



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 138»
(МБДОУ «Детский сад № 138»)

Принята на Педагогическом совете
от 29.07.2024 № 5

Утверждена приказом
от 29.07.2024 № 157

Дополнительная общеобразовательная программа-
дополнительная общеразвивающая программа
(«Озорные пальчики»)

Автор программы: Капелюха О.Д.
Срок реализации: 2 года

город Нижний Новгород

2024 год

Содержание:

1.	Пояснительная записка	3-4
2.	Организационно-педагогические условия	5-6
2.1.	Материально-техническое обеспечение	6
3.	Текущий контроль	6
4.	Форма промежуточной аттестации	6
5.	Учебный план	7
6.	Календарный учебный график	8
7.	Рабочая программа	9-27
8.	Оценочные и методические материалы	28-31

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Озорные пальчики» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 138» (далее - Программа) имеет социально-педагогическую направленность и разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, п.9);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. №1008 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28.

Программа дополнительного образования «Озорные пальчики» является одним из направлений развития активных движений пальцев рук и предназначена для правильного развития мелкой моторики детей раннего возраста и своевременной помощи в формировании последовательной координации движений пальцев рук и навыков ручной умелости.

Одним из немаловажных аспектов развития дошкольника является развитие мелкой моторики и координации движений пальцев рук. Учеными доказано, что развитие руки (мелкая моторика и координация движений пальцев рук) находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка

Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности к обучению. Обычный ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь.

Направленность программы: программа имеет познавательно-речевую направленность.

Актуальность:

Занятия пальчиковой гимнастикой способствует овладению навыками мелкой моторики, помогает развивать речь, повышают работоспособность коры головного мозга, развивают у ребенка психические процессы: мышление, внимание, память, воображение, снимают тревожность.

В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают усталость.

Благодаря пальчиковой гимнастике ребёнок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться.

В.А Сухомлинский писал, что истоки способностей и дарования детей – на кончиках их пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда (ручкой,

карандашом...), тем сложнее движения необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума; чем больше мастерства в детской руке, тем ребёнок умнее.

Новизна:

Новизной и отличительной особенностью программы «Озорные пальчики» является:

- обучение детей проводится с двухлетнего возраста;
- подобран и систематизирован материал пальчиковых игр и упражнений по развитию мелкой моторики;
- в занятия включены игры с предметами;
- занятия по данной программе проводятся в игровой форме. Во время игры максимально реализуется ситуация успеха, следовательно, работа происходит естественно, не возникает психического напряжения.

Педагогическая целесообразность: заключается в том, что занятия включают не только пальчиковые игры, а также используются различные предметы: скалки-каталки, массажные мячи, прищепки, бумагу и т.д.

Программа разработана с учетом основных принципов:

1. Принцип «от простого к сложному».
2. Принцип активности и посильной самостоятельности (активное соучастие и сотворчество взрослого и ребенка).
3. Принцип эмоциональности (поддерживает устойчивость действий ребенка, направленности интереса и т.п., необходимо эмоциональное взаимодействие взрослого и ребенка).
4. Принцип повторности, поэтапности, цикличности (позволяет взрослому осуществить живое общение, учитывая особенности восприятия и индивидуального реагирования).

Цель программы: развитие мелкой моторики и координации движений пальцев рук.

Задачи:

1.Образовательные:

- Совершенствовать мелкую моторику посредством пальчиковых игр.
- Формировать умение подражать взрослому, понимать смысл речи.
- Формировать практические умения и навыки с различными материалами.

2. Развивающие:

- Развивать способности координированной работы рук со зрительным восприятием.
- Развивать тактильную чувствительность.

3.Воспитательные:

- Воспитывать у детей желание, заинтересованность к занятиям пальчиковой гимнастикой.
- Формировать положительно эмоциональный настрой.

Целевые ориентиры.

- Ребенок проявляет интерес к выполнению пальчиковых игр.
- Справляется с заданиями, требующих координированных движений рук.
- Выполняет задания по словесной и зрительной инструкции.
- Возросла речевая активность детей.
- Дети используют пальчиковую гимнастику в повседневной жизни.

Планируемые результаты освоения Программы:

МОДУЛЬ 1

- Ребенок проявляет интерес к выполнению пальчиковых игр.
- Выполняет задания по словесной и зрительной инструкции.
- Справляется с заданиями, требующих координированных движений рук, проговаривая слова.

МОДУЛЬ 2

- Выполняет задания по словесной и зрительной инструкции.
- Выполняет движения пальчиковых игр как левой, так и правой рукой и обеими вместе.
- Может, с небольшой помощью взрослого, рассказать и показать пальчиковую игру.

2. Организационно – педагогические условия.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей 1,6-3 лет.

Срок реализации программы: 2 года.

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по 10 минут.

