Картотека пальчиковой гимнастики для детей 2 – 3 лет

**«Игрушки»**

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

Я с игрушками играю: (р*уки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук*.)

Мячик я тебе бросаю, (п*ротягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)*

Пирамидку собираю, (п*рямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз.)*

Грузовик везде катаю. *(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)*

**«Игрушки»**

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

Мой весёлый круглый мяч, (о*дной 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.)*

**«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)*

Я поем ещё чуть-чуть, (*другой рукой достать воображаемые ягодки и отправить их в рот)*

Лёгким будет к дому путь! *(Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше).*

**«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! *(Погрозили пальчиком.)*

И в корзинку не берём! (*Прямая ладонь от себя – отодвигающий жест.)*

**«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.)*

**«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!

**«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!

**«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».)*

**«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 поочерёдно.)*

Тут и свёкла, и горох,

А картофель разве плох?

Наш зелёный огород *(хлопают в ладоши.)*

Нас прокормит целый год.

**«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.)*

**«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 (с*жимают и разжимают пальцы.)*

И на ножки надевают

Папа, мама, брат и я – (з*агибают пальцы на руках.)*

Любит обувь вся семья. *(«Шагают» пальцами по столу.)*

**«Посуда»**

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

Из тарелок, как один, (л*адони 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.)*

**«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, (*поочерёдно разгибают пальцы, начиная с мизинца.)*

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи –*(обе ладони разворачивают вверх.)*

Всё мы испечем в печи.

Очень вкусно! (*Гладят животы.)*

**«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… (р*ука за ухом.)*

**«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 мчаться.

**«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, (х*лопнуть в ладоши.)*

Сладости, игрушки. (*Вертим кистями.)*

**«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.

**«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.)*

**«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.

**«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.)*

**«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.

**«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.

**«День Защитника Отечества»**

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Илья Муромец – (*приосаниться.)*

Добрый молодец. (*Показать бицепсы.)*

Зорко в даль глядит (*рука козырьком.)*

Да врагов разит. («*Бросить копьё».)*

**«Дикие животные жарких стран»**

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

Хобот носит только он – (*рукой плавно двигаем перед собой – изображаем хобот.)*

Лопоухий серый слон. *(Приставляем руки к ушам.)*

**«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.)*

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

**«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, (*ладошки вместе «ныряют» вперёд.)*

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

**«Домашние птицы и их детёныши»**

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

Есть у курицы цыплёнок, *(большим пальцем поочерёдно касаются остальных, начиная с мизинца.)*

У гусыни есть гусёнок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утёнок.

У каждой мамы малыши – *(перебирают пальцы по очереди.)*

Все красивы, хороши.

**«Дикие птицы»**

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Дятел дерево долбит: *(одна ладонь прямая – это «дерево», другая – «дятел» - кулачком стучите о неё.)*

Тук-тук-тук.

Целый день в лесу стоит (*смена рук.)*

Стук-стук-стук.

**«Наш дом»**

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

Этот дом – одноэтажный. *(Разгибают пальцы из кулака, начиная с мизинца.)*

Этот дом – он двухэтажный.

А вот этот – трёхэтажный.

Этот дом – он самый важный:

Он у нас пятиэтажный.

**«Мебель»**

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

На кроватке мы поспали*, (руки под щёку.)*

Вещи в шкаф уже убрали. (*Свободно двигаем руками – «убираем вещи».)*

Мы на стуле посидели (*ладонью одной руки накрываем кулак другой.)*

И за столиком поели. (*Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)*

**«Транспорт»**

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

По шоссе идут машины,*(крутим воображаемый руль.)*

По асфальту едут шины. (*Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)*

По дороге не беги, (*погрозили пальцем.)*

Я скажу тебе: «Би-би». (*Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим».)*

**«Весна»**

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

Вот уж две недели (*опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.)*

Капают капели.

Снег на солнце тает (*руки ладонями вниз разведены в стороны.)*

И ручьём стекает. *(Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.)*

**«Насекомые»**

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

Мы пошли гулять на луг,*(«Идём» указательными и средними пальцами обеих рук.)*

А по лугу ползал жук! (*Одна рука «ползёт» по бедру или по одной руке).*

**«Лето»**

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

Солнцем ласковым согрето, *(«идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*

За весной приходит лето.

Будем в озере нырять *(«ныряем» соединёнными вместе ладонями от груди вперёд.)*

И цветочки собирать. *(«Срываем» одной рукой и «собираем» в другую.)*

**«Цветы»**

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

Ромашки белые цветки – *(ладонь вперёд, пальцы раздвинуть – это «ромашка».)*

Как пальцы маленькой руки.

И вот слетаются жуки (*перебираем пальцы «руки-ромашки» по одному.)*

Считать ромашки лепестки.

**«Космос»**

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

Утро – солнце всходит. (*Поднимаем растопыренную ладошку.)*

Ночь – луна приходит. (*Поднимаем другую руку, пальцы полукругом – «месяц».)*

**Пальчик, мальчик**

*Все пальцы, кроме  большого, зажаты в кулак. Большой палец оттопырен.*

-  Пальчик, мальчик,

Где ты был?

 -  С этим братцем – в лес ходил.

(*Показать указательный палец.)*

 -  С этим братцем -  щи варил.

(*Показать средний палец.)*

 -  С этим братцем -  кашу ел.

 (*Показать безымянный палец.)*

 -  С этим братцем -  песни пел.

(*Показать мизинец.)*

**В гости к пальчику большому**

*Все пальцы сжаты в кулак*.

В гости к пальчику большому  (*оттопырить большой палец)*

Приходили прямо к дому:

 Указательный  (*показать указательный палец)*

И средний,  (*показать средний палец)*

 Безымянный  (*показать безымянный палец)*

И последний

 Сам мизинчик-малышок

 Постучался на порог. (*Показать мизинчик. Затем все пальцы сжать в кулачки и постучать кулачками перед собой.)*

 Пальцы все друзья, *(сжать* *обе руки в замок)*

 Друг без друга им нельзя. *(Имитация мытья рук.)*

**Дождик**

*Сидя  за  столом,  кисти  рук  лежат  на  столе.*

Дождик – дождик,

Полно  лить,

Малых  детушек

Мочить. *(Постукивать  по  поверхности  стола  подушечками  пальцев  обеих  рук:  сначала  большим  пальцем,  потом  указательным  и  т.д.)*

**Наш малыш**

Этот пальчик — дедушка,

Этот пальчик — бабушка,

Этот пальчик — папочка,

Этот пальчик — мамочка,

Этот пальчик — наш малыш. (*Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.)*

**Моя семья**

 Вот дедушка,

 Вот бабушка,

 Вот папочка,

 Вот мамочка,

 Вот деточка моя,

 А вот и вся семья. *(Поочередно пригибать пальчики к ладошке, начиная с большого, а со слов «А вот и вся семья» второй рукой охватывать весь кулачок.)*

**Веер**

 Солнце светит очень ярко, *(помахать  руками  над  головой.)*

 И ребятам очень  жарко. *(Погладить  пальчиками  обеих  рук  своё  лицо.)*

 Достаем красивый веер, *(согнуть  руки  в  локтях,  поднять  ладошки  перед  лицом,  пальцы  на  каждой  руке  раздвинуты.)*

 Пусть прохладою повеет. *(Помахать  руками  на  лицо.)*

Т. Сикачева

**Сидит  белка  на  тележке**

 Сидит белка на тележке,

 Продает она орешки:

 Лисичке-сестричке,

  Воробью, синичке,

  Мишке толстопятому,

  Заиньке усатому... *(Поочередно разгибать все пальцы, начиная с большого*.)

