

# Картотека пальчиковой гимнастики

## «Дружные пальчики»

- Пальчик, пальчик, где ты был?  
*(пальчики сгибаются в кулачок и разгибаются)*
- С этим пальцем в лес ходил.
- С этим пальцем щи варил.
- С этим пальцем кашу ел.
- С этим пальцем песни пел.  
*(на каждую строчку загибается один пальчик)*

## «Наша группа»

В нашей группе все друзья.  
*(ритмично стучат кулачками по столу)*  
Самый младший – это я.  
Это Маша,  
Это Саша,  
Это Юра,  
Это Даша.  
*(разжимают кулачки, начиная с мизинчика)*

## «Семья»

Этот пальчик – дедушка,  
Этот пальчик – бабушка,  
Этот пальчик – папочка,  
Этот пальчик – мамочка,  
Этот пальчик – я!

## «Как у нас семья большая»

Как у нас семья большая  
Да весёлая.  
*(ритмичные хлопки в ладоши и удары кулачками попеременно)*  
Два у лавки стоят,  
*(загнуть большие пальцы на обеих руках)*  
Два учиться хотят,  
*(загнуть указательные пальцы на обеих руках)*  
Два Степана у сметаны обедаются.  
*(загнуть средние пальцы)*  
Две Дашки у кашки питаются.  
*(загнуть безымянные пальцы)*  
Две Ульки в люльке качаются.  
*(загнуть мизинцы)*

### «Пальчики засыпают»

Этот пальчик хочет спать.  
Этот пальчик – прыг в кровать!  
Этот пальчик прикорнул.  
Этот пальчик уж заснул.  
Встали пальчики. Ура!  
В детский сад идти пора.

### «Игрушки»

На большом диване в ряд  
Куклы Катины сидят:  
*(попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками)*  
Два медведя, Буратино,  
И весёлый Чиполлино,  
И котёнок, и слонёнок.  
*(поочерёдно загибают пальчики)*  
Раз, два, три, четыре, пять  
*(поочерёдно разгибают пальчики)*  
Помогаем нашей Кате  
Мы игрушки сосчитать.  
*(попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками)*

### «Есть игрушки у меня»

Есть игрушки у меня:  
*(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)*  
Паровоз и два коня,  
Серебристый самолёт,  
Три ракеты, вездеход,  
Самосвал, подъёмный кран –  
Настоящий великан.  
*(загибают пальчики на обеих руках)*  
Сколько вместе?  
Как узнать?  
Помогите сосчитать!  
*(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)*

### «Осенние листья»

Раз, два, три,  
Четыре, пять,  
*(загибают пальчики, начиная с большого)*  
Будем листья собирать.  
*(сжимают и разжимают кулачки)*  
Листья берёзы,  
Листья рябины,

Листики тополя,  
Листья осины,  
*(загибают пальчики, начиная с большого)*  
Листики дуба мы соберём,  
Маме осенний букет отнесём.  
*(«шагают» по столу средними и указательными пальчиками)*

### «Осень»

Ветер по лесу летал,  
Ветер листики считал:  
*(плавные волнообразные движения ладонями)*  
Вот дубовый,  
Вот кленовый,  
Вот рябиновый резной,  
Вот с берёзки – золотой,  
*(загибают по одному пальчику на обеих руках)*  
Вот последний лист с осинки  
Ветер бросил на тропинку.  
*(спокойно укладывают ладони на стол)*

### «Вышел дождик погулять»

Раз, два, три, четыре, пять,  
*(удары по столу пальчиками обеих рук. Левая начинает с мизинца, правая – с большого пальца)*  
Вышел дождик погулять.  
*(беспорядочные удары по столу пальчиками обеих рук)*  
Шёл неспешно, по привычке,  
А куда ему спешить?  
*(«шагают» средним и указательным пальчиками обеих рук по столу)*  
Вдруг читает на табличке:  
«По газону не ходить!»  
*(ритмично ударяют то ладонями, то кулачками по столу)*  
Дождь вздохнул тихонько:  
*(часто и ритмично бьют в ладоши)*  
- Ох!  
*(один хлопок)*  
И ушёл. Газон засох.  
*(ритмичные хлопки по столу)*

### «Компот»

Будем мы варить компот,  
Фруктов нужно много. Вот!  
*(левую ладошку держат «ковшиком», указательным пальцем правой руки «мешают»)*  
Будем яблоки крошить,

Грушу будем мы рубить.  
Отожмём лимонный сок,  
Слив положим и песок.  
*(загибают пальчики по одному, начиная с большого)*  
Варим, варим мы компот.  
Угостим честной народ.  
*(опять «варят» и «мешают»)*

### «Овощи»

У Лариски –	А у Вовки –
Две редиски.	Две морковки.
У Алёшки –	Да ещё у Петьки –
Две картошки.	Две хвостатых
У Серёжки сорванца –	редьки.
Два зелёных огурца.	

