


картотека  
пальчиковых игр



### «Капустка»

Мы капустку рубим-рубим,  
Мы капустку солим-солим,  
Мы капустку трём-трём,  
Мы капустку жмём-жмём.

*Движения прямыми ладонями вверх-вниз,  
поочерёдное поглаживание подушечек пальцев,  
потирать кулачок о кулачок. Сжимать и  
разжимать кулачки.*

### «Репка»

Тянут, тянут бабка с дедкой  
*Вытягивание пальцев за ногтевые фаланги*  
Из земли большую репку:  
Вот пришла бы наша внучка,  
Помогла б собачка Жучка.  
Где же кошка, мышка – крошка?  
*Одноимённые пальцы прикасаются друг к  
другу.*  
Хоть держалась крепко,  
Вытянута репка.

### «Яблоки».

Большой пальчик яблоки трясёт.  
*Кисти сжаты в кулак, разгибаем большой  
пальчик.*

Второй их собирает.  
*Разгибаем указательный палец.*  
Третий их домой несёт.  
*Разгибаем средний палец*  
Четвёртый высыпает.  
*Разгибаем безымянный.*  
Самый маленький – шалун.  
*Разгибаем мизинец*  
Всё, всё, всё съедает.

### «Апельсин»

Мы делили апельсин  
Апельсин всего один.  
Это долька для кота,  
Это долька для ежа,  
Это долька для улитки,  
Это долька для чижа,  
Ну а волку – кожура.  
*Начиная с мизинца, загибать  
попеременно все пальцы.*

### «Листопад».

Листопад, листопад!  
Листья по ветру летят:  
*Руки поднять вверх. Покачивая кистями из  
стороны в сторону, медленно опускать руки  
(листья опадают).*  
С клёна – кленовый,  
*Пальцы выпрямить и максимально развести в  
стороны.*  
С дуба – дубовый,  
*Пальцы выпрямить и плотно прижать друг к  
другу.*  
С осины – осиновый,  
*Указательный и большой соединить в виде  
колечка.*  
С рябины- рябиновый.  
*Пальцы выпрямить и слегка развести в  
стороны.*  
Полны листьев лес и сад  
То-то радость для ребят!  
Хлопки в ладоши.

### «Осенью».

Ветры яблони качают.  
*Руки стоят на столе, опираясь на локти  
(стволы), пальцы разведены в стороны  
(кроны яблонь). Покачивать руками.*  
Листья с веток облетают.  
*Кисти рук расслаблены, расположены  
параллельно столу. Плавными движениями  
из стороны в сторону медленно опускать  
кисти рук на поверхность стола (листья  
опадают).*  
Листья падают в саду,  
Их граблями я гребу.  
*Пальцы обеих рук подушечками опираются  
о поверхность стола (грабли). Приподнимая  
руки, поскрести пальцами по поверхности  
стола, изображая работу граблями*

**«Радуются взрослые и дети»**

Кто ещё радуется солнышку?

Радуется дедушка,  
Радуется бабушка,  
Радуется мамочка,  
Радуется папочка,  
Очень радуюсь я.

Рада солнцу вся семья!

*Выполнение по образцу за педагогом  
движений: на каждую строку дети  
загибают пальчик, 6 строка – сжимать и  
разжимать кулачок.*

**«Моя семья»**

Этот пальчик – дедушка.

Этот пальчик – бабушка.

Этот пальчик – папочка.

Этот пальчик – мамочка.

Этот пальчик – я,

Вот и вся моя семья.

*По ходу чтения, загибается на ручке  
ребенка пальчик, начиная с большого  
пальчика.*

**«Моя семья»**

Раз, два, три, четыре.

Кто живет в моей квартире?

Раз, два, три, четыре, пять

Всех могу я сосчитать.

Папа, мама, брат, сестренка,

Кошка Мурка, два котенка,

Мой щенок, щегол и я –

Вот и вся моя семья!

*Поочередно загибаем пальчики левой и  
правой руки.*

**«Цветочек для мамочки»**

Ой, в нашем цветнике

Большой цветок на стебельке.

*Раскрывать и закрывать кулачок, пальчики,  
будто лепестки.*

От ветерка качается,

*Движения руками вправо-влево.*

И мне улыбается!

Я мамочку поцелую

И цветочек подарю ей!

*Мимика, жесты.*

**«Пять пальчиков»**

У детишек – шалунишек,

Девочек и мальчиков,

Знаем мы, на каждой ручке

Пять веселых пальчиков.

Раз, два, три, четыре, пять.

*Дети показывают ладони, покачивают  
запястьями влево - вправо.  
Поочередно загибают пальчики.*

**«Пальчики»**

Раз, два, три, четыре, пять

Начинаем мы играть.

Этот пальчик – хитроносик,

Этот котик – вытриносик,

Этот ежик – ворчунишка,

Этот мишка – потоптышка,

Этот зайчик – побегайка,

С другой ручки начинай-ка.

*Загибают поочередно пальчики правой  
и левой руки.*

**«Пальцы в гости приходили»**

Пальцы в гости приходили,

«Тук, тук, тук – стучались в дверь.

Только дверь им не открыли:

Думали, что страшный зверь.

*Дети постукивают по столу  
подушечками всех десяти пальцев  
одновременно.*

**«Это я».**

Это глазки. Вот, вот.

Это ушки. Вот, вот.

Это нос, это рот.

Там спинка. Тут живот.

Это ручки. Хлоп-хлоп.

Это ножки. Топ- топ.

Ох устали вытрем лоб!

*Дети показывают части тела и выполняют  
движения в соответствии с текстом.*

**С добрым утром!**  
С добрым утром, глазки.  
Вы проснулись?  
С добрым утром, ушки.  
Вы проснулись?  
С добрым утром, ручки.  
Вы проснулись?  
С добрым утром, ножки.  
Вы проснулись?  
С добрым утром, солнце.  
Мы проснулись!

*Дети поглаживают глазки, смотрят в бинокль.*

*Прикладывают ладони к ушкам. Поглаживают, кисти рук, хлопают в ладоши.*

*Поглаживают ножки, притопывают. Руки протягивают к солнцу и улыбаются.*

**«Утро настало»**  
Утро настало.  
Солнышко встало.  
-Эй, братец Федя  
Разбуди соседей.  
- Вставай, Большак!  
- Вставай, Указка!  
- Вставай, середка!  
- и крошка Митрошка!  
Привет, Ладошка.

Все потянулись и проснулись.

*Поочередно загибаем пальчики левой и правой руки.*

**«Раз, два, три»**  
Раз, два, три, четыре, пять  
Будем пальчики считать  
Все они умелые  
Дружные и смелые.  
На другой руке опять  
Будем пальчики считать  
Все они умелые  
Дружные и смелые.  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Стали ручки танцевать.

*Раскрывают поочередно пальчики правой руки, шевелят пальчиками.*

*Сжимают и разжимают кулачки.*

*Раскрывают поочередно пальчики левой руки, шевелят пальчиками.*

**«Встали наши пальчики»**  
Этот пальчик хочет спать,  
Этот пальчик – прыг в кровать!  
Этот пальчик прикорнул,  
Этот пальчик уж зевнул.  
Тише, пальчик, не шуми,  
Братиков не разбуди.  
Встали пальчики. Ура!  
В детский сад идти пора.

*Поочередно пригибать пальцы, к ладошке начиная с мизинца.*

*Остался один большой палец.*

*Кулачок разжать, широко расставить пальцы в стороны.*

**«На полянке дом стоит»**  
На поляне дом стоит  
Путь к нему пока закрыт  
Мы ворота открываем  
В этот домик приглашаем.  
*Сложить ладони домиком, так, чтобы большие пальцы не соприкасались.  
Большие пальцы опускаются и соприкасаясь друг с другом.  
Пальцы по-прежнему под углом, только широко расставлены.*

**«Этот пальчик хочет спать»**  
Этот пальчик хочет спать,  
Этот пальчик лег в кровать,  
Этот пальчик чуть вздремнул,  
Этот пальчик уж уснул,  
Этот пальчик крепко спит  
Тише дети не шумите,  
Пальчики не разбудите.  
*Дети загибают пальчики, начиная с мизинца.*

**«Повстречались».**

*На каждую фразу соединять одноимённые пальцы левой и правой рук по одному начиная с мизинца. На последнюю фразу показать «рога», одновременно выпрямив указательные пальцы и мизинцы.*

Повстречались два котёнка: «Мяу – мяу».

Два щенка: «Ав – ав». Два жеребёнка: «И-го-го»

Два телёнка, два быка: «Му-у». Смотри, какие рога!

**«Собака»**

У собаки острый носик,  
Есть и шейка,  
Есть и хвостик.

*Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх, указательный, средний, безымянный вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается («лает собака»)*

**«Ежик»**

Ежик топал по дорожке  
И грибочки нес в лукошке.  
Чтобы грибочки сосчитать,  
Нужно пальцы сосчитать.

*Дети загибают по очереди пальцы сначала на левой руке, потом на правой руке. В конце упражнения руки у них должны быть сжаты в кулачки.*

**«Зайчата»**

Вот встречаются зайчата.  
Как согреться нам, ребята?  
Чтобы побыстрее согреться,  
Надо спинками тереться.

*Дети трут тыльные стороны ладоней друг о друга.*

**«Белочка»**

Прыгает по веточкам  
Невеличка белочка.  
Мелькает хвостик среди ветвей.  
Кто угонится за ней?

*Большим пальцем поочерёдно касаться остальных пальцев, выполняя упражнение сначала одной рукой затем другой рукой.*

**«Две веселые лягушки»**

Две веселые лягушки  
Ни минуты не сидят,  
Ловко прыгают подружки,  
Только брызги вверх летят.

*Дети сжимают руки в кулачки и кладут их на стол пальцами вниз. Резко разжимают пальцы (руки как бы подпрыгивают над столом) и кладут ладони на стол. Затем резко сжимают кулачки и опять кладут их на стол.*

**«Домашние птицы»**

Есть у курицы цыплёнок,  
У гусыни есть гусёнок,  
У индюшки – индюшонок,  
А у утки есть утёнок.  
*Большим пальцем поочерёдно касаться  
остальных, начиная с мизинца.  
У каждой мамы малыши,  
Все красивы хороши!  
Показать все пальчики, «играя» ими.*

**«Петушок»**

Наш красивый петушок  
*Обе руки сжаты в кулачки.  
Кверху поднял гребешок.  
Разжать ладони.  
Крылышками машет.  
Кистями помахать в воздухе.  
На лужайке пляшет.  
Крошки хлебные клюёт.  
Указательными пальцами постучать по  
столу.  
Пёстрых курочек зовёт.  
Кистями рук сделать манящие движения.*

**«Полетели птички»**

Полетели птички,  
Птички-невелички.  
Сели птички. Посидели.  
Опять полетели.  
*Пальцы переплетены, ладони сжаты.  
Поднимать и опускать пальцы в  
соответствии с ритмом стиха.*

**«Сорока»**

Сорока – белобока,  
Кашу варила  
Деток кормила.  
Этому дала,  
Этому дала.  
Этому дала.  
Этому дала.  
А этому не дала.  
Ты воды не носил,  
кашу не варил,  
тебе нет ничего.  
*Указательный палец правой руки  
делает  
Круговые движения на левой ладони.  
Поочередно, загибаем пальцы левой  
руки.  
Большой палец поднять вверх.*

**«Лошадки»**

По дороге белой, гладкой  
Скачут пальцы как лошадки  
Чок-чок-чок.  
Чок-чок-чок.  
Скачет резвый табунок  
*Пальцы скачут по столу,  
повторяя текст за взрослым:  
«чок-чок , чок-чок»*

**«Дятел»**

Вдруг в лесу раздался стук.  
Это дятел долбит сук.  
Он деревья не калечит,  
Он деревья клювом лечит.  
*Дети постукивают по столу  
подушечкой указательного пальца  
правой руки.  
Затем то же самое проделывают  
левой рукой.*

**« Снежинки»**

Ла-ла-ла, ла-ла-ла,  
Туча по небу плыла.

*Пальцы обеих рук соединить подушечками и округлить в форме шара (туча).*

Вдруг из тучи над землёй

Полетел снежинок рой.

*Руки поднять вверх, пальцы развести в стороны. Поворачивать кисти, медленно опуская руки (снежинки летят).*

Ветер дунул, загудел –

*Подуть на кисти рук (губы округлить и слегка вытянуть вперёд).*

Рой снежинок вверх взлетел.

*Встряхнуть кистями рук, поднимая вверх, вращать ими (снежинки летят).*

Ветер с ними кружится,

Может быть подружится.

*Вращать кистями, попеременно скрещивая руки.*

**«Я перчатку надеваю»**

Я перчатку надеваю,

Я в неё не попадаю.