Наполняемость группы: 10 человек.

Основной формой обучения детей является занятие.

Структура занятия:

1. Вводная часть.

Содержание: приветствие и самомассаж кистей рук и пальцев.

Цель вводной части: положительный эмоциональный настрой детей на занятие и разогревание рук.

В содержание вводной части первых восьми занятий включены подготовительные игры, для того чтобы обратить внимание малыша на его руки, приучить к тому, что с руками можно проводить много разнообразных и интересных игр. Такие игры не развивают тонкие движения кистей и пальцев, но вполне достигают своей цели – ребенку должно понравиться играть с руками.

2. Основная часть.

Содержание: пальчиковые игры для развития мелкой моторики (движения кистями рук, составление простых фигур из пальцев, простые фигуры из пальчиков одной руки, согласованные действия двумя руками), игры с предметами и материалами.

3. Заключительная часть.

Содержание: упражнения на релаксацию.

Цель заключительной части: расслабление мышц кистей рук и пальцев.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- Подгрупповая

Методы организации работы кружка

- беседа

- художественное слово

- физические упражнения

- индивидуальная корректировка действий.

Программа содержит следующие направления работы:

- самомассаж

- пальчиковые игры

- игры и действия с предметами

- игры на релаксацию

3. Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Ноутбук	1
2.	Игрушки-персонажи	5
3	Специальные предметы: мячи массажные, скалки-каталки, прищепки, крышки, губки, шнурки, салфетки.	по 10 шт.
4	Стол для детей	5
5	Стул для детей	10

4. Текущий контроль

Текущий контроль проводится на каждом занятии. Это оценка качества усвоения изученного материала на занятии каждым ребенком. Результат фиксируется в «Журнале учёта занятий» согласно критериям:

Критерии	Обозначение
У обучающегося усвоение материала находится в стадии формирования	Красная клетка
Обучающийся частично усвоил материал	Жёлтая клетка
Обучающийся усвоил материал полностью	Зелёная клетка

Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения дополнительной общеобразовательной программы. Промежуточная аттестация усвоения дополнительной общеобразовательной программы «Озорные пальчики» (для детей 2-3 года жизни) проводится два раза в год (декабрь, май) по итогам завершения каждого модуля:

1. «Модуль 1».

2. «Модуль 2»

Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания. Результат фиксируется в протоколе, который хранится два года в методическом кабинете.

5. Учебный план.

№ п/п	Виды, формы деятельности	Количество академических часов за учебный год
Модуль № 1.		
1.	«Маленький котенок»	2
2.	«Осенние листочки»	2
3.	«Чижик - Пыжик»	2
4.	«Кошачья песенка»	2
5.	«Зайка серенький»	2
6.	«Части тела»	2
7.	«Паучок»	2
8.	«Уточка»	2
9.	«Ёжик»	2
10.	«Маленькие ножки»	2
11.	«Барабанчики»	2
12.	«Маленький Егорка»	2
13.	«Мы капусту рубим»	2
14.	«Замок»	2
15.	«Черепашка»	2
16.	«Вышли пальчики гулять»	31,5
	Промежуточная аттестация	0,5
Модуль № 2.		
17.	«Моторчики»	2
18.	«Ладошки»	2
19.	«Перчатка»	2
20.	«Молоточки»	2
21.	«Семья»	2
22.	«Птички»	2
23.	«Воробышки»	2
24.	«Шум дождя»	2
25.	«Жук на дереве сидит»	2
26.	«Апельсин»	
27.	«Два пожарника бежали»	2
28.	«Котик»	2
29.	«Пальчики в лесу»	2
30.	«Дарики-комарики»	12
31.	«Велосипед»	2
32.	«Повторялочки»	31,5
	Промежуточная аттестация	0,5

--	--	--

№	Модуль	Количество часов
1	Пальчиковая гимнастика	31,5
2	Промежуточная аттестация	0,5
Итого по модулю: 32		
1	Пальчиковая гимнастика	31,5
2	Промежуточная аттестация	0,5
	Итого по модулю:	32
	Всего часов:	64
	Длительность одного занятия (академический час)	10
	Количество занятий в неделю	2 / 20мин
	Количество занятий в месяц	8 / 80мин
	Количество занятий в учебном году	64/640мин

7.Рабочая программа

Период	Неделя	Тема занятий	Количество академических часов за учебный год
Октябрь	1 Дикие животные	«Дикие животные» Самомассаж ладоней и пальцев рук семенами фасоли Статическое упражнения «Заяц», «Волк и лиса» Пальчиковая игра «В лесу»	2
	2 Я - человек	«Человечки» Самомассаж ладоней и пальцев рук Статическое упражнение «Человечки» Пальчиковая игра «Моя семья» Игра «Кто быстрее?» (накручивание веревочки)	2
	3 Профессия -швея	«Помощники» Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статическое упражнение «Ножницы» Пальчиковая игра «Я перчатку одеваю» Дидактическая игра «Чудесный мешочек»	2
	4 Профессия -строитель	«Мы строители» Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом Статическое упражнение «Дом» Пальчиковая гимнастика: «Строим дом»	2
Ноябрь	1 Транспорт	«Транспорт» Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статическое упражнение «Лодка» Пальчиковая игра «Транспорт»	2

	2 Птичья столовая	«Птичья столовая» Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом Статистическое упражнение «Птичка» Пальчиковая игра «Птичья столовая»	2
	3 Здравствуй, зима	«Зима» Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Снежок» Пальчиковая игра «Зимняя прогулка»	2
	4 Предметы вокруг нас - аквариум	«Рыбки» Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Рыбка» Пальчиковая игра «Пять рыбок»	2
Декабрь	1 В лесу зимой	«Звери зимой» 1.Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Медведь» Пальчиковая игра «Зимой в лесу» Инсценировка укр.н.с. «Рукавичка»	2
	3 Я- гражданин	«Мои вещи» Самомассаж ладоней и пальцев рук шарик с горохом Статистическое упражнение «Шарик» Пальчиковая игра «Мои вещи»	2
	3 Зимние забавы	«Зимние забавы» Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статистическое упражнение «Мостик» Пальчиковая игра «Зимние забавы» Игра «Кто быстрее?» (накручивание веревочки)	2
	4 Скоро Новый год	«Маленькой елочке холодно зимой» Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой Статистическое упражнение «Елка» Пальчиковая игра «Ёлочка»	2
Январь	1 Народные промыслы	«Жили у бабуси два весёлых гуся» Самомассаж ладоней и пальцев рук грецким орехом Статистическое упражнение «Гусь» Пальчиковая игра «Домашние птицы» Обыгрывание р.н.песни «Жили у бабуси два весёлых гуся»	2
	2 Домашние животные	«Мои любимые животные» Самомассаж ладоней и пальцев рук конструктором Статическое упражнение «Мышка», «Кошка» Пальчиковая игра «Мышка и кошка» Пальчиковый театр «Репка»	2

	3 Фантазеры	«Домик» Самомассаж ладоней и пальцев рук шариком с горохом. Статистическое упражнение «Дом с балконом» Пальчиковая игра «Я хочу построить дом» Инсценировка «Большое и маленькое»	2
	4 Любимые игрушки	«Любимые игрушки» 1.Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом 2.Статистическое упражнение «Зайка и барабан» 3.Пальчиковая гимнастика «Мальчики- пальчики»	2
Февраль	1 В гостях у сказки	«Теремок» Самомассаж ладоней и пальцев рук массажными мячиками Статистические упражнения «Домик» Пальчиковая игра «Терем-теремок» Инсценировка р.н.с. «Теремок»	2
	2 Гордое звание - Мужчина	«Пилим и строгаем — папе помогаем» Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Клещи» Пальчиковая игра «Гвозди»	2
	3 Люди искусства	«Цветочек радуется солнышку» Самомассаж ладоней и пальцев Статистическое упражнение «Цветок» Пальчиковая игра «Хризантемы» Инсценировка «Весна»	2
	4 Мамы всякие нужны	«Мамины помощники» Самомассаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком Статистическое упражнение «Кольцо» Пальчиковая игра «Мамина помощница»	2
Март	1 Моя мама	«Цветок для мамы» Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статистическое упражнение «Цветок» Пальчиковая игра «Алые цветочки» Инсценировка «Подарок маме»	2
	2 Приметы весны	«Солнышко» Пальчиковая игра «Солнышко» Инсценировка «Утренние лучи»	2
	3 Весна в природе	«Пришла весна» Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой Статистическое упражнение «Дерево» Пальчиковая игра «Пришла весна»	2
	4 Насекомые	«Найди цветок для бабочки» 1.Самомассаж ладоней и пальцев рук. 2.Статистическое упражнение «Солнечные лучи» 3. Пальчиковая игра «Бабочка»	2

Апрель	1 Маленькие исследователи	«Капель» Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статистическое упражнение «Бочка» Пальчиковая игра «Капельки»	2
	2 Космос	«Отправляемся в полет» Самомассаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком Статистическое упражнение «Бинокль» Пальчиковая игра «Космос» Игра «Кто быстрее долетит до планеты»	2
	3 Весна в искусстве	«Травка зеленеет» Самомассаж ладоней и пальцев рук Пальчиковая игра «Радуга» Инсценировка «Птица и птенчики»	2
	4 Мир, труд, май	«Дружба» Самомассаж ладоней и пальцев рук грецким орехом Статистическое упражнение «Цепочка» Пальчиковая игра «Дружба»	2
Май	1 Наша армия сильна	«Бойцы-молодцы» Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом Статистическое упражнение «Пушки» Пальчиковая игра «Бойцы-молодцы»	2
	2 9 мая	«Мы идем на парад» Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Флажки» Пальчиковая игра «Парад»	2
	3 Скоро лето!	«Вот и лето наступило» Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой Статистическое упражнение «Жук» Пальчиковая игра «Лето»	2
	4 Лето красное	«Лето» Самомассаж ладоней и пальцев рук грецким орехом Статистическое упражнение «Птенчики в гнезде» Повторение пальчиковых игр по выбору детей	2
Количество часов в год:			64

8. Оценочные и методические материалы

Промежуточная аттестация: аттестация проводится методом педагогического наблюдения по завершении каждого модуля (январь, май). Ребёнку предлагаются задания, выполнение которых анализируется с помощью определённых критериев. Результат заноситься в протокол.

Обозначение	Критерии
-------------	----------

задание выполняет (согласует движения кистей рук со словами пальчиковых игр)	красная точка
задание выполняет с ошибками (не точно согласует движения кистей рук со словами пальчиковых игр)	зеленая точка
задание выполняет не правильно (нет согласованности в движениях кистей рук и словами)	синяя точка

Обработка результатов промежуточной аттестации:

Красный уровень – Программа усвоена в полном объеме.

Зеленый уровень - Программа частично усвоена.

Синий уровень - усвоение Программы находится в стадии формирования.

9. Формы работы с родителями

- Индивидуальные беседы с рекомендациями по каждому конкретному ребенку.
- Размещение консультаций данного направления на сайте ДОО.
- В конце учебного года изготовление «Журнала достижений».

Методические материалы

1. Е.А. Янушко «Развитие мелкой моторики у детей раннего возраста». М.: Владос, 2017.
2. Е.Б. Шмелева «Пальчиковые игры». М.: Ювента, 2015.

Планируемые результаты

По окончании реализации программы работы кружка предполагается овладение детьми определенными знаниями, умением, навыками, выявление и осознание ребенком своих способностей, формирование общетрудовых и специальных умений:

- Повысился уровень развития мелкой моторики рук младших дошкольников;
- Дети правильно согласуют движения кистей рук со словами пальчиковых игр и потешек;
- Дети научатся следовать устным инструкциям
- Управлять своими действиями и концентрировать внимание на одном виде деятельности;
- Выполнять движения пальчиковых игр как левой, так и правой рукой и обеими вместе.
- У детей развита гибкость и подвижность пальцев и кистей рук.
- Научатся приемам работы различными материалами;
- Улучшат свои коммуникативные способности и приобретут навыки работы в коллективе;
- Увеличился активный словарь детей;
- Знают текст и умеют играть в пальчиковую игру;
- Самостоятельно выполняют жесты и показывают взрослому;
- Используют игры в повседневной жизни детского сада и дома, проявляя при этом интерес.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Анкета для родителей по пальчиковым играм

1. Знаете ли вы, что такое «пальчиковые игры»? _____
2. Согласны ли вы с утверждением, что пальчиковые игры полезны для развития детей?
а) да б) нет в) не уверен
3. Знаете ли вы пальчиковые игры (текст, движения). Если «да», то укажите, сколько и какие? _____
4. Вы видите, что взрослый играет с ребёнком в пальчиковую игру. Выскажите своё мнение:
 - развлекает ребёнка
 - наверное, этот человек воспитатель
 - полезно для ребенка
 - пустое времяпровождение
 - надо запомнить и поиграть со своим ребенком.
 - свой вариант _____
5. Играете ли вы со своим ребенком в пальчиковые игры?
а) да б) нет в) иногда г) не хватает времени д) свой вариант
6. Кто из членов семьи чаще играет с ребенком в пальчиковые игры.
а) мама б) папа в) бабушка г) дедушка д) свой вариант
7. Как вы считаете, есть ли связь между умением ребёнка в младшем возрасте выполнять движения пальчиковых игр с успешным обучением в школе?
а) да б) нет в) не уверен
8. Хотели бы вы узнать больше о значении пальчиковых игр для развития ребёнка и узнать новые игры?
а) да б) нет

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Комплекс упражнений:

“Кольцо”: соединить большой и указательный пальцы вместе, остальные пальцы поднять вверх. Пальцы в данном положении удерживать под счёт до 10 (3 раза).

Задания выполняются в медленном темпе, 1р., 2р. Во время занятий нужно учитывать индивидуальные особенности ребёнка, возраст, настроение, желание и возможности. Главное, чтобы занятие приносило положительные эмоции.

“Коза”: вытянуть вперёд указательный палец и мизинец. При этом средний и безымянный пальцы прижаты большим пальцем к ладони (2-3 раза под счёт до 10).

“Три богатыря”: поднять вверх указательный, средний, безымянный пальцы, соединённые вместе. При этом большой палец удерживает мизинец на ладони (3 раза под счёт до 8).

“Заяц”: вытянуты вверх средний и указательный пальцы. При этом мизинец и безымянный пальцы прижать большим пальцем к ладони (3 раза под счёт до 10).

“Вилка”: вытянуть вверх три пальца (указательный, средний, безымянный) расставлены врозь. При этом большой палец удерживает мизинец на ладони (1 раз под счёт до 10).

Сила тонуса. “Сожми мои ладони так крепко, как сильно любишь меня”.

Комплекс заданий:

Животные

Крокодил. Указательный палец и мизинец согнуть и оттянуть назад (глаза). Средний и безымянный пальцы вытянуть вперед. Прямой большой палец прижать к ним снизу, образуя пасть крокодила.

Курочка. Соединить концы большого и указательного пальцев (клюв). На клюв веерообразно накладываются друг на дружку остальные пальцы - это гребешок.

Петушок. Клюв, как у курочки, но полусогнутые пальцы не касаются друг друга (гребешок). Гребешок колыхается при движении петушка.

Сова. Большой палец и мизинец отведены в сторону (крылья совы), они могут двигаться при полете. Оставшиеся три пальца согнуты так, что подушечки прижаты к основанию пальцев (голова).

Мышка. Указательный палец и мизинец согнуть, оттянуть назад, подушечки прижать к основанию пальцев (уши). Большой палец прижать к ладони, на него наложить средний и безымянный. Концы пальцев держать на весу, не прижимая к большому пальцу, - это мордочка мышки, которая при диалогах шевелится.

Лягушка. Указательный палец и мизинец согнуть, оттянуть назад (глаза). Безымянный и средний согнуть, прижать к середине ладони. Большой палец горизонтально приложить к ногтям среднего и безымянного пальца (рот).

Лошадка. Повернуть руку ладонью к себе, большой палец поднять вверх. На ребро этой ладони сверху положить согнутые четыре пальца другой руки (грива). Два больших пальца подняты вверх (уши). Лошадь может потряхивать гривой, шевелить ушами, открывать и закрывать рот.

Зайцы. Вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и средний соединить.

Улитка с усиками. Положить правую руку на стол, поднять указательный палец и средний, и расставить их, левую руку положить сверху.

Ежик. Ладони соединить, прямые пальцы выставить вверх.

Кот. Средний и безымянный пальцы правой руки прижать к ладони большим пальцем, указательный и мизинец слегка согнуть поднять руку вверх.

Волк. Соединить большой, средний и безымянный пальцы правой руки, указательный и мизинец слегка согнуть, поднять вверх.

Лиса и заяц. Лиса "крадется" - все пальцы медленно "шагают" по столу вперед, заяц "убегает", перебирая пальцами, быстро двигается назад.

Пчелы. Указательным пальцем правой руки, затем левой руки вращать вокруг.

Паук. Пальцы согнуты, медленно передвигаются по столу.

Бабочка. Ладони соединить тыльной стороной, махать пальцами, плотно сжатыми вместе, - "бабочка машет крыльями".

Коза. Вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, а затем левой руки. Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук). Можно также делать упражнения с использованием стихов.

Собака

"У собачки острый носик,

Есть и шейка, есть и хвостик"

Правая ладонь на ребро, на себя. Большой палец вверх. Указательный, средний и безымянный - вместе. Мизинец попеременно опускается и поднимается.

Мышка

"Серенький комочек сидит

И бумажкой все шуршит"

Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному пальцам.

Зайка и ушки

"Ушки длинные у зайки,

Из кустов они торчат,

Он и прыгает, и скачет,

Веселит своих зайчат"

Пальчики в кулачок. Выставить вверх указательные пальцы. Ими шевелить в стороны

Зайка и зеркало

"Зайка в зеркальце глядит

И ушами шевелит"

Левая ладонь кверху, делаем "козу". Сверху на нее накладываем правую руку, которая тоже изображает "козу" (тыльной стороной вверх). Выставляем вверх и вниз средние и безымянные пальцы обеих рук и двигаем ими в противоположные стороны.

Зайчик в норке

"У елки на пригорке

Спрятался зайчишка в норке"

Левая ладонь почти горизонтальная, правая тоже. Указательный и мизинец правой руки упираются в указательный и мизинец левой. Средний и безымянный пальцы правой руки подняты и разведены в стороны (ушки). Большой палец прижат.

Зайка и барабан

"Зайка взял свой барабан

И ударил трам - трам - трам"

Пальчики в кулачок. Указательный и средний пальцы вверх, они прижаты. Безымянным и мизинцем стучит по большому пальцу.

Лошадка

"У лошадки вьется грива,
Бьет копытами игриво"

Правая ладонь на ребре от себя. Большой палец кверху. Сверху на нее накладывается левая ладонь под углом, образуя пальчиками гриву. Большой палец кверху. Два больших пальца образуют уши.

Коза

"У козы торчат рога,
Может забодать она"

Внутренняя сторона ладони опущена вниз. Указательный и мизинец выставлены вперед. Средний и безымянный прижаты к ладони и обхвачены большим.

Гусь

"Гусь стоит и все гогочет,
Ущипнуть тебя он хочет"

Предплечье вертикально. Ладонь под прямым углом. Указательный палец опирается на большой. Все пальцы прижаты друг к другу.

Петушок

"Петушок стоит весь яркий,
Гребешок он чистит лапкой"

Ладонь вверх указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в стороны и подняты вверх.

Курочка

"Курочка прыг на крыльцо:
Я снесла тебе яйцо"

Ладонь располагается горизонтально. Большой и указательный пальцы образуют глаз. Следующие пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении.

Осы

"Осы любят сладкое, к сладкому летят.
И укусят осы, если захотят"

Выставить средний палец, зажать его между указательным и безымянным вращать им в разные стороны.

Жук

"Жук летит, жужжит, жужжит
И усами шевелит"

Пальчики в кулачок. Указательный и мизинец разведены в стороны, ребенок шевелит ими.

Птенчики в гнезде

"Птичка крылышками машет и летит к себе в гнездо.

Птенчикам своим расскажет, где она взяла зерно"

Обхватить все пальчики правой руки левой ладонью и ими шевелить.

Краб

"Краб ползет по дну,
Выставив свою клешню"

Ладони вниз, пальцы перекрещены и опущены вниз. Большие пальцы к себе. Передвигаем на пальчиках ладони сначала в одну сторону, затем в другую.

Слон

"В зоопарке стоит слон.

Уши, хобот, серый он.

Головой своей кивает,

Будто в гости приглашает"

Ладонь на себя. Средний палец опущен. С одной стороны, он зажат мизинцем и безымянным, а с другой - указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качаем всей кистью.

Птичка

"Пальчики - головка,

Крылышки - ладошка"

Ладони повернуты к себе, большие пальцы выпрямлены от себя и переплетены (как бы цепляются друг за дружку), большие пальцы - головка, остальные сомкнутые пальцы - крылья. Помахать ими.

Филин

"Сидит филин на суку

И кричит бу - бу - бу - бу"

Руки в кулачок, прижаты, большие пальчики - вверх (ушки), указательные пальцы вместе; они выставлены на вас, (нос).

Волк и лиса

"Серый волк бежит по лесу,

А за ним бежит лиса.

Поднялись у них трубою

Два пушистеньких хвоста"

Волк. Делаем "пароходик", большие пальцы разводим в стороны. Указательные пальцы сгибаются внутрь ладоней и образуют лоб, а остальные в виде "лодочки" - верхнюю и нижнюю челюсти. Лиса. Выполняем то же самое, но внутрь ладони сгибаем еще мизинцы, чтобы мордочка у лисы была острее. Большие пальцы чуть сгибаем. Одна фигурка вытекает из другой.

Крокодил

"Крокодил плывет по речке,

Выпучив свои глаза

Он зеленый весь, как тина,

От макушки до хвоста"

Ладонь выставлена вперед горизонтально (параллельно полу). Большой палец под ладонью. Указательный и мизинец согнуты (глаза) и прижаты соответственно к среднему и безымянному.

Растения

- *Ромашка*. (Соединить обе руки, прямые пальцы развести в стороны).
- *Тюльпан*. (Полусогнутые пальцы обеих рук соединить, образуя чашечку цветка).
- *Колокольчик*. (То же, но пальцы разъединены).
- *Корни растений*. (Прижать руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз).

- *Деревья.* (Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы). Можно также делать упражнения с использованием стихов:

Дерево

"У дерева ствол, на стволе много веток,
А листья на ветках зеленого цвета"

Прижать руки тыльной стороной друг к другу. Пальцы растопырены и подняты вверх. Шевелить кистями и пальцами.

Елка

"Елка быстро получается,
Если пальчики сцепляются.

Локотки ты подними,
Пальчики ты разведи"

Ладони от себя, пальчики пропускаются между собой (ладони под углом друг к другу). Пальчики выставляются вперед. Локотки к корпусу не прижимаются.

Колокольчик

"Колокольчик все звенит,
Язычком он шевелит"

Тыльные стороны рук обращены вверх, пальцы обеих рук скрещены. Средний палец правой руки опущен вниз, и ребенок им свободно вращает.

Люди

- *Человечек.* Указательный и средний пальцы правой руки, потом левой руки бегают по столу.
- *Пожарник.* Левая рука упирается в стол. Указательный и средний пальцы правой руки бегут по ней. Поменять руки.
- *Пассажиры в автобусе.* (Скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук вверх, большие пальцы вытянуты вверх).
- *Двое разговаривают.* Согнуть обе руки в кулак, большие пальцы вытянуть вверх, приблизить их друг к другу.
- *Маляр.* Рука-это кисть. Пальцы-волоски кисти. Макните кисть в краску и красьте разными руками поочередно: сверху вниз, слева направо и т.д.

Предметы

- "Очки" (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их).
- "Ножницы" (указательный и средний пальцы правой руки и левой руки имитируют стрижку ножницами).
- "Колокол" (скрестить пальцы обеих рук, тыльные стороны обратить вверх, опустить средний палец правой и левой руки вниз и синхронно вращать их).
- "Дом" (соединить наклонно кончики правой и левой руки).
- "Стол" (правую руку согнуть в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку).
- "Стул" (правую руку согнуть в кулак, а левую прислонить к ней вертикально).
- "Ворота" (соединить кончики средних и безымянных пальцев обеих рук, большие пальцы поднять вверх или согнуть внутрь).
- "Мост" (расположить руки ладонями друг к другу, пальцы округлить, соединить кончики пальцев обеих рук).

- "Замок" (Ладони вместе. Пальцы расположены между пальцами противоположной руки).
- "Лодочка" (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыть их).

Можно также делать упражнения с использованием стихов.

Домик

"Дом стоит с трубой и крышей,
На балкон гулять я вышел"

Ладони направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются; средний палец правой руки поднят вверх, кончики мизинцев касаются друг друга, выполняя прямую линию (труба, балкон).

Очки

"Бабушка очки надела
И внучонка разглядела"

Большой палец правой и левой руки вместе с остальными образуют колечко. Колечки поднести к глазам.

Замок

"Пальцы сплетем
И замок мы получим.
Еще повторим,
И получится лучше"

Ладонки прижаты друг к другу. Пальцы переплетены. Перебираем ими.

Флажок

"Я в руке флажок держу
И ребятам им машу"

Четыре пальца (указательный, средний, безымянный и мизинец) вместе большой опущен вниз. Тыльная сторона ладони к себе.

Лодка

"Лодочка плывет по речке,
Оставляя на воде колечки"

Обе ладони поставлены на ребро, большие пальцы прижаты к ладоням (как ковши).

Пароход

"Пароход плывет по речке,
И пыхтит он, словно печка"

Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковши), а большие пальцы подняты вверх.

Стул

"Ножки, спинка и сиденье -
Вот вам стул на удивленье"

Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок (большим пальцем к себе). Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять руки.

Стол

"У стола четыре ножки,
Сверху крышка, как ладошка"

Левая рука в кулачок. Сверху на кулачок опускается ладошка. Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук: правая в кулачке, левая ладонь сверху кулачка. Можно делать попеременно на счет раз.

Грабли

"Листья падают в саду,
Я их граблями смету"

Ладони на себя, пальчики переплетены между собой, выпрямлены и тоже направлены на себя.

Цепочка

"Пальчики перебираем
И цепочку получаем"

Большой и указательный пальцы левой руки в кольцо. Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой - указательный, большой средний и т. д. Это упражнение можно варьировать, меняя положения пальчиков. В этом упражнении участвуют все пальчики.

Скворечник

"Скворец в скворечнике живет
И песню звонкую поет"

Ладони вертикально поставлены друг к другу, мизинцы прижаты (как лодочка), а большие пальцы загнуты вовнутрь.

Шарик

"Надуваем быстро шарик.
Он становится большой.

Вдруг шар лопнул, воздух вышел -
Стал он тонкий и худой"

Все пальчики обеих рук в "щепотке" и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух "выходит", и пальчики принимают исходное положение.

Корзинка

"В лес корзинку я беру
И грибы в нее кладу"

Ладони на себя, пальчики переплетаются, и локотки разводятся в стороны. Ладони как бы разъезжаются, и между пальцами образуются зазоры. Большие пальчики образуют ручку.

Массаж карандашами

- Растирание ладоней шестигранным карандашом, несколькими карандашами движениями вверх – вниз. Ладони расположены вертикально (горизонтально).
- Удерживать карандаш каждым согнутым пальцем, двумя любыми согнутыми пальцами под счет до 10. Удерживать карандаш пальцами, расположенными так: указательный и безымянный сверху, средний и мизинец –снизу.

Стихотворение:

-Карандаш в руках катаю, между пальчиков верчу.

Непременно каждый пальчик быть послушным научу.

-Карандаш в руках катаю, я ладошки растираю.

Я ладошки разотру, рисовать потом пойду.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Игровой самомассаж для развития мелкой моторики пальцев рук с использованием прищепок.

