**Картотека пальчиковой гимнастики для детей 3-4 лет.**

**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 первоначальным, "паучки" ползают на голове).*

**Дом**

Я хочу построить дом, *(руки сложить домиком, и поднять над головой)*

Чтоб окошко было в нём, *(п****альчики****обеих рук соединить в кружочек)*

Чтоб у дома дверь была, *(ладошки 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 ладошки и медленно раскрываем****пальчики -****"бутончик тюльпана")*

**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****)*.

**Кормушка**

Сколько птиц в кормушке нашей *(ритмично сжимают и разжимают кулачки)*

Прилетело? Мы расскажем.

Две синицы, воробей,

Шесть щеглов и голубей,

Дятел в пестрых крылышках.

Всем хватило зернышек.

**Пальчик**, **пальчик, прячься**

**Пальчик прячется в ладошку**.

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.

**Дом**

Стук, постук, раздаётся где – то стук *(стучим кулачками друг о друга).*

Молоточками стучат, строят домик для зайчат

Вот с такою крышей, *(ладошки над головой)*

Вот с такими стенами, *(ладошки около щёчек)*

Вот с такими окнами, *(ладошки перед лицом)*

Вот с такою дверью *(одна ладошка перед лицом)*

И вот с таким замком *(сцепляем ручки).*

**Строим дом**

Молотком стучу, стучу, *(постукиваем кулачком правой руки по расправленной ладони левой руки)*

Сто гвоздей заколочу. *(То же движение, но меняем руки.)*

Буду строить дом, дом, *(ставим поочерёдно кулачок на кулачок)*

Будем жить в нём, в нём. *(Поднимаем ладони, соединяем****пальцы****, изображая крышу дома.)*

**Домик**

Я гуляю во дворе *(хлопки ладошками по коленкам поочередно каждой рукой)*,
Вижу домик на горе *(ритмичные хлопки ладошками).*
Я по лесенке взберусь *(раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев)*И в окошко постучусь.
Тук, тук, тук, тук! *(поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой).*

**Тесто**

Тесто ручками помнём *(сжимаем и разжимаем****пальчики****, как будто мнём тесто.)*

Сладкий тортик испечём,

Серединку смажем джемом, *(круговые движения ладошками по плоскости стола.)*

А верхушку сладким кремом.

И кокосовою крошкой *(сыплем* *«крошку»* ***пальчиками обеих рук****)*

Мы присыплем торт немножко,

А потом заварим чай (*«завариваем»* *чай).*

В гости друга приглашай.

**Солнышко, солнышко**

Солнышко, солнышко *(хлопают ладонями)*

Золотое донышко,

Гори, гори ясно, *(сгибают и разгибают ладони.)*

Чтобы не погасло.

Побежал в саду ручей, *(показывают волну)*

Прилетели сто грачей, *(машут руками)*

А сугробы тают, тают, *(опускают руки вниз)*

А цветочки подрастают *(поднимают руки вверх).*

**Солнышко – вёдрышко**

Солнышко – вёдрышко, (*сделайте* *«солнышко»* *из****пальчиков****– соедините указательные и большие****пальцы правой и левой руки****)*

Выгляни в окошко,

Твои детки плачут, *(указательный и средний****пальцы левой руки****«скачут»* *по ладошке правой)*

По камушкам скачут.

Дождик – дождик, полно лить, *(ребёнок грозит указательным****пальцем правой руки****)*

Малых детушек мочить (*ребёнок* *«стряхивает воду»* *с правой руки, затем – с левой)*.

**Солнышко**

Утром солнышко встаёт выше, выше, *(руки высоко вверх)*
Ночью солнышко зайдет ниже, ниже *(руки вниз).*
Хорошо-хорошо солнышку живётся, *(делаем ручками фонарики)*
И нам вместе с солнышком весело живётся *(хлопаем в ладоши).*

**Рыбки**

Рыбка плавает в водице, *(движения ладошками слева направо)*

Рыбке весело играть *(ладошка* *«ударяет по воде»*).

Рыбка, рыбка, озорница, *(то же самое движения)*

Мы хотим тебя поймать *(хлопок в ладони)*.

**Рыбка**

Рыбка в озере живёт
Рыбка в озере плывёт *(ладошки соединены и делают плавные движения)*
Хвостиком ударит вдруг *(ладошки разъединить и ударить по коленкам)*
И услышим мы – плюх, плюх! *(ладошки соединить у основания и так похлопать)*

**Этот пальчик…**

Этот **пальчик – дедушка**, *(загните большой палец)*

Этот **пальчик – бабушка**, *(загните указательный палец)*

Этот **пальчик – папочка**, *(загните средний палец)*

Этот **пальчик – мамочка**, *(загните безымянный палец)*

Этот **пальчик – я** *(загните мизинец).*

Вот и вся моя семья! *(вращайте кисть, разведя****пальцы в стороны****)*.

**Вышли пальчики гулять**

Раз, два, три, четыре, пять *(поочерёдно разгибаем****пальчики из кулачков****, начиная с большого****пальца****.)*

Вышли **пальчики гулять**,

Раз, два, три, четыре, пять *(поочерёдно сгибаем****пальчики****в кулачки начиная с мизинца.)*

В домик спрятались опять.

**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****.)*

**По грибы** (потешка)
Раз, два, три, четыре, пять,
Мы идём грибы искать!
Этот пальчик в лес пошёл,
Этот пальчик гриб нашёл.
Этот пальчик чистить стал.
Этот пальчик всё съел,
Оттого и потолстел *(попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца*).

**Погреем пальчики**

Снег руками собирали,

Наши **пальчики устали** *(энергично сжимают и разжимают****пальцы обеих рук****).*

Мы их будем растирать,

Мы их будем согревать *(энергично потирают ладонь о ладонь).*

Чтобы стали горячее,

Энергично разминать *(делают массирующие движения)*.

**Зима**

Раз, два, три, четыре, пять *(по очереди разгибайте****пальцы****, сжатые в кулак)*

Собираемся гулять *(покажите растопыренные****пальцы правой руки****).*

Катя саночки везёт *(проведите указательным и средним****пальцами****правой руки по столу)*

От крылечка до ворот,

А Серёжа на дорожке *(сложив****пальцы****«щепоточкой»*, *делайте бросающие движения)*

Голубям бросает крошки.

Девочки и мальчики

Прыгают, как мячик *(помашите кистями правой и левой руки).*

**Замок**

На дворе висит замок *(****пальцы рук в кулачках****).*

Кто его открыть бы мог?

Потянули, *(движения кисти к себе)*

Покрутили, *(круговые движение кистью)*

Постучали – *(основания ладоней стучат друг о друга)*

И открыли! *(****пальцы разжимаются****)*

**Пришла весна**

Весна пришла красная, *(вращайте кисти рук)*

Пришла весна ясная.

Птицы громко поют, *(соединяйте и разъединяйте указательные****пальцы со средним –****«птицы открывают и закрывают клюв»*)

Людям спать не дают.

Пчёлы гудят

В поле летят *(помашите кистями рук).*

С поля идут, *(указательный и средний****пальцы сначала правой****, а за тем левой руки «идут»* *по столу)*

Медок несут.

**Дом на поляне**

На поляне дом стоит, *(сложите ладони домиком, так чтобы большие****пальцы не соприкасались****)*

Путь к нему пока закрыт *(большие****пальцы опускаются****, соприкасаясь друг с другом).*

Мы ворота открываем, *(****пальцы****по – прежнему под углом, только широко расставлены)*

В этот домик приглашаем.

**За ягодами**

Раз, два, три, четыре, *(****пальчики обеих рук****«здороваются»*.)

В лес идём погулять, *(****пальчики*** *«шагают»)*

За черникой, *(загибают по одному****пальцу****)*

За малиной,

За брусникой,

За калиной.

Землянику мы найдём

И братишке принесём.

**На лужок**

*(Сгибание****пальцев****в кулачок в ритме потешки, при перечислении животных сгибать* ***пальцы****на обеих руках поочерёдно.)*

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот.

Приходи и ты, дружок!

**Пирог**

Падал снег на порог. *(Опускают ладони медленно.)*

Кот слепил себе пирог. (*«Лепят»* *пирог*.)

А пока лепил и пёк,

Ручейком пирог утёк. (***Пальчики****«бегут»*.)

Пирожки себе пеки (*«Пекут»* *пироги.)*

Не из снега – из муки.

**Хлеб**

Муку в тесто замесили, *(*с*жимают и разжимают пальчики)*

А из теста мы слепили: *(прихлопывают ладошками, «лепят».*

Пирожки и плюшки,

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи – *(поочередно разгибают пальчики, начиная с мизинца)*

Всё мы испечем в печи *(обе ладошки разворачивают вверх).*

Очень вкусно!

