

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
физическому развитию детей № 81 «Солнышко»
городского округа «город Якутск»

ПРОГРАММА КРУЖКА «Пальчиковые игры с детьми 3 – 4 лет»



Разработала: Килина
Ирина Александровна

АКТУАЛЬНОСТЬ.

Важность развития мелкой моторики рук получила научное обоснование. Ведущие психологи и учёные, которые занимаются изучением деятельности детского мозга, психики детей отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Специалисты Института физиологии детей и подростков установили, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Так как проблема развития мелкой мускулатуры рук дошкольников является очень важной, педагогам следует провести с детьми углублённую работу в этом направлении, обеспечивая тесный контакт со специалистами ДОУ (психологом, логопедом) и семьями воспитанников, начав эту работу задолго до поступления детей в школу (с младшей группы). Считаем, что эпизодическая нерегулярная деятельность по развитию мелкой моторики рук малышей не сможет дать заметного положительного эффекта, поэтому решено создать приемлемую для нашей возрастной группы и существующих материальных условий, систему занятий с детьми в рамках кружковой деятельности.

Принимая во внимание возрастные особенности детей 3-4 лет, мы определили, что наиболее оптимальным для проведения индивидуальных и групповых упражнений является время, отведённое для игр во второй половине дня. Кроме того, мы включаем игры с пальчиками в различные виды ООД в качестве физкультминутки.

Изучив работы по данной проблеме разных авторов, мы заметили, что одни из них отдают предпочтение изобразительной деятельности и штриховке (Е.В. Черных), вторые – театральной деятельности (А.В. Мельникова), третьи конструированию (З.И. Богатеева), четвёртые – пальчиковой гимнастике (Т.В. Фадеева) и др.

На основании всего изученного нами была разработана программа кружка «С пальчиками играем, речь развиваем»

Данная программа предназначена для правильного развития мелкой моторики детей младшего дошкольного возраста и своевременной помощи в формировании последовательной координации движений пальцев рук и навыков ручной умелости.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

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

Цель программы: организация системы работы, направленной на развитие мелкой моторики рук посредством пальчиковых игр и упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

Разучить с детьми пальчиковые игры и упражнения.

Упражнять детей четко произносить слова, сочетая их с движениями

Знакомить детей с названием пальчиков

Формировать навыки исполнительского мастерства.

Развивающие:

Развивать умения производить точные движения кистью и пальцами рук.

Развивать гибкость и подвижность пальцев и кистей рук.

Развивать речь.

Развивать память, творческую активность, пространственное мышление, фантазию.

Воспитывающие:

Воспитывать внимательность к выполнению заданий и усидчивость.

Принципы работы

Эффективность работы будет высокой при условии соблюдения некоторых принципов:

1. Принцип осознания совершаемых действий. Действия ребенка в процессе занятия необходимо сопровождать проговариванием взрослым этих действий.

2. Принцип развернутости освоения навыков. Темп и механизмы освоения навыков у разных детей неодинаков в силу их индивидуальных особенностей. Педагогу следует отработать навыки освоения движений ребенка в оптимальном именно для него режиме.

3. Принцип обратной связи. Педагог по ходу занятия комментирует, помогает, подсказывает и оценивает действия ребенка для закрепления у него правильных двигательных действий.

Режим занятий: Программа рассчитана на 1 занятие в неделю в первую половину дня. Занятия проводятся в группах (10 человек) по 10-15 минут.

Программа включает в себя следующие разделы:

- пальчиковая гимнастика
- пальчиковые игры
- инсценировки
- игры и действия с предметами.

Работа с родителями:

- Изготовление с родителями пальчикового театра.
- Выставки игр и атрибутов по развитию мелкой моторики рук детей;
- Беседы, консультации индивидуальные и групповые
- Конкурс для родителей «Мои любимые игрушки», творческий конкурс по изготовлению игр – шнуровок «Мир фантазий».
- Буклет для родителей «Пальчиковые игры со стихами, со скороговорками».
- Методические рекомендации для родителей по развитию мелкой моторики пальцев.

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 2020-2021 учебный год

Предполагаемый результат:

- развита мелкая моторика рук у детей;
- положительная динамика в развитии речи детей;
- у воспитанников стало более развито внимание, мышление, память, воображение;
- проявление интереса у детей к пальчиковым играм;
- в группе пополнена ППРС играми и пособиями для развития мелкой моторики;
- активное участие родителей в создании условий для развития мелкой моторики у детей.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

В течение всего периода обучения поэтапно проводится диагностика уровня усвоения знаний и формирования навыков у детей на начальном и итоговом этапах (сентябрь, май). Для проведения мониторинга образовательного процесса используется тестирование по следующим показателям:

Мелкая моторика рук.

- дифференцированности движений рук и пальцев рук, координированности и синхронности движений рук, концентрация внимания на одном виде деятельности;
- способность к переключению с одного движения на другое, трудности нахождения поз
- точность движений пальцев рук, дифференцированность пальцев рук, координация движений пальцев рук