*Поглаживают по очереди одной рукой другую, как будто надевают перчатки.*

Сосчитайте-ка ребятки,

Сколько пальцев у перчатки.

Начинаем вслух считать:

Раз, два, три, четыре, пять.

Загибают пальчики.

**«Зимняя прогулка»**

Очень холодно зимой,  
Но мы пойдем гулять с тобой.

Я надену шубку,

Я надену шарфик,

И еще платок,

А потом красивые,

Теплые пушистые,

Крошки – рукавички

На ручки натяну.

*Загибают поочередно левой руки, начиная с мизинца.*

**«Зима»**

Раз, два, три, четыре, пять

Собираемся гулять.

Катя саночки везет

От крылечка до ворот,

А Сережа по дорожке

Девочки и мальчики

Прыгают как зайчики.

*Дети по очереди разгибают пальчики, сжатые в кулачок.*

*Дети показывают растопыренные пальцы руки.*

*Провести указательным и средним пальцами по столу.*

*Сложив пальчики «цепоткой», делать бросающие движения.*

*Дети машут кистями рук.*

**«Ёлочка»**

Перед нами ёлочка.

*Пальцы переплетены, большие подняты вверх.*

Шишечки, иголки,

*Кулачки, «иголки»- раздвинуть пальцы.*

Шарики, фонарики,

*Ладони держат «ковшиком».*

Зайки и свечки,

*«Зайчики» - указательные пальцы.*

Звёзды, человечки.

*Ладонка в виде звезды, «человечки» - походить пальчиками.*

**«Дождик, дождик»**

Дождик, дождик,

Кап да кап, кап...

Мокрые дорожки.

Все ровно пойду гулять,

Пусть промокнут ножки.

*Дети повернули ладонку кверху и*

*Указательным пальцем имитируют*

*Капельки дождя и повторяют за*

*взрослым: «Кап...»*

**«Будем пальчики считать»**

Раз, два, три, четыре, пять  
Будем пальчики считать.  
Крепкие и дружные  
Все такие нужные.  
На другой руке опять  
Пальчики быстрые  
Хотя не очень чистые.  
*Дети загибают пальчики на левой руке.  
Сжимают и разгибают кулачки.  
Дети загибают пальчики на правой руке.  
Сжимают и разгибают кулачки.*

**«Транспорт»**

Будем пальчики сгибать-  
Будем транспорт называть:  
*Сжимать и разжимать пальчики.*  
Машина, вертолёт,  
Трамвай, автобус, самолёт.  
*Поочередно разжимать пальчики, начиная с мизинца.*  
Пять пальцев мы в кулак зажали,  
Пять видов транспорта назвали.  
*Сжать пальцы в кулачок, начиная с большого.*

Дружно пальчики сгибаем,  
Крепко кулачки сжимаем.  
Раз, два, три, четыре, пять –  
Начинаем разгибать.

*Дети сжимают пальцы в кулачки,  
а затем расслабляют их и разжимают.*

**«Новые кроссовки»**

*Загибать на обеих руках пальчики по одному,  
начиная с больших пальцев.*

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.  
Вот так, вот так,  
Новые кроссовки.

*«Шагать» указательным и средним пальчиками по столу.*

**«Помощник»**

Посуду моет наш Антошка,  
Моет вилку, чашку, ложку,  
*Потирать ладошки друг об друга («мыть посуду»).*  
Вымыл блюдце и стакан  
И закрыл покрепче кран.  
*Разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца. Выполнять имитирующие движения.*

**«Пароходик»**

Пароходик в море был.  
*Ладони соединить в форме чаши.*  
Вот он к пристани приплыл.  
*Сделать волнообразные движения в воздухе.*  
Загудел в свою трубу: «У – у – у !»  
*Одновременно пошевелить большими пальцами.*

**«Ноги ходят по дороге»**

Большие ноги  
Шли по дороге.  
Топ- топ- топ..  
Маленькие ножки  
Побежали по дорожке  
Топ- топ- топ.  
*Четыре пальца правой руки постукивают по левой руке, дети повторяют текст за взрослыми.*

**«Шарик».**

*Все пальчики обеих рук – «в шепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальчики принимают исходное положение.*  
Надуваем быстро шарик.  
Он становится большой.  
Вдруг шар лопнул, воздух вышел –  
Стал он тонкий и худой.