**Встали пальчики**

 Этот пальчик хочет спать,

 Этот пальчик — прыг в кровать,

 Этот пальчик прикорнул,

 Этот пальчик уж заснул.

 Встали пальчики : «Ура!»

 В детский сад идти пора!

(*Поочередно пригибать пальцы к ладошке, начиная с мизинца. Затем большим пальцем касаться всех остальных — «будить». Одновременно с восклицанием «Ура!» кулачок разжать, широко расставив пальцы в стороны.)*

**Шарик**

Надувайся, шарик,  больше!

Лучше  щёчки  раздувай!

Поиграй  ты  с  нами  дольше:

 Катись,  прыгай  и  летай!

*(Кончики  пальцев  обеих  рук  прижать  друг  к  другу,  ладошками  образовать  маленький,  а  затем – большой  «шарик».  Когда  воздух  «выходит»,  принять  ладонями  исходное  положение.)*

**Жук**

Я веселый Майский жук.

 Знаю все

 Сады вокруг,

 Над лужайками

 Кружу,

 А зовут меня

 Жу-жу... *(Сжать кулачок. Указательный палец и мизинец развести в стороны («усы»). Шевелить «усами».)*

**Улиточка (народная  потешка)**

У улитки-крошки

 Подрастают рожки.

 Научу ее ходить,

 Если будут ножки. *(Пальцы сжать в кулачок. Выдвинуть указательный палец и мизинец. Продвигаясь медленно вперед, «улитка» шевелит «усиками».)*

**Зайчик и кольцо**

Прыгнул заинька с крылечка

И в траве нашел колечко.

А колечко непростое —

 Блестит, словно золотое.

*(Упражнение основано на  переходе из одной позиции в другую:*

*а)  пальцы — в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны;*

*б)   большой   и  указательный   пальцы  соединить в кольцо, остальные пальцы развести в стороны.)*

**Очки** (перевод  И.Токмаковой)

 — Что стряслось у тети Вали?

 — У нее очки пропали!

Нет очков у тети Вали —

Очевидно, их украли! *(Образовать два кружка из больших и указательных пальцев обеих рук, соединив их.)*

С.Михалков

**Стульчик**

 «Стульчик» ты из рук сложи

 И детишкам покажи.

*(Левую руку поднять вертикально вверх. Прямые пальцы плотно прижать друг к другу. Правую руку в положении кулачка прижать к левой ладошке большим пальцем к себе. Если упражнение выполняется легко, то можно менять положение рук попеременно па счет «раз», «два».)*

**Флажок**

 Горит на солнышке флажок,

 Как будто я огонь зажег.

(*Четыре прямых пальца правой руки (кроме большого) плотно прижать друг к другу. Отвести правую руку в сторону. Развернуть ее так, чтобы большой палец, оттянутый до отказа, оказался внизу.)*

А. Барто

**Домик**

 Дом мы строим

 Выше, выше!

 Есть окошки в нем

 И крыша. *(Создать угол - «крышу» пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом. Большие пальцы соединить по прямой линии. Получится треугольная «крыша» с «окном». Раздвинуть шире запястья, а локти прижать к туловищу. Получится «высокий дом».)*

**Зайка**

Зайка, зайка, где твой хвост? *(хлопки)*

 — Вот, вот, вот! *(руки за спиной, показать)*

 Зайка, зайка, где твой нос? *(хлопки)*

 — Вот, вот, вот! *(показать нос)*

 Зайка, зайка, лапы где? *(хлопки)*

 — Вот, вот, вот! *(показать руки)*

 Зайка, зайка, ушки где? *(хлопки)*

 — Вот, вот, вот! *(показать ушки)*

**Ворона**

 У вороны голова, *(руки на голове)*

 ва-ва-ва-ва *(4 хлопка*)

 Клюв и крылья, *(руки у носа, «крылья»)*

 Хвостик, ноги, *(руки за спиной, топать*)

 оги-оги-оги-оги *(4 хлопка*)