**Тесто**

Тесто мы месили *(сжимаем кисти рук),*
Мы пирог лепили *(ладошки лепят).*
Шлёп, шлёп,
Шлёп, шлёп
Слепим мы большой пирог*! (разводим руки)*

**Хозяйка**

Кукле кашу я сварю: *(мешаем кашу)*
В миску молока налью, *(наливаем молоко)*
Положу туда крупу *(насыпать крупу)*
И поставлю на плиту *(поставить на плиту)*.
Будет каша хороша! *(хлопать в ладоши)*
Кушай, кукла, не спеша *(пригрозить пальчиком).*

**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, (п*оочередно разгибают пальчики из кулачка, начиная с большого)*

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

**Овощи**

У девчушки Зиночки

Овощи в корзиночке (*дети делают ладошки «корзинкой****»****):*

Вот пузатый кабачок

Положила на бочок,

Перец и морковку

Уложила ловко,

Помидор и огурец (*сгибают пальчики, начиная с большого)*.

Наша Зина - молодец!

Показывают большой палец.

**Новогодние игрушки**

Праздник приближается,

Елка наряжается *(поднимают руки вверх «к макушке елки» и, опуская вниз, разводят  в стороны).*

Мы развешали игрушки:

Бусы, шарики, хлопушки *(поочередно соединяют большой палец с остальными)*.

А здесь фонарики висят,

Блеском радуют ребят *(крутят ладошками в воздухе - «фонарики»).*

**Мышка**

*Выполнение действий в соответствии с содержанием стихотворений*

Мышка зернышко нашла

И на мельницу снесла.

Намолола там муки,

Испекла всем пирожки:

Мышонку — с капустой,

Мышонку — с картошкой,

Мышонку — с морковкой,

Мышонку — с морошкой.

Для большого толстяка

Все четыре пирожка:

С капустой, с картошкой,

С морковкой, с морошкой.

**Осень**

Ветер по лесу летал, *(дети делают кистями плавные движения вперед – к груди)*

Ветер листики считал:

Вот дубовый, *(поочередно загибают пальцы на руке)*

Вот кленовый,

Вот рябиновый резной,

Вот с березки – золотой,

Вот последний лист с осинки

Ветер бросил на тропинку *(встряхивают кистями рук).*

**Посуда**

Девочка Иринка порядок наводила *(показывают большой палец).*

Девочка Иринка кукле говорила:

«Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в масленке,

Хлебушек должен быть в  хлебнице,

А соль? Ну, конечно, в солонке!» (*Поочередно соединяют большой палец с остальными)*

**Стирка**

Постираю чисто, с толком *(делают движения кулачками, имитирующие стирку)*

Рубашку, кофту и футболку,

Свитерок и брюки – *(по очереди разгибают пальцы руки, при повторе то же с другой рукой).*

Устали мои руки! *(Встряхивают обе руки).*

**Мебель**

Мебель я начну считать:

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет,

Шкаф, комод и табурет *(пальцы обеих рук поочередно зажимают в кулачки).*

Много мебели назвал -

Десять пальчиков зажал! (*Поднимают зажатые кулачки вверх).*

**Наша армия**

Аты-баты, аты-баты!

На парад идут солдаты!

Вот идут танкисты,

Потом артиллеристы,

А потом пехота -

Рота за ротой! (*Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки).*

**Наши мамы**

Много мам на белом свете,

Всех их очень любят дети! (*Разводят руки в стороны, затем крепко обхватывают  себя за плечи)*.

Журналист и инженер,

Повар, милиционер,

Швея, кондуктор и учитель,

Врач, парикмахер и строитель – *(поочередно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке).*

Мамы разные нужны, *(сжимают обе ладошки в «замочек»).*

Мамы разные важны! *(Разводят руки, поднимают ладошками вверх. - «фонарики»).*

**Транспорт**

Будем пальчики сгибать – *(сжимают и разжимают пальчики)*

Будем транспорт называть:

Автомобиль и вертолет,

Трамвай, метро и самолет *(поочередно разжимают пальчики, начиная с мизинца).*

Пять пальцев мы в кулак зажали,

Пять видов транспорта назвали *(сжимают пальцы в кулачок, начиная с большого)*.

