**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 кладём 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 ягодки 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,          *(Поочерёдно 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.)*

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

**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.)*

Поцелуи 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,      *(Ладошки вместе «ныряют» вперёд.)*

А цыплятки не нырнут.    *(Погрозили 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 красивы, 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 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.)*

**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,                *(Погрозили 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 капели.

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».)*

КАРТОТЕКА

**ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ**