

# Картотека пальчиковых гимнастик во второй младшей группе

## Пальчиковая гимнастика «Игрушки»

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

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

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

Пирамидку собираю, *(Прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладем друг на друга несколько раз.)*

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

## Пальчиковая гимнастика «Игрушки»

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

Мой весёлый круглый мяч, *(Одной 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.)*

## Пальчиковая гимнастика «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, другой рукой*

Я поем ещё чуть-чуть, *достать воображаемые ягоды и отправить их в рот.)*

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

## Пальчиковая гимнастика «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.)

## Пальчиковая гимнастика «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.)

## Пальчиковая гимнастика «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!

## Пальчиковая гимнастика «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!

## Пальчиковая гимнастика «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».)*

## Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «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.)*

## Пальчиковая гимнастика «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 (Сжимают и разжимают пальцы.)  
И на ножки надевают  
Папа, мама, брат и я – (Загибают пальцы на руках.)  
Любит обувь вся семья. («Шагают» пальцами по столу.)

### Пальчиковая гимнастика «Посуда»

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

Из тарелок, как один, (Ладони 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.)

### Пальчиковая гимнастика «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, (Поочередно разгибают пальцы, начиная с мизинца.)  
Сдобные ватрушки,  
Булочки и калачи – (Обе ладони разворачивают вверх.)  
Всё мы испечем в печи.  
Очень вкусно! (Гладят животы.)

### Пальчиковая гимнастика «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... (Рука за ухом.)

## Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «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,      *(Хлопнуть в ладоши.)*  
Сладости, игрушки.      *(Вертим кистями.)*

## Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «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.)*

### Пальчиковая гимнастика «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.

### Пальчиковая гимнастика «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.)*

### Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «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».)

## Пальчиковая гимнастика «Дикие животные жарких стран»

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

Хобот носит только он – (Рукой плавно двигаем перед собой – изображаем хобот.)  
Лопухий серый слон. (Приставляем руки к уша)

## Пальчиковая гимнастика «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.)  
Поцелуйи ей дарю! (Сдуваем поцелуй с другой ладони.)

## Пальчиковая гимнастика «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,      *(Ладони вместе «ныряют» вперёд.)*  
А цыплятки не нырнут.    *(Погрозил пальчиком.)*

## Пальчиковая гимнастика «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 красивые, хороши.

## Пальчиковая гимнастика «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.



## Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «Мебель»

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

На кровати мы поспали, *(Руки под щеку.)*  
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.)*

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

## Пальчиковая гимнастика «Весна»

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

Вот уж две недели *(Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.)*  
Капают капли.  
Снег на солнце тает *(Руки ладонями вниз разведены в стороны.)*  
И ручьём стекает. *(Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.)*

## Пальчиковая гимнастика «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.)

## Пальчиковая гимнастика «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.)

## Пальчиковая гимнастика «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.

## Пальчиковая гимнастика «Космос»

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

Утро – солнце всходит.      (Поднимаем растопыренную ладошку.)  
Ночь – луна приходит.      (Поднимаем другую руку, пальцы полукругом – «месяц».)