

МАДОУ ДС № 37 «Дружная семейка»

Картотека пальчиковой гимнастики

для детей 3 – 4 лет

(рекомендованы программой «От рождения до школы»
под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой)



г. Нижневартовск

СЕНТЯБРЬ

Карточка 1

«Детский сад»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

В детском садике есть игрушки:

Вот веселая лягушка.

Вот железная машина.

Это мяч. Он из резины.

Разноцветная матрешка

И с хвостом пушистым кошка.

Поиграем мы в игрушки

Будем все друзья, подружки!

Поочередно сгибают пальчики в кулачок, начиная с большого

Карточка 2

«Игрушки»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я с игрушками играю:

Мячик я тебе бросаю,

Пирамидку собираю,

Грузовик везде катаю.

(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)

(Протягиваем руки вперед – «бросаем мяч».)

(Прямые кисти ладонями вниз поочередно кладем друг на друга несколько раз.)

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

Карточка 3

"Осень".

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Ветер северный подул: "С-с-с-с",

Все листочки с веток сдул.

Полетели, закружились и на землю
опустились

Дождик стал по ним стучать

Кап-кап-кап, кап-кап-кап!"

Град по ним заколотил,

Листья все насквозь пробил.

Снег потом припорошил,

Одеялом их накрыл

(дуем)

(пошевелить пальчиками и подуть на них)

(помахать ручками в воздухе)

(постучать пальцами правой руки по ладонке левой руки)

(щепотью правой руки постучать по левой ладонке)

(постучать кулачком правой руки по левой ладонке)

(плавные движения кистями рук вперед-назад)

(положить правую ладонь на левую)

Карточка 4

«Капуста».

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Мы капустку рубим-рубим,

Мы капустку солим-солим,

Мы капустку трём-трём,

Мы капустку жмём-жмём.

Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек

пальцев, потирать кулачок о кулачок.

Сжимать и разжимать кулачки.

ОКТАБРЬ

Карточка 5

«Апельсин»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

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

Карточка 6

«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.)
(Одну ладошку, сложенную лодочкой, накрыть другой также сложенной ладошкой.)

Будет полное лукошко,

Я попробую немножко.

(Одна сложенная ладошка имитирует лукошко, другой рукой достать воображаемые ягодки и отправить их в рот.)

Я поем ещё чуть-чуть,

(Имитируя ножки, средний и указательный пальчики на обеих руках «убегают» как можно дальше.)

Лёгким будет к дому путь!

Карточка 7

«Зайчата»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Карточка 8

«Пирожки»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Я пеку, пеку, пеку

(имитируют лепку)

Деткам всем по пирожку.

Маком я притрушу,

(«посыпают» щепоткой)

В печь горячую сажу.

(показывают, как двумя руками пирог «сажают» в печку)

НОЯБРЬ

Карточка 9

«Это я».

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

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.

Карточка 10

«Рыбки»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Рыбки весело резвятся
В чистой тепленькой воде.
То сожмутся,
Разожмутся,
То зароятся в песке.

Имитировать движения в соответствии с текстом, повторяя за взрослым слова текста.

Карточка 11

«Домашние животные»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

«Мяу», - котенок,

(соединить указательный палец с большим на обеих руках)

«Му», - теленок,

(соединить средний палец с большим на обеих руках)

«Ме», - козленок,

(соединить безымянный палец с большим на обеих руках)

«Гав», - щенок,

*(соединить мизинец с большим на обеих руках)
(сжимать и разжимать кулачки)*

Дружно песню расппевают.

Ждут хозяйку у ворот.

Карточка 12

«Белка»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Сидит белка на тележке,

Пальчик с лисичкой кланяется

Раздает она орешки.

Пальчик с воробышком кланяется

Лисичке – сестричке,

Пальчик с синичкой кланяется

Воробью, синичке,

Пальчик с мишкой кланяется

Мишке толстопятому,

Пальчик с зайчиком кланяется

Зайнке усатому.