**Кошки – мышки**

 Вот кулак, *(показать кулак левой руки*)

 А вот – ладошка, *(раскрыть пальцы, ладонь  вверх)*

 На ладошку села кошка. *(«Когти» правой руки водят по ладошке левой)*

 Села мышек посчитать,

 Раз, два, три, четыре пять. *(Правой рукой загибать по одному пальцу левой)*

 Мышки очень испугались, *(вращать кулаком)*

 В норки быстро разбежались. *(Спрятать кулак под правую подмышку)*

**Маленькие  ножки  идут  по  дорожке**

*ИП:  сидя  за  столом,  руки  лежат  на  столе.*

 Маленькие  ножки

 Идут  по  дорожке. *(Ходьба  пальчиками  по  столу  вперёд  и  обратно.)*

 Большие  ножки

 Бегут  по  дорожке. *(Бег  пальчиками  по  столу  вперёд  и  обратно.)*

**Моя  семья**

Вот  мой  папа, *(Все  пальцы  сжаты  в  кулак.  Показать  большой  палец.)*

 Рядом  мама, *(Показать  указательный  палец.)*

 Брат, *(Показать  средний  палец.)*

 Сестра, *(Показать  безымянный  палец.)*

 А  это  я. *(Показать  мизинчик.  Похлопать  в  ладоши.)*

 Вот  и  вся  моя  семья!

**Дождик,  дождик,  веселей**

Дождик,  дождик,  веселей! *(Указательным  пальцем  правой  руки  стучать  по  ладошке  левой  руки.)*

 Капли,  капли  не  жалей. *(Стучать  указательным  пальцем  по  каждому  пальцу  левой  руки,  начиная  с мизинца  и  обратно.)*

 Только  нас  не  замочи, *(Указательным  пальцем  левой  руки  стучать  по  ладошке  правой  руки.)*

 Зря  в  окошко  не  стучи. *(Стучать  указательным  пальцем  по  каждому  пальцу  правой  руки,  начиная  с  мизинца  и  обратно.)*

**Сорока – белобока**

Сорока – белобока

 Кашу  варила, *(пальцы  левой  руки  соединить  вместе.  Указательным  пальцем  правой  руки  «мешать  кашу»  в  центре  ладошки  левой  руки.)*

 Деток  кормила.

 Этому  дала, *(указательным  и  большим  пальцами  правой  руки*  *загибать  к  центру  ладошки  большой  палец  левой  руки.)*

 Этому  дала, *(загибать указательный  палец.)*

 Этому  дала, *(загибать  средний  палец.)*

 Этому  дала, *(загибать  безымянный  палец.)*

 А  этому  не  дала. *(Подёргать  мизинчик.)*

 Ты  воды  не  носил,

 Дров  не  рубил,

 Каши  не  варил –

 Тебе  нет  ничего.

**Кораблик**

Вот плывет кораблик мой, *(руки – «полочка» покачиваются*)

Он плывет ко мне домой. *(Руки вперед, ладони сомкнуть углом)*

Крепко я держу штурвал -  *(«держать штурвал»)*

Я ведь главный капитан (*4 хлопка)*

**Разминка**

 Ты, утенок, не пищи!

 Лучше маму поищи.

*(Сжимать в кулачки и разжимать пальцы сразу двух рук.)*

**Цветок**

 Набухай  скорей,  бутон,

 Распусти  цветок – пион!

*(Подушечки  пальцев  обеих  рук  сомкнуть.  Ладошки  немного  округлые.  Получается  «бутон».*

*Нижние  части  ладоней  прижать  друг  к  другу,  а  пальцы  широко  раздвинуть  по  кругу  и  немного  прогнуть.  Получается  большой,  раскрытый  «цветок».)*

**Погладим котенка**

 — Киса, кисонька, кисуля! -

 Позвала котенка Юля.

 — Не спеши домой, постой! -

 И погладила рукой.