кулачки)*

Листья березы, - *(загибаем пальчики, начиная с большого)*

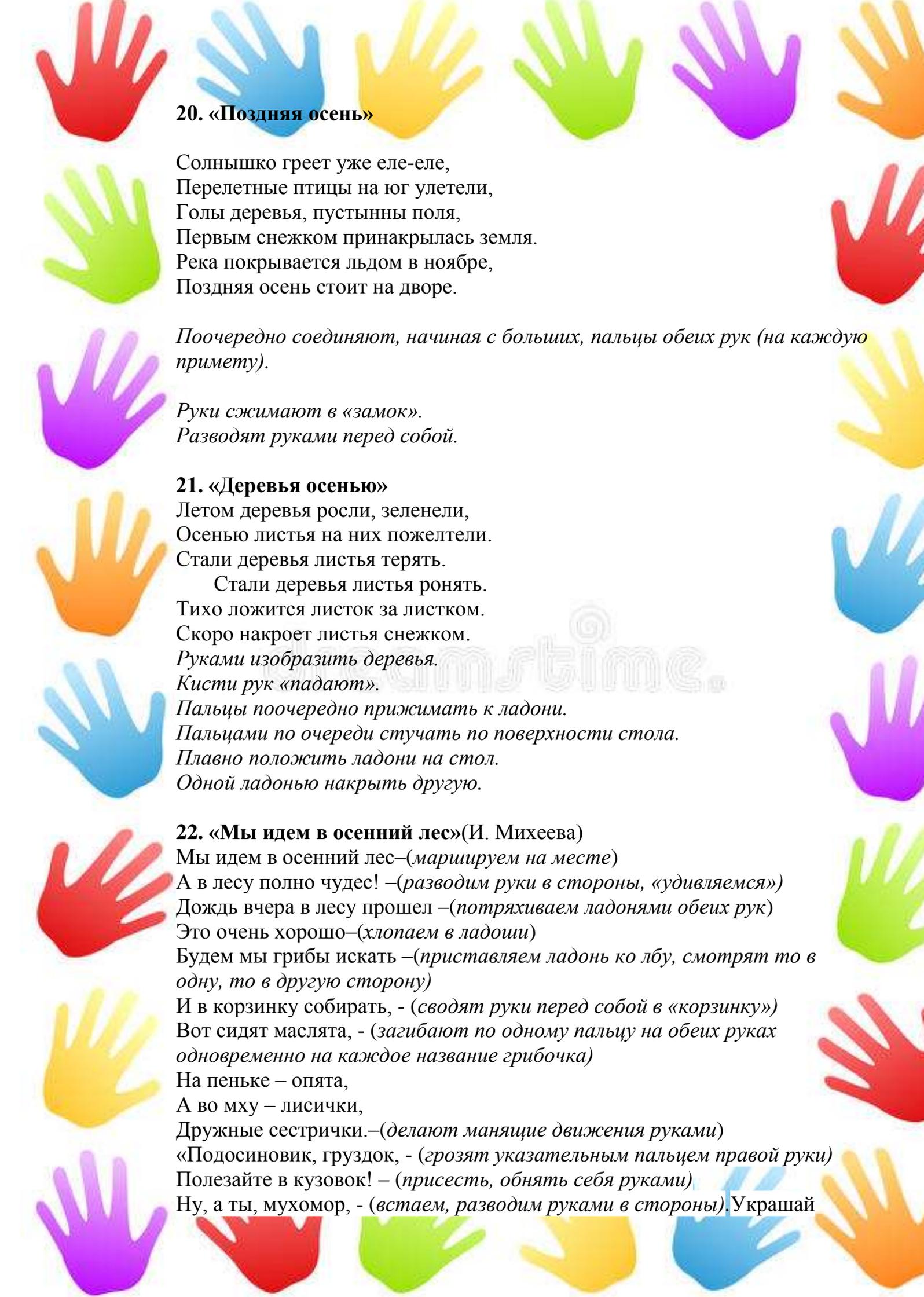
Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба мы соберем,

Маме осенний букет отнесем – *(пальчики «шагают» по столу)*



## 20. «Поздняя осень»

Солнышко греет уже еле-еле,  
Перелетные птицы на юг улетели,  
Голы деревья, пустынно поля,  
Первым снежком принакрылась земля.  
Река покрывается льдом в ноябре,  
Поздняя осень стоит на дворе.

*Поочередно соединяют, начиная с больших, пальцы обеих рук (на каждую примету).*

*Руки сжимают в «замок».  
Разводят руками перед собой.*

## 21. «Деревья осенью»

Летом деревья росли, зеленели,  
Осенью листья на них пожелтели.  
Стали деревья листья терять.

*Стали деревья листья ронять.  
Тихо ложится листок за листком.  
Скоро накроет листья снежком.  
Руками изобразить деревья.*

*Кисти рук «падают».*

*Пальцы поочередно прижимать к ладони.  
Пальцами по очереди стучать по поверхности стола.  
Плавно положить ладони на стол.  
Одной ладонью накрыть другую.*

## 22. «Мы идем в осенний лес»(И. Михеева)

Мы идем в осенний лес—(маршируем на месте)

А в лесу полно чудес! —(разводим руки в стороны, «удивляемся»)

Дождь вчера в лесу прошел —(потряхиваем ладонями обеих рук)

Это очень хорошо—(хлопаем в ладоши)

Будем мы грибы искать —(приставляем ладонь ко лбу, смотрят то в одну, то в другую сторону)

И в корзинку собирать, - (сводят руки перед собой в «корзинку»)

Вот сидят маслята, - (загибают по одному пальцу на обеих руках одновременно на каждое название грибочка)

На пеньке – опята,

А во мху – лисички,

Дружные сестрички.—(делают манящие движения руками)

«Подосиновик, груздок, - (грозят указательным пальцем правой руки)

Полезайте в кузовок! – (присесть, обнять себя руками)

Ну, а ты, мухомор, - (встаем, разводим руками в стороны).Украшай



осенний бор!

### 23. «Осень»



Ветер северный подул, - *(подуть на пальцы)*

все листочки с липы сдул с-с-с – *(смахивать руками, будто сдувает листочки)*

Полетели, закружились и на землю опустились – *(ладони зигзагами плавнo опустить на стол)*

Дождик стал по ним стучать кап-кап-кап – *(постучать пальцами по столу)*



Град по ним заколотил,

Листья все насквозь пробил, - *(постучать кулачками по столу)*

Снег потом припорошил, - *(плавные движения вперед-назад кистями)*

Одеялом их накрыл—*(ладони прижать крепко к столу.)*

### 24 «Осень»



Ветер по лесу летал, *(Плавные, волнообразные движения ладонями)*

Ветер листики считал:

Вот дубовый,

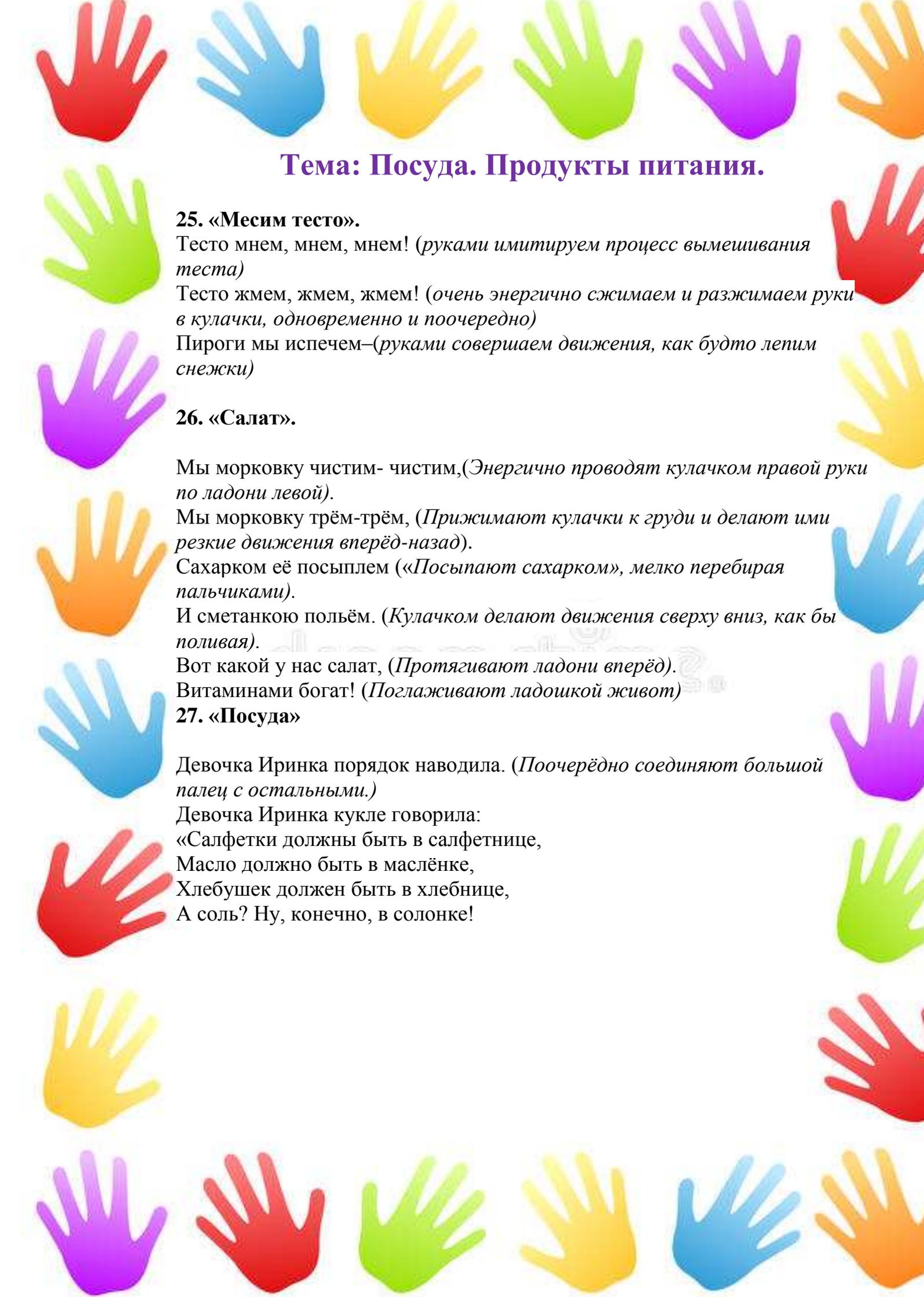
Вот кленовый *(Загибать по одному пальчику)*

Вот рябиновый резной,

Вот с березки – золотой,

Вот последний лист с осинки

Ветер бросил на тропинку *(Спокойно уложить ладони на стол)*



## Тема: Посуда. Продукты питания.

### 25. «Месим тесто».

Тесто мнем, мнем, мнем! *(руками имитируем процесс вымешивания теста)*

Тесто жмем, жмем, жмем! *(очень энергично сжимаем и разжимаем руки в кулачки, одновременно и поочередно)*

Пироги мы испечем—*(руками совершаем движения, как будто лепим снежки)*

### 26. «Салат».

Мы морковку чистим- чистим,*(Энергично проводят кулачком правой руки по ладони левой).*

Мы морковку трём-трём, *(Прижимают кулачки к груди и делают ими резкие движения вперед-назад).*

Сахарком её посыплем *(«Посыпают сахарком», мелко перебирая пальчиками).*

И сметанкою польём. *(Кулачком делают движения сверху вниз, как бы поливая).*

Вот какой у нас салат, *(Протягивают ладони вперед).*

Витаминами богат! *(Поглаживают ладошкой живот)*

### 27. «Посуда»

Девочка Иринка порядок наводила. *(Поочередно соединяют большой палец с остальными.)*

Девочка Иринка кукле говорила:

«Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в маслёнке,

Хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль? Ну, конечно, в солонке!