### «Однажды хозяйка с базара пришла»

Хозяйка однажды с базара пришла,  
Хозяйка с базара домой принесла  
*(шагают пальчиками по столу)*  
Картошку, капусту, морковку,  
Горох, петрушку и свёклу.  
*(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)*  
Ох!  
*(хлопок)*  
Вот овощи спор завели на столе –  
Кто лучше, вкусней и нужней на земле.  
*(попеременные удары кулачками и ладонями)*  
Картошка? Капуста? Морковка?  
Горох? Петрушка иль свёкла?  
*(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)*  
Ох!  
*(хлопок)*  
Хозяйка тем временем ножик взяла  
И ножиком этим крошить начала  
*(стучат ребром каждой ладони по столу)*  
Картошку, капусту, морковку,  
Горох, петрушку и свёклу.  
*(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)*  
Ох!  
*(хлопок)*  
Накрытые крышкой, в душном горшке  
Кипели, кипели в крутом кипятке

*(ладони складывают крест-накрест на столе)*  
Картошка, капуста, морковка,  
Горох, петрушка и свёкла.  
*(загибают по одному пальчику на каждый овощ на обеих руках)*  
Ох!  
*(хлопок)*  
И суп овощной оказался неплох!  
*(показывают, как едят суп)*

#### «За ягодами»

Раз, два, три, четыре, пять,  
*(пальчики обеих рук «здороваются», начиная с больших)*  
В лес идём мы погулять.  
*(обе руки «идут» указательными и средними пальцами по столу)*  
За черникой,  
За малиной,  
За брусникой,  
За калиной.  
Землянику мы найдём  
И братишке отнесём.  
*(загибают пальчики, начиная с большого)*

#### «Грибы»

Топ-топ – пять шагов,  
*(дети «шагают» пальчиками по столу)*  
В туесочке пять грибов.  
Мухомор красный –  
Гриб опасный.  
*(сгибают и разгибают кулачки)*  
А второй – лисичка,  
Рыжая косичка.  
Третий гриб – волнушка,  
Розовое ушко.  
А четвёртый гриб – сморчок,  
Бородатый старичок.  
Пятый гриб – белый,  
Ешь его смело!  
*(на каждое двуступенное дети разгибают по одному пальчику, начиная с большого)*

#### «Алёнка»

Алёнка-маленка  
Шустра, быстра:  
*(хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза)*  
Воды наносила,

Сарафан дошила,  
Носок довязала,  
Ягод насобирала,  
Песню допела,  
*(загибают пальчики по одному)*  
Везде поспела.  
В охотку ей дело.  
*(хлопок ладонями, удар кулаками друг о друга – 2 раза)*

### «Наша квартира»

В нашей комнате-столовой –  
Есть отличный СТОЛ дубовый,  
СТУЛЬЯ – спинки все резные,  
Ножки гнутые, витые.  
И ореховый БУФЕТ  
Для варенья и конфет.  
В комнате для взрослых – спальне –  
Есть для платьев ШКАФ зеркальный,  
Две широкие КРОВАТИ  
С одеялами на вате  
И берёзовый КОМОД,  
Мама там бельё берёт.  
А в гостиной КРЕСЛА есть,  
Телевизор смотрят здесь.  
Есть ДИВАН и СТОЛ журнальный,  
В СТЕНКЕ – центр музыкальный.  
*(на каждое название мебели по одному пальцу загибают – всего 10)*

### «Много мебели в квартире».

Раз, два, три, четыре,  
*(загибают пальчики, начиная с большого, на обеих руках)*  
Много мебели в квартире  
*(сжимают и разжимают кулачки)*  
В шкаф повесим мы рубашку,  
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,  
*(загибают пальчики на каждое название мебели)*  
Чай с вареньем дружно пили.  
Много мебели в квартире.  
*(попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу)*