ДЕКАБРЬ

Карточка 13	«Сорока»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Сорока – белобока, Кашу варила Деток кормила. Этому дала, Этому дала. Этому дала. А этому не дала. Ты воды не носил, кашу не варил, тебе нет ничего.	<i>Указательный палец правой руки делает Круговые движения на левой ладони. Поочередно, загибаем пальцы левой руки.</i>
Карточка 14	«Домашние птицы»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Есть у курицы цыплёнок, У гусыни есть гусёнок, У индюшки – индюшонок, А у утки есть утёнок. У каждой мамы малыши, Все красивы хороши!	<i>Большим пальцем поочередно касаться остальных, начиная с мизинца. Показать все пальчики, «играя» ими.</i>
Карточка 15	«Снегири»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Вот на ветках, посмотри, В красных майках снегири. Греются на солнышке. Головой вертят, Улетать хотят. Кыш! Кыш! Улетели! За метелью, за метелью!	<i>Четыре хлопка руками. Распушили пёрышки. Изображают «крылышки» Повороты головой. Вращательные движения кистями рук.</i>
Карточка 16	«Зима»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Снег ложится на дома, Улицы и крыши. Тихо к нам идёт зима Мы её не слышим...	<i>(Руки разводим в стороны, ладонями вниз.) (Руки «домиком»), (Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.) (Рука за ухом.)</i>
Карточка 17	«Новогодний праздник»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
- Здравствуй, Дедушка Мороз! Что в подарок нам принёс? - Громкие хлопучки, Сладости, игрушки.	<i>(Ладонь поглаживает подбородок – «бороду» Деда Мороза.) (Руки вперёд ладонями вверх.) (Хлопнуть в ладоши.) (Вертим кистями.)</i>
ЯНВАРЬ	
Карточка 18	«Снежок»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Раз, два, три, четыре, Мы с тобой снежок слепили Круглый, крепкий, очень гладкий И совсем-совсем не сладкий. Раз – подбросим, два – поймаем. Три – уроним И... сломаем.	<i>(загибают пальцы, начиная с большого) («лепят», меняя положение ладоней) (показывают круг, сжимают ладони вместе) (грозят пальцем) (подбрасывают и ловят воображаемый снежок) (роняют воображаемый снежок) (топают)</i>
Карточка 19	«Семья»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Этот пальчик – дедушка, Этот пальчик – бабушка, Этот пальчик – мамочка Этот пальчик – папочка, Этот пальчик – я. Вот и вся моя семья!	<i>С каждой строкой дети загибают по одному пальчику, начиная с большого.</i>
Карточка 20	«Замок»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
На двери висел замок Кто открыть его бы мог? Покружили. Постучали И открыли.	<i>Ритмичные быстрые соединения пальцев двух рук в замок. Пальцы в замке, руки тянутся в разные стороны.</i>
ФЕВРАЛЬ	

Карточка 21 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Мы посуду сами мыли» <i>(имитируем мытьё рук)</i> <i>(имитируем мытьё посуды – правая рука – в кулак, левая – раскрыта. Кулаком правой руки «трём» ладонку левой руки)</i> <i>(кулаком левой руки «трём» ладонку правой руки)</i> <i>(раскрыть ладони от себя)</i>
Наши руки были в мыле Мы посуду сами мыли, Мы посуду мыли сами Помогали нашей маме!	
Карточка 22 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Игрушки» <i>(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы обеих рук.)</i> <i>(Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)</i> <i>(Прямые кисти ладонями вниз поочередно кладём друг на друга несколько раз.)</i> <i>(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)</i>
Я с игрушками играю: Мячик я тебе бросаю, Пирамидку собираю, Грузовик везде катаю.	
Карточка 23 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«За работу» <i>(Поочередно разгибать пальцы.)</i> <i>(начиная с большого.)</i> <i>(Энергично шевелить пальцами).</i>
Ну-ка, братцы, за работу. Покажи свою охоту Большаку дрова рубить Печи все тебе топить, А тебе воду носить, А тебе обед варить, А тебе посуду мыть. А потом всем песни петь, Песни петь да плясать, Наших деток забавлять.	
Карточка 24 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Праздник папы». <i>(сжимать и разжимать пальцы)</i> <i>(хлопать в ладоши)</i> <i>(из ладошек сделать «домик», руки приложить к сердцу)</i> <i>(сжимать и разжимать пальцы)</i>
Сегодня праздник всех отцов, Всех сыновей, всех кто готов, Свой дом и маму защитить Всех нас от бед отгородить!	
МАРТ	

Карточка 25 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Очки» <i>(из указательных и больших пальцев образовать колечки – «очки»)</i> <i>(подносят «очки» к глазам)</i>
Бабушка очки надела И внучонка разглядела.	
Карточка Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Мой город» <i>(загибают пальцы, начиная с большого, на правой руке)</i> <i>(загибают пальцы на левой руке)</i> <i>(разгибают пальцы, начиная с мизинца, на левой руке)</i> <i>(разгибают пальцы на правой руке)</i> <i>(загибают пальцы на левой руке)</i> <i>(загибают пальцы на правой руке)</i>
Раз, два, три, четыре, пять, В город выйду погулять. Вдоль по улице иду, Во все стороны смотрю. Как красиво все кругом, В моем городе родном!	
Карточка 27 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Моя страна-Россия» <i>Руками над головой изображаем большой шар</i> <i>Руками изображаем крышу.</i> <i>Хлопки на каждое слово.</i>
Шар большой, на нем страна, Город в ней, а в нем дома. Дом на улочке одной, Неприметный, небольшой. Этот дом, страна, земля – Это Родина моя!	
Карточка 28 Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	«Маша варежку надела....» <i>(Сжать пальцы в кулачок)</i> <i>(Все пальцы разжать, кроме большого)</i> <i>(Разогнуть большой палец).</i> <i>(Сжать пальцы в кулачок, отделить большой палец.)</i>
Маша варежку надела: «Ой, куда я пальчик дела? Нету пальчика, пропал, В свой домишко не попал». Маша варежку сняла: «Поглядите – ка, нашла! Ищешь, ищешь и найдёшь, Здравствуй, пальчик, как живёшь?»	
АПРЕЛЬ	

Карточка 29	«Моя улица»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Это улица моя Здесь высокие дома Детский садик мой и школа - Там учиться буду я	(хлопаем в ладоши) (показываем крыши) (сдвигаем и раздвигаем пальчики)
Карточка 30	«Цветы»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Утром алые цветки Раскрывают лепестки. Ветерок подует – Цветики волнует. А под вечер все цветки Закрывают лепестки, Головой качают, Тихо засыпают.	(округлить ладони, раздвинуть пальцы) (двигают ладони вправо-влево) (постепенно смыкают пальцы) (покачивают «бутонами») (подкладывают сложенные руки под щеку)
Карточка 31	«Начинаем мы взлетать»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Раз, два, три, четыре, пять, (по очереди сгибают пальцы на обеих руках) Начинаем мы взлетать. (по очереди выпрямляют пальцы на обеих руках) На ракете улетим (соединяют пальцы рук, поднять руки вверх) И всю Землю облетим. (руки развести в стороны, сделать круг) На Луне мы «прилунимся» (сжать пальцы в кулак) И на Землю возвратимся. (соединить одинаковые пальцы обеих рук, округлив ладони)	
Карточка 32	«Солнышко, солнышко»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Солнышко, солнышко (хлопают ладонями) Золотое доннышко, Гори, гори ясно, (сгибают и разгибают ладони.) Чтобы не погасло. Побежал в саду ручей, (показывают волну) Прилетели сто грачей, (машут руками) А сугробы тают, тают, (опускают руки вниз) А цветочки подрастают. (поднимают руки вверх)	

Карточка 33	Паучок
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Паучок ходил по ветке, А за ним ходили детки. (Руки скрещены. Пальцы каждой руки "бегут" по предплечью, а затем по плечу другой руки.) Дождик с неба вдруг полил, (Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение — дождик.) Паучков на землю смыл (Хлопок ладонями по столу/коленям.) Солнце стало пригревать, (Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, качаем руками — солнышко светит.) Паучок ползёт опять (Делаем движения такие же, как и в самом начале.) , А за ним ползут все детки, чтобы погулять на ветке. ("Паучки" ползают по голове.)	
Карточка 34	«Наша армия»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Аты - баты, аты - баты! (Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки). На парад идут солдаты! Вот идут танкисты, Потом артиллеристы, А потом пехота – Рота за ротой.	
Карточка 35	«Дорожных правил очень много».
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Дорожных правил очень много. («грозят» пальчиками) Раз - Внимание дорога! (загибают поочередно пальцы) Два - сигналы светофора, Три – смотри дорожный знак, А четыре – «переход». Правила все надо знать (хлопки руками) И всегда их выполнять. (показывают «класс!» большим пальцем)	
Карточка 36	«Лето наступает»
Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.	
Вот и лето наступает (хлопки в ладоши) Всех на отдых приглашает (сжимаем и разжимаем кулачки) Будем плавать, загорать (имитируем движения) И на даче отдыхать (показываем домик)	