## Тема: Домашние животные и птицы.

### 28. «Поросята»

*Пальцы рук растопырены; поочередно «идём» по столу или коленочкам каждым из пальчиков.*

Этот толстый поросёнок целый день хвостом вилял, *(Мизинцы)*

Этот толстый поросёнок спинку об забор чесал. *(Безымянные)*

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросёнок я люблю. *«Фонарики».*

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросёнок я люблю. *(Сжимаем и разжимаем кулачки)*

Этот толстый поросёнок носом землю ковырял, *(Средние)*

Этот толстый поросёнок что-то сам нарисовал. *(Указательные)*

Ля-ля-ля-ля, лю-лю-лю, поросёнок я люблю *(Сжимаем и разжимаем кулачки)*

Этот толстый поросёнок - лежебока и лентяй, *(Большие)*

Захотел спать в серединке и всех братьев растолкал. *(Руку сжимаем в кулак, большой палец зажимаем внутрь)*

### 29. «Я в деревне отдыхаю»

Я в деревне отдыхаю, *(Руки на столе ладонками вниз. Разводить и соединять пальцы правой руки)*

Всех зверей домашних знаю: *(Разводить и соединять пальцы левой руки)*

Кролик, лошадь и коза, *(Называя животное, поднимать и удерживать на весу каждый палец правой руки, начиная с большого)*

Кот, корова и свинья. *(Поднимать и удерживать на весу оставшиеся пальцы правой руки, а затем левой, начиная с большого)*

А еще баран с овцой,

Да верный пес – *(Поднимать и удерживать на весу каждый палец левой руки)*

Помощник мой. *(Большой палец правой руки поднять вверх, указательный согнуть, остальные вытянуть вперед и прижать друг к другу – «собака»)*

## Тема: Овощи. Фрукты. Сад. Огород

### 30. «Овощи»

Вырос у нас чеснок, *(указательный)*

Перец, томат, кабачок, *(средний)*

Тыква, капуста, картошка *(безымянный)*

Лук и немножко горошка *(мизинец)*

Овощи мы собирали, *(мизинец)*

Ими друзей угощали, *(безымянный)*

Квасили, ели, солили, *(средний)*

С дачи домой увозили. *(указательный)*

Прощай же на год, *(большой палец левой руки)*

Наш друг – огород! *(большой палец правой руки).*

### 31. «Апельсин»

Мы делили апельсин *(дети разламывают воображаемый апельсин на дольки)*

Много нас, *(показывают 10 пальцев)*

А он один *(показывают 1 палец)*

Эта долька – для ежа.

Эта долька – для стрижа.

Эта долька – для утят.

Эта долька – для котят.

Эта долька – для бобра *(загибают по одному пальчику на каждую строчку)*

А для волка – кожура *(бросательные движения правой рукой)*

Он сердит на нас – беда!!! *(сжимают кулаки и прижимают их к груди)*

Разбегайтесь – кто куда!!! *(«бегут» пальцами по столу).*

### 32. «Фруктовая ладошка»

Этот пальчик - апельсин, *(Поочерёдно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого).*

Он, конечно, не один,

Этот пальчик – слива,

Вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос,

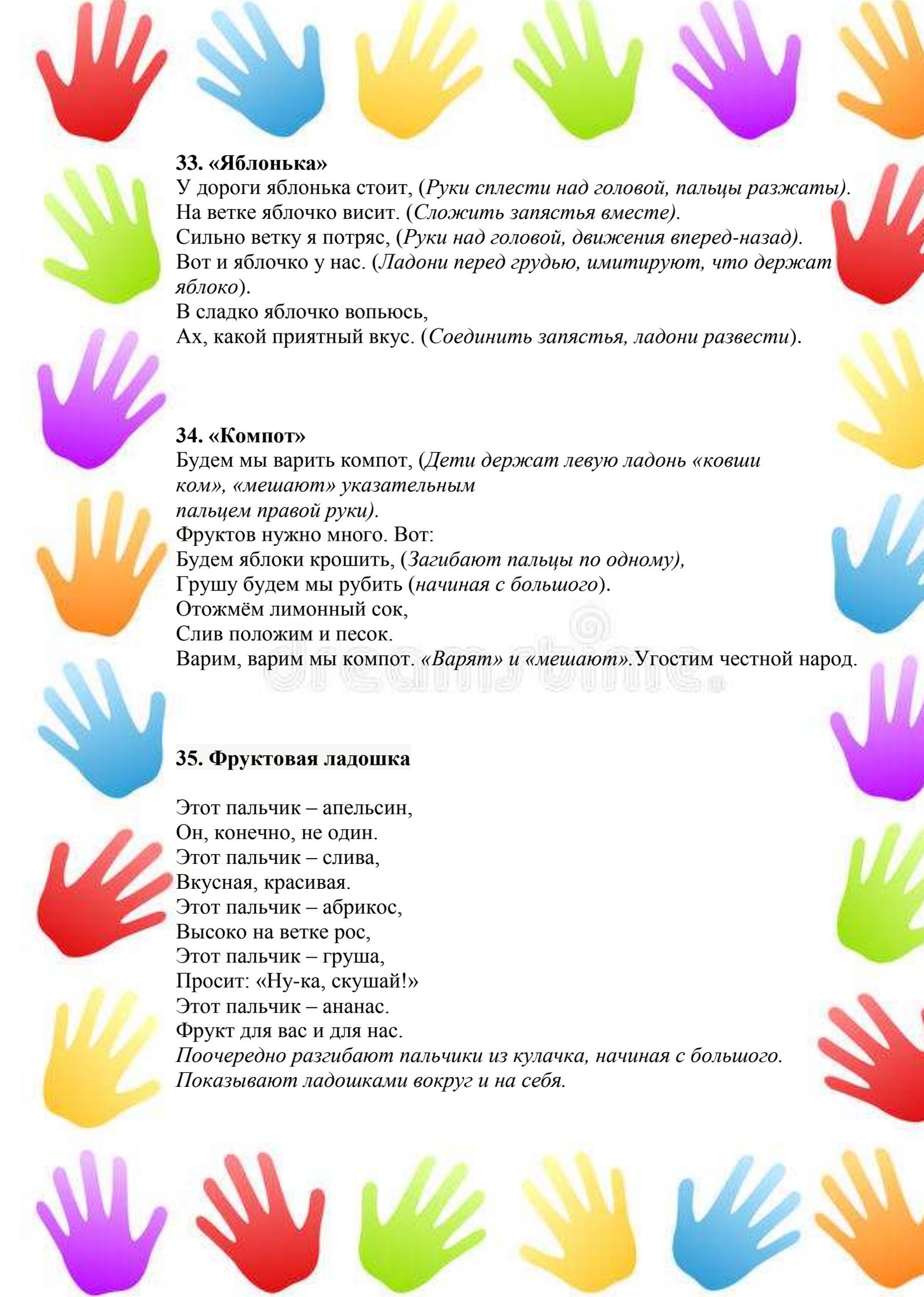
Высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша,

Просит: «Ну-ка, скушай!»

Этот пальчик – ананас,

Фрукт для вас и для нас. *(Показывают ладошками вокруг и на себя).*



### 33. «Яблонька»

У дороги яблонька стоит, *(Руки сплести над головой, пальцы разжаты).*

На ветке яблочко висит. *(Сложить запястья вместе).*

Сильно ветку я потряс, *(Руки над головой, движения вперед-назад).*

Вот и яблочко у нас. *(Ладони перед грудью, имитируют, что держат яблоко).*

В сладко яблочко вопьюсь,

Ах, какой приятный вкус. *(Соединить запястья, ладони развести).*

### 34. «Компот»

Будем мы варить компот, *(Дети держат левую ладонь «ковшиком», «мешают» указательным пальцем правой руки).*

Фруктов нужно много. Вот:

Будем яблоки крошить, *(Загибают пальцы по одному),*

Грушу будем мы рубить *(начиная с большого).*

Отожмём лимонный сок,

Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот. *«Варят» и «мешают».* Угостим честной народ.

### 35. Фруктовая ладошка

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.

Фрукт для вас и для нас.

*Поочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого.*

*Показывают ладошками вокруг и на себя.*



**36. «За ягодами»**

Раз, два, три, четыре, пять, *(Дети «здороваются» пальцами обеих рук, начиная с больших).*

*«Идут» указательными и средними пальцами).*

В лес идём мы погулять *(средними пальцами обеих рук по столу).*

*(Загибают пальцы, начиная с большого).*

За черникой,

За малиной,

За брусникой,

За калиной.

Землянику мы найдём

И дедуле отнесём.

dreamstime.