### «Помощники»

Раз, два, три, четыре,  
*(удар кулачками друг о друга)*  
Мы посуду перемыли:  
*(одна ладонь скользит по другой по кругу)*  
Чайник, чашку, ковшик, ложку  
И большую поварёшку.  
*(загибают пальчики по одному, начиная с большого)*  
Мы посуду перемыли,  
*(одна ладонь скользит по другой по кругу)*  
Только чашку мы разбили,  
Ковшик тоже развалился,  
Нос у чайника отбился.  
Ложку мы чуть-чуть сломали,  
*(загибают пальчики по одному, начиная с большого)*  
Так мы маме помогали.  
*(удар кулачками друг о друга)*

### «Гномики-прачки»

Жили были в домике  
Маленькие гномики:  
*(дети сжимают и разжимают кулачки)*  
Токи, Пики, Лики, Чики, Мики.  
*(загибают пальчики, начиная с больших)*  
Раз, два, три, четыре, пять,  
*(разгибают пальчики, начиная с мизинцев)*  
Стали гномики стирать:  
*(трут кулачки друг о друга)*  
Токи – рубашки, Чики – носочки,  
Пики – платочки, Мики умница был,  
Лики – штанишки, Всем водичку носил.  
*(загибают пальчики, начиная с больших)*

### «Обувь»

Посчитаем в первый раз,  
Сколько обуви у нас.  
*(попеременные хлопки ладонями и удары кулачками по столу)*  
Туфли, тапочки, сапожки  
Для Наташки и Серёжки,  
Да ещё ботинки  
Для нашей Валентинки,  
А вот эти валенки  
Для малышки Галеньки.

*(на каждое название обуви загибают по одному пальчику, начиная с большого)*

### «Новые кроссовки»

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.

*(загибают на обеих руках пальчики по одному, начиная с больших)*

Вот так,

Вот так,

Новые кроссовки.

*(шагают по столу указательным и средним пальцами обеих рук)*

### «Ботинки»

Всюду, всюду мы вдвоём

Неразлучные идём.

*(средний и указательный пальчики «шагают» по столу)*

Мы гуляем по лугам,

По зелёным берегам,

Вниз по лестнице сбегали,

Вдоль по улице шагали,

После лезем под кровать,

*(загибают по одному пальчику, начиная с большого)*

Будем там тихонько спать.

*(укладывают ладони на стол)*

### «Мы во двор пошли гулять»

Раз, два, три, четыре, пять,

*(загибают пальчики по одному)*

Мы во двор пришли гулять.

*(«идут» по столу указательными и средними пальчиками)*

Бабу снежную лепили,

*(«лепят» комочек двумя ладонями)*

Птичек крошками кормили,

*(«крошат хлебушек» всеми пальчиками)*

С горки мы потом катались,

*(ведут указательным пальцем правой руки по ладони левой руки)*

А ещё в снегу валялись.



*(кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной)*

Все в снегу домой пришли.

*(отряхивают ладошки)*

Съели суп и спать легли.

*(движения воображаемой ложкой; руки под щёку)*

### «На ёлке»

Мы на ёлке веселились,

*(ритмичные хлопки в ладоши)*

И плясали и резвились.

*(ритмичные удары кулачками)*

После добрый Дед Мороз

Нам подарки преподнёс.

*(дети «шагают» средним и указательным пальцами обеих рук по столу)*

Дал большущие пакеты,

*(«рисуют» руками большой круг)*

В них же – вкусные предметы:

*(ритмичные хлопки в ладоши)*

Конфеты в бумажках синих,

Орешки рядом с ними,

Груша,

Яблоко, один

Золотистый мандарин.

*(загибают на обеих руках пальчики, начиная с большого)*

### «Подарки»

Дед Мороз принёс подарки:

*(шагают пальчиками по столу)*

Буквари, альбомы, марки,

Кукол, мишек и машины,

Попугая и пингвина,

Шоколадок полмешка

И пушистого щенка!

*(на каждое название подарка загибают по одному пальчику сначала на правой, потом на левой руке)*

### «Ёлочка»

Перед нами ёлочка

*(пальцы рук переплетены, из больших пальцев – верхушка «ёлки»)*

Шишечки, иголочки.

*(кулачки; указательные пальчики выставлены)*

Шарики, фонарики,

*(«шарики» из пальцев вверх, вниз)*

Зайчики и свечки,

*(«ушки» из указательного и среднего пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты)*

Звёзды, человечки.