**Цветы**

*Выполнять действия в соответствии с содержанием стихотворения*

Наши алые цветки

Раскрывают лепестки.

Ветерок чуть дышит,

Лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки,

Тихо засыпают,

Головками качают**.**

**Насекомые**

Дружно пальчики считаем

Насекомых называем: *(сжимаем и разжимаем пальцы)*

Бабочка, кузнечик, муха,

Это жук с зеленым брюхом *(поочередно сгибаем пальцы в кулак).*

Это кто же тут звенит? *(вращаем мизинцем)*

Ой, сюда комар летит!

Прячьтесь! *(прячем руки за спину)*

**Игрушки**

У Антошки есть игрушки:

Вот веселая лягушка.

Вот железная машина.

Это мяч. Он из резины.

Разноцветная матрешка

И с хвостом пушистым кошка *(поочередно сгибают пальчики в кулачок, начиная с большого)*.

**Дикие животные**

Это зайчонок, это бельчонок,

Это лисенок, это волчонок, *(сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца).*

А это спешит, ковыляет  спросонок

Бурый, мохнатый, смешной  медвежонок *(вращают большим пальцем).*

**Домашние животные**

Довольна корова своими телятами,

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья?

Поросятами!

Довольна коза своими козлятами,

А я довольна своими ребятами! *(Показывают поочередно пальцы сначала на одной, затем на другой руке, начиная с больших)*

Ой, сюда комар летит!

Прячьтесь! *(прячем руки за спину)*

**Профессии**

Много есть профессий знатных, *(соединять пальцы правой руки с большим)*

И полезных, и приятных (с*оединять пальцы левой руки с большим*).

Повар, врач, маляр, учитель,

Продавец, шахтёр, строитель *(последовательно соединять пальцы обеих рук с большим*).

Сразу всех не называю, *(сжимать и разжимать кулачки)*

Вам продолжить предлагаю *(вытянуть руки вперёд ладонями вверх).*

**Времена года**

Круглый год, круглый год! *(Сжимают в кулачок пальцы правой руки и вращают*

*большим пальцем.)*

За зимой весна идет,

А за весною следом

Торопится к нам лето.

И у кого не спросим -

Идет за летом осень.

А за осенью сама

Вновь идет, спешит зима *(поочередно соединяют большой палец с остальными*

*(на каждое время года), повторяют другой рукой).*

**Прогулка**

Раз, два, три, четыре, пять *(загибаем пальчики)*
Мы во двор пошли гулять *(указательным и средними пальчиками "идем" по столу)*
Бабу снежную слепили *(катаем ручками "комок")*
Птичек крошками кормили *("кормим птичек ")*
С горки мы потом катались *(ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)*А ещё в снегу валялись *(кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)*
Все в снегу домой пришли *(отряхиваем ладошки)*
Суп поели *("едим суп")*,
Спать легли *(ладошки под щечку).*

**Снежок**

Раз, два, три, четыре, *(загибать пальчики)*
Мы с тобой снежок слепили *(лепить, меняя положение ладоней)*
Круглый, крепкий, очень гладкий *(показывают круг, гладят ладони друг о друга).*
Раз – подбросим, *("подбросить", посмотреть вверх)*
Два – поймаем, *(" ловят")*
Три – уроним *("роняют")*
И … сломаем! *(топают)*

**Червячки**

Раз, два, три, четыре, пять,
Червячки пошли гулять *(ручки лежат на столе, ладошками вниз, сгибаем и разгибаем пальчики)*.
Вдруг, ворона выбегает, *(пальчики «бегут» по столу)*
Каркает: «Вот и обед» *(указательный и большой пальчики «каркают»)*.
Глядь *(разводим ручками)*,
а червячков уж нет *(сжимаем пальчики в кулачки)*.

**Апельсин**

Мы делили апельсин *(левая рука в кулачке, правая её обхватывает),*
Много нас, а он один.
Эта долька – для ежа *(правой рукой поочередно разжимаем пальчики на левой руке)*,
Эта долька – для чижа,
Эта долька – для котят,
Эта долька - для утят,
Эта долька - для бобра,
А для волка – кожура! *(встряхиваем обе кисти)*

**Капуста**
Мы капусту рубим, рубим (ладошками рубим)
Мы капусту трём, трём (кулачки трут друг друга)
Мы капусту солим, солим (солим щепоткой)
Мы капусту мнём, мнём (пальчики сжимаем и разжимаем)
В баночку кладём и пробуем.

**Комар**

Летит муха вокруг уха, жжж (водим пальчиком вокруг уха)
Летят осы вокруг носа, сссс (водим пальчиком вокруг носа)
Летит комар, на лоб - оп (пальчиком дотрагиваемся до лба)
А мы его - хлоп (ладошкой до лба)
И к уху, зззз (зажимаем кулачок, подносим его к уху)
Отпустим комара? Отпустим!
(подносим кулачок ко рту и дуем на него, разжимая ладошку)

**Котик**(выполнять действия по смыслу)

Котик лапкой умывается,
Видно, в гости собирается.
Вымыл носик.
Вымыл ротик.
Вымыл ухо.
Вытер сухо.

**Курочка**
Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать (хлопаем ручками по коленкам)
А за ней ребятки - жёлтые цыплятки (идём пальчиками)
Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко! (грозим пальчиком)
Лапками гребите (загребаем ручками),
Зёрнышки ищите (клюём пальчиками зёрнышки)
Съели толстого жука, дождевого червяка (показываем ручками, какой толстый жук)
Выпили водицы полное корытце (показываем как черпаем воду и пьём).

**Лужок**

На лужок пришли зайчата,
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот.
На зелёный на лужок
Приходи и ты, дружок! (сгибать пальчики в кулачок в ритме потешки, при перечислении животных сгибать пальчики на обеих руках поочерёдно, на последней строчке помахать ладонями)

**Сорока-белобока.**
Сорока - белобока кашку варила, деток кормила.
(взрослый слегка щекочет ладошку ребенка)
Этому дала, (загибает мизинчик ребенка)
этому дала, (загибает безымянный пальчик)
этому дала, (загибает средний пальчик)
этому дала, (загибает указательный пальчик)
а этому не дала: (шевелит большой пальчик)
ты дров не носил, печку не топил, тебе каши не дадим! (слегка щекочет ребенка)

**Пальчики.**
Этот пальчик хочет спать.
(взрослый разворачивает левую ручку ладошкой к себе, правой ручкой загибает мизинчик на левой руке)
Этот пальчик лег в кровать. (загибает безымянный пальчик)
Этот пальчик чуть вздремнул. (загибает средний пальчик)
Этот сразу же уснул. (загибает указательный пальчик)
Этот крепко-крепко спит и тихонечко сопит. (загибает большой пальчик)
Солнце красное взойдет, утро ясное придет,
Будут птички щебетать, будут пальчики вставать! (поднимает левую ручку и распрямляет все пальчики)
Повторить то же самое с правой рукой.

**Белочка.**
(по мотивам народной песенки)
Сидит белка на тележке,
Продаёт свои орешки;
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке косолапому,
Заиньке усатому.
(поочерёдно разгибать все пальцы, начиная с большого)

**Стишок для запоминания названий пальчиков.**
Палец Толстый и Большой
В сад за сливами пошел. (загибает /разгибает/ большой пальчик)
Указательный с порога
Указал ему дорогу. (загибает /разгибает/ указательный пальчик)
Палец Средний - самый меткий,
Он снимает сливы с ветки. (загибает /разгибает/ средний пальчик)
Безымянный поедает, (загибает /разгибает/ безымянный пальчик)

А Мизинчик-господинчик
В землю косточки сажает. (загибает /разгибает/ мизинчик пальчик)

**Мальчик-пальчик.**
(Пальцы сжаты в кулачок)
- Мальчик-пальчик,
Где ты был? (разгибается большой палец)
- С этим братцем в лес ходил, (разгибается указательный)
С этим братцем щи варил, (разгибается средний)
С этим братцем кашу ел, (разгибается безымянный)
С этим братцем песни пел. (разгибается мизинец)

 **Есть игрушки у меня.**
Есть игрушки у меня: (хлопать в ладоши)
Паровоз и два коня,
Серебристый самолёт,
Три ракеты, вездеход,
Самосвал,
Подъёмный кран. (загибать поочерёдно пальчики)

**Пчела.**
(Помахать руками.)
Прилетела к нам вчера
Полосатая пчела
(На каждое название насекомого загибать один пальчик.)
А за нею шмель-шмелёк
И весёлый мотылёк,
Два жука и стрекоза,
Как фонарики глаза.
(Помахать ладошками и уронить ладони на стол.)
Пожужжали, полетали,
От усталости упали.