



**Картотека
пальчиковых игр
по культурно-гигиеническим навыкам и навыков
самообслуживания у детей раннего возраста**

2023 г.



«Ах вода, вода, вода!»

Ах вода, вода, вода! Будем чистыми всегда!

(ритмично потираем ладошки имитируя «мытьё рук»)

Брызги-вправо, брызги-влево!

Мокрым стало наше тело!

(пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы
стряхивая воду)

Полотенчиком пушистым

Вытрем ручки очень быстро.

(энергичные движения имитируют поочередное вытирание каждой руки
полотенцем)

«Умывание»

(Дети имитируют движения по тексту.)

Льётся чистая водица,

Мы умеем чисто мыться.

Пасту для зубов берём,

Крепко щёткой зубы трём.

Моем шею, моем уши,

После вытремся посуше.



"Чистим зубки"

Чистить зубки начинаем,

Ходит щетка сверху вниз.

(повторяемое движение сверху вниз рукой с воображаемой щеткой около рта)

Чисто-чисто вычищаем,

Всем микробам скажем: "Брысь!"(отмахиваемся ладошкой)

Микробы лапками цеплялись, ("хватается" двумя руками одновременно)

Тянули щупальца свои, (шевелим вытянутыми пальцами)

Грызть наши зубы собирались,

(понарошку "царапаем" поднятую вверх руку пальцами другой)

А мы их щеткой вон смели. ("подметающее" движение)

Не спасется ни один. (грозим пальчиком)

Щетка, торопись вперед! (указываем вперед вытянутой рукой)

Все микробы победим! (поднимаем руки вверх)

Вкусной пастой пахнет рот. (гладим ротик)



«Моем руки»

(Делаем движения, как при мытье рук.)

Моем, моем руки,

Моем, моем чисто.

Чтоб не были руки,

Как у трубочиста.

Мы большой помоем пальчик,

(Правой рукой трем поочередно пальцы на левой.)

Моем указательный.

И про средний не забудем — Моем обязательно.

А потом и безымянный,

И мизинчик тоже.

Очень радуются пальцы

Чистой, нежной коже.

Мы руками потрясем, (Трясем кистями рук.)

И все капельки стряхнем.

Полотенцем вытираем (Одна ладонь вытирает другую.)

И к обеду приступаем. (Правая рука изображает ложку.)



«Маша каши наварила»

Маша каши наварила,

Маша кашей всех кормила.

(указательным пальцем правой руки дети мешают в
левой ладошке)

Положила Маша кашу (загибают по одному пальчику
на левой руке)

Кошке – в чашку,

Жучке – в плошку,

А коту – в большую ложку.

В миску – курицам, цыплятам

И в корытце поросятам.

Всю посуду заняла, (разжимают кулачок)

Все до крошки раздала. (сдувают «крошку» с ладошки)



«Новые кроссовки»

(Загибать пальчики, начиная с большого)

Как у нашей кошки

На ногах сапожки,

Как у нашей свинки

На ногах ботинки.

А у пса на лапках

Голубые тапки.

А козленок маленький

Обувает валенки.

А сыночек Вовка –

Новые кроссовки.

Вот так. Вот так.

Новые кроссовки.

(«Шагать» по столу средним и указательным пальцами обеих рук)



«Ладушки ладошки»

(Выполняются движения по тексту стихотворения.)

**Мыли мылом ручки.
Мыли мылом ножки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Наварили кашки
Помешали ложкой.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Курочке Пеструшке
Накрошили крошек.**

**Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Хлопали ладошки
Танцевали ножки.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!
Прилегли ладошки
Отдохнуть немножко.
Вот какие ладушки,
Ладушки ладошки!**