*(ладони сложены, пальцы расправлены; средний и указательный пальцы стоят на столе)*

### «Пирог»

Падал снег на пирог.

*(дети два раза медленно опускают ладони на стол)*

Кот слепил себе пирог.

А пока лепил и пёк,

*(прижимая ладонь к ладони, показывают, как лепят пирог)*

Ручейком пирог утёк.

*(«бегут» пальчиками обеих рук по столу)*

Пирожки себе пеки

Не из снега – из муки.

*(опять показывают, как пекут пирог)*

### «Сидит белка на тележке»

Сидит белка на тележке,

Продаёт она орешки.

*(хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно)*

Лисичке-сестричке, Мишке толстопятому,

Воробью, синичке, Заиньке усатому.

*(загибают по одному пальчику, начиная с большого)*

Кому в платок,

Кому в зобок,

Кому в лапочку.

*(хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно)*

### «Бурёнушка»

Дай молочка, Бурёнушка,

Хоть капельку – на доньшке.

*(показывают, как доят корову)*

Ждут меня котятки,

Малые ребятки.

*(делают «мордочки» из пальчиков)*

Дай им сливок ложечку,

Творогу немножечко,

Масла, простоквашки,

Молочка для кашки.

*(загибают по одному пальчику на обеих руках)*

Всем даёт здоровье

Молоко коровье.

*(снова доят)*

### «Рыбка»

Рыбка плавает в водичке,  
Рыбке весело играть.  
*(сложенными вместе ладонями дети изображают, как плывёт рыбка)*  
Рыбка, рыбка, озорница,  
*(грозят пальчиком)*  
Мы тебя хотим поймать.  
*(медленно сближают ладони)*  
Рыбка спинку изогнула,  
*(сложенными вместе ладонями изображают, как плывёт рыбка)*  
Крошку хлебную взяла.  
*(делают хватательные движения обеими руками)*  
Рыбка хвостиком махнула,  
Рыбка быстро уплыла.  
*(снова «плывут»)*

### «Каша»

Каша в поле росла,  
*(дети подняли руки, шевелят пальчиками)*  
К нам в тарелку пришла.  
*(«идут пальчиками по столу»)*  
Всех друзей угостим,  
По тарелке дадим.  
*(в правой ладошке «мешают» указательным пальцем левой руки)*  
Птичке-невеличке,  
Зайцу и лисичке,  
Кошке и матрёшке,  
*(загибают по одному пальчику на обеих руках)*  
Всем дадим по ложке!  
*(разжимают кулачки)*

### «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)*

«Машина каша»

Маша каши наварила,  
Маша кашей всех кормила.  
Положила Маша кашу  
*(сгибают и разгибают кулачки)*  
Кошке – в чашку,  
Жучке – в плошку,  
А коту – в большую ложку.  
В миску курицам, цыплятам  
И в корытце поросётам.  
*(загибают по одному пальчику)*  
Всю посуду заняла,  
Всё до крошки раздала.  
*(сгибают и разгибают кулачки)*

«Есть у каждого свой дом»

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, коры  
    Хатки делают бобры.  
Спит в берлоге косолапый,  
До весны сосёт там лапу.  
*(загибают по одному пальчику)*  
Есть у каждого свой дом,  
Всем тепло, уютно в нём.  
*(хлопки ладонями)*

«Где обедал воробей?»

- Где обедал, воробей?  
*(машут перекрёщёнными ладошками)*  
- В зоопарке у зверей!  
*(ладошки изображают раскрывающуюся пасть)*  
Пообедал я сперва  
За решёткою у льва.  
Подкрепился у лисицы,

У моржа попил водицы.  
Ел морковку у слона.  
С журавлём поел пшена.  
Погостил у носорога,  
Отрубей поел немного.  
Побывал я на пиру  
У хвостатых кенгуру.  
Был на праздничном обеде  
У мохнатого медведя.  
*(на каждое название животного загибают по одному пальчику сначала на левой, затем на правой руке)*  
А зубастый крокодил  
Чуть меня не проглотил.  
*(изображают раскрывающуюся пасть животного)*

### «Птички»

Эта птичка – соловей,  
Эта птичка – воробей,  
Эта птичка – совушка,  
Сонная головушка.  
Эта птичка – свиристель,  
Эта птичка – коростель.  
*(загибают по одному пальчику на обеих руках)*  
Эта птичка – злой орлан.  
*(машут сложенными накрест ладонями)*  
Птички, птички, по домам.  
*(машут обеими руками, как крыльями)*

### «Сорока – белобока»

Сорока-белобока	Сорока-белобока
Кашку варила,	Кашку варила,
Детишек кормила.	Детишек кормила
Этому дала,	Этому не дала:
Этому дала,	Ты воды не носил,
Этому дала,	Дров не рубил,
Этому дала,	Каши не варил -
Этому дала.	Тебе ничего нет!

