

**Картотека
пальчиковых
гимнастик
по темам
недели
для младшей
группы**

Картотеку
разработала:
Чижова
Юлия
Васильевна

2024г.

Пальчиковая гимнастика

«Отважный капитан»

Я плыву на лодке белой

*(концы пальцев направить вперед, прижать
руки ладонями)*

По волнам с жемчужной пеной.

(ладони друг к другу, слегка приоткрыв)

Я - отважный капитан,

*(проговаривая стихок, ладони двигать,
как лодка)*

Мне не страшен ураган

*(ладони вместе, плавные движения из
стороны в сторону)*

Чайки белые кружатся, тоже ветра не боятся

(скрест. лад, плавные движ вверх-вниз)

Лишь пугает птичий крик,

стайку золотистых рыб

(ладони тыльной стороной,

помахать пальцами, сжатыми вместе)

И, объездив чудо - страны,

посмотрев на океаны

(выпрямленными ладонями с пальцами,

прижатыми друг к другу изобразить рыбок)

Путешественник-герой,

к маме я вернусь домой!

*(плавными движениями ладоней показать,
как рыбы плывут в воде)*

Пальчиковая гимнастика

«Бойцы-молодцы»

Пальцы эти - все бойцы,
(Показать раскрытые ладони)

Удалые молодцы.

Два - больших и крепких малых

И солдат в боях удалых.

Два - гвардейца-храбреца,

(Сжать пальцы в кулаки и поочередно
разжимать пальцы на обеих руках
одновременно, начиная с больших)

Два - сметливых молодца.

Два - героя безымянных.

Но в работе очень рьяных!

Два - мизинца-коротышки -

Очень славные мальчишки!

Пальчиковая игра «Путешествие»

Тук-тук–тук, тук–тук–тук.

Наши ушки слышат стук.

потирание ладоней друг о друга

Вот ладошечки шуршат,

потирание кулачков друг о друга

Наши пальчики трещат.

хлопки

Теперь в ладоши громко бей,

ладони на щеки

А теперь ты их согрей .

кулаки на коленях

К путешествию готовы?

руки вверх, ладони раскрыть

Да!

вращательные движения кистями

В путь отправимся мы снова:

руки вытянуты в стороны, ладони напряжены

Сядем мы на самолет и отправимся в полет.

Мы теперь на корабле,

ладони лодочкой

Нас качает на волне.

одна вверх, вторая вниз

Едет поезд , колеса стучат!

ребром ладони двигаем по коленям

В поезде много веселых ребят!

подушечками пальцев поочередно нажимаем на колени.

Пальчиковая игра «Пошли пальчики гулять»

Пошли пальчики гулять,

(руки сжаты в кулаки, большие пальцы

«бегут» по столу)

А вторые догонять.

(по столу «бегут» указательные пальцы)

Треть пальчики бегом,

(средние пальцы)

А четвертые пешком.

(безымянные пальцы)

Пятый пальчик поскакал

(касаться стола ритмично обоими

мизинцами)

И в конце пути упал.

(хлопнуть кулаками по столу)

Пальчиковая гимнастика «Машина каша»

Маша каши наварила,
(Указательным пальцем правой руки дети мешают в левой ладошке)

Маша кашей всех кормила.
Положила Маша кашу
Кошке — в чашку,
(Загибают пальцы левой руки.)

Жучке — в плошку,
А коту — в большую ложку.
В миску курицам, цыплятам
И в корытце пороссятам.
Всю посуду заняла,
(Разжимают кулачок.)

Все до крошки раздала.
(Сдувают «крошку» с ладошки.)

Пальчиковая гимнастика

«Не плачь, куколка моя»

Не плачь, куколка моя,
(Имитировать укачивание куклы.)

Остаешься ты одна.
Не могу с тобой играть,
Нужно мне перестирать:
Твои платья и носки,
(Загибать поочередно пальцы.)

Твои юбки и чулки,
Свитер, варежки, жакет,
Шапочку, цветной берет.
Я налью воды чуток,
В таз насыплю порошок.
(Имитировать движения, описанные в стихотворении.)

Пену снежную взобью,
Постираю и пойду.
Пока светит солнышко.
Натяну веревочку.
К ней одежду прикреплю.
Ветерком все просушу.
Утюгом туда-сюда
Белье быстро глажу я.
Поработали вдвоем,
А теперь и отдохнем.
(Положить ладони на колени.)

Пальчиковая гимнастика «Моем руки»

Ай, вода, вода, вода!
Будем чистыми всегда
*(ритмично потирают ладошки, имитируя
мытьё рук)*!

Брызги — вправо, брызги — влево!
Мокрым стало наше тело
*(пальцы сжаты в кулачок, затем с силой
выпрямляют пальчики, как бы стряхивая
воду)*!

Полотенчиком пушистым,
Вытрем руки очень быстро
*(энергичные движения имитируют
поочерёдное вытирание рук полотенцем)*.

Пальчиковая гимнастика «Утром пальчики проснулись»

Утром пальчики проснулись
(разжимают кулачки),
Потянулись
(напрягают, разводят пальцы)
И встряхнулись
(встряхивают кисти),
Крепко-крепко обнялись
(имитация рукопожатия),
За работу принялись
(«закатывают рукава»),
Налепили куличей
(ладошки «лепят» пирожки),
Стали звать к себе гостей
(приглашающие движения кистями рук),
Заиграли на рояле
(имитируют игру на клавишах)
И весь день протанцевали
(ручки «танцуют»).



Пальчиковая гимнастика
«Кап-кап-кап», - капель звенит»

«Кап-кап-кап», - капель звенит,
*(Стучим правым указательным пальцем по
левой ладошке)*

Словно с нами говорит.
*(Стучим левым указательным пальцем по
правой ладошке)*

Плачут от тепла сосульки
*(Руки поднимаем вверх, кисти рук опускаем
вниз, пальцы разводим, трясем кистями)*

И на крышах талый снег.
(Соединяем руки над головой углом)

А у всех людей весною
(Разводим руки в стороны)

Это вызывает смех!
(Хлопаем в ладоши и улыбаемся)

Пальчиковая гимнастика
«Дай нам, солнышко, тепла»

Мы ладошки протянули
И на солнышко взглянули.
*(Дети протягивают ладошки вперед 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.)*