Слова	Действия
Мы весёлые прищепки, Коль поймам держим крепко! Раз, два, три, четыре, пять! Прищепки будем мы катать!	<i>(Прищепка лежит на левой руке, любимся ею, покачивая головой вправо-влево, накрываем её правой рукой и прокатываем между ладонями)</i>
Большой пальчик мы поймаем И немного покачаем!	<i>(Ловим прищепкой большой палец левой руки и качаем пальчик с прищепкой)</i>
Указательный поймаем И немного покачаем!	<i>(Ловим указательный палец левой руки и качаем)</i>
Средний пальчик мы поймаем И немного покачаем!	<i>(Ловим средний палец левой руки и качаем)</i>
Безымянный мы поймаем И немного покачаем!	<i>(Ловим безымянный палец левой руки и качаем)</i>
И мизинец мы поймаем И немного покачаем!	<i>(Ловим мизинец левой руки и качаем)</i>
Раз, два, три, четыре, пять! Прищепки будем мы катать!	<i>(Прищепка лежит на правой руке, накрываем её левой рукой и прокатываем между ладонями, затем выполняем аналогичные действия на левой руке)</i>
1, 2, 3, 4, 5! Мы закончили играть. Пальчики свои встряхнём И немного отдохнём!	<i>(Соединяем поочерёдно пальцы обеих рук, встряхиваем кисти рук, закрываем глаза, отдыхаем)</i>

Игровой самомассаж с элементами пальчиковой гимнастики для активизации речи, познавательной деятельности, развития мелкой моторики пальцев рук с использованием конструктора «Лего».

Слова	Действия
-------	----------

1, 2, 3, 4, 5! Конструктором будем мы играть!	<i>(Загибаем-разгибаем пальчики на обеих руках одновременно)</i>
Конструктором будем мы играть! Своим ручкам помогать!	<i>(Кулачки-ладошки ударяем друг о друга поочерёдно)</i>
Конструктор в руки мы возьмём На руку левую кладём, Правой ручкой накрываем И ладошками катаем.	<i>(Выполняем действия в соответствии с текстом, прокатывание конструктора между ладонями, правая рука сверху)</i>
Сейчас руки поменяем, Точно также покатаем.	<i>(Меняем положение рук прокатывание конструктора между ладонями, левая рука сверху)</i>
В ручку правую возьмём И сильнее его сожмём!	<i>(Сжимаем конструктор в правой руке)</i>
Руку быстро разжимаем, На "пианино" поиграем.	<i>(Имитируем игру на пианино правой рукой)</i>
В ручку левую возьмём И сильнее его сожмём.	<i>(Сильно сжимаем в левой руке)</i>
Руку быстро разжимаем, На "пианино" поиграем.	<i>(Имитируем игру на пианино правой рукой)</i>
Мы конструктор убираем Пальцы быстро загибаем. Раз, два, три, четыре, пять! На левой ручке посчитаем, Пальцы быстро загибаем. Раз, два, три, четыре, пять!	<i>(Убираем на край стола) (Загибаем пальцы на правой руке) (Загибаем пальцы на левой руке)</i>
Пальчики свои встряхнём, Заниматься мы начнём!	<i>(Интенсивно трясём ладошки, продолжаем занятие)</i>

Игровой самомассаж для активизации речи, мышления, развития мелкой моторики рук и повышения иммунитета детей.

Слова	Действия
1, 2, 3, 4, 5! С горошком будем мы играть!	<i>(Загибаем-разгибаем пальчики на обеих руках одновременно)</i>
С горошком будем мы играть- Своим ручкам помогать!	<i>(Кулачки-ладошки ударяем друг о друга поочерёдно)</i>
В ручку правую возьму, Крепко пальцами сожму. Между пальцами катаю, Всё сильнее нажимаю.	<i>(Выполняем действия в соответствии с текстом))</i>
Указательный, большой, Поиграйте вы со мной!	<i>(Катаем горошек между большим и указательным пальцами правой руки)</i>

Средний пальчик и большой, Поиграйте вы со мной!	<i>(Катаем горошек между большим и средним пальцами правой руки)</i>
Безымянный пальчик и большой, Поиграйте вы со мной!	<i>(Катаем горошек между большим и безымянным пальцами правой руки)</i>
И мизинец, и большой, Поиграйте вы со мной!	<i>(Катаем горошек между большим и мизинцем правой руки)</i>
В серединке на ладошке Покатаю я немножко. Как колобок горох катаю, Всё сильнее нажимаю.	<i>(Катаем горошину в ладошке по кругу)</i>
В ручку левую возьму, Крепко пальцами сожму. Между пальцами катаю, Всё сильнее нажимаю.	<i>(Аналогично выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)</i>
Мы горошинки возьмём, На край стола их уберём! Ах! Ах! Ох! Ох! Был массаж у нас неплох!	<i>(Убираем горошину на край стола)</i> <i>(Выражаем положительные эмоции)</i>