### «Уточка»

Шла уточка бережочком,  
Шла серая по крутому.  
*(«идут» двумя пальчиками по столу переваливаясь)*  
Вела детей за собою,  
И малого, и большого,  
*(загибают безымянный палец, мизинец)*

И самого любимого.  
(загибают указательный палец)

### «Кормушка»

Сколько птиц к кормушке нашей  
Прилетело? Мы расскажем.  
(ритмично сжимают и разжимают кулачки)  
Две синицы, воробей,  
Шесть щеглов и голубей,  
Дятел в пёстрых пёрышках.  
(на каждое название птицы загибают по одному пальчику)  
Всем хватило зёрнышек.  
(ритмично сжимают и разжимают кулачки)

### «Ласточка»

Ласточка, ласточка,	- За морем бывала,
Милая касаточка,	Весну добывала.
Ты где была?	Несу, несу
Ты с чем пришла?	Весну-красну.

(на каждую строчку большой палец «здоровается» дважды с одним пальчиком, начиная с указательного,- сначала на правой, потом на левой руке)

### «Дрозд-дроздок»

Дружок ты мой, дрозд,  
(машут сложенными ладонями, как крыльями)  
В крапинку хвост,  
Носик – остренький,  
Бочок – пёстренький,  
Перья – тонкие,  
Песни – звонкие.  
(загибают по одному пальчику на обеих руках, начиная с большого)  
Весной распеваются,  
Зимой забываются.  
(машут сложенными ладонями, как крыльями)

### «Что принёс нам почтальон?»

Что принёс нам почтальон?  
(сжимают и разжимают кулачки)  
С толстой сумкой ходит он.  
(«шагают» пальчиками по столу)  
Перевод, журнал, газету,  
В бандероли – две кассеты  
И письмо от тёти Вали,

Чтоб её приезда ждали.

*(на каждое наименование загибают по одному пальчику, начиная с большого)*

### «Повар»

Повар готовил обед,

А тут отключили свет.

*(ребром ладони стучат по столу)*

Повар леща берёт

И опускает в компот.

Бросает в котёл поленья,

В печку кладёт варенье.

Мешает суп кочерыжкой,

Угли бьёт поварёшкой.

Сахар сыплет в бульон.

*(загибают пальчики, начиная с большого)*

И очень доволен он!

*(разводят руками)*

### «Люблю по городу гулять»

Люблю по городу гулять,

Люблю смотреть, люблю считать.

*(«шагают» пальчиками обеих рук по столу)*

НЕВСКИЙ – раз, ЗИМНИЙ – два,

Три – красавица НЕВА,

А четыре – мост ДВОРЦОВЫЙ,

Пять – гуляю по САДОВОЙ,

Шесть – к ИСААКИЮ схожу

И на купол погляжу.

Семь – конечно, ЛЕТНИЙ САД.

Как красив его наряд!

Восемь – КРЕПОСТЬ у Невы,

Были там, наверно, вы.

Девять – повстречался мне

МЕДНЫЙ ВСАДНИК на коне.

Десять – из-за поворота

Вижу НАРВСКИЕ ВОРОТА.

*(на каждое название загибают по одному пальцу)*

### «Весна»

Иди, весна, иди, красна,

*(«шагают» пальчиками обеих рук по столу)*

Принеси ржаной колосок,

Овсяный снопок,

Яблоки душистые,

Груши золотистые,  
Большой урожай в наш край.  
*(загибают по одному пальчику с мизинца)*

«Кап, кап, кап»

Кап, кап, кап – звенит капель.  
Приближается апрель.  
*(Ритмично, на каждый слог стучат по столу подушечками пальцев, начиная с большого)*

«В школу»

В школу осенью пойду.  
*(«шагают» пальчиками обеих рук по столу)*  
Там друзей себе найду,  
Научусь писать, читать,  
Быстро, правильно считать.  
Я таким учёным буду!  
*(загибают по одному пальчику с мизинца)*  
Но свой садик не забуду!  
*(грозят указательным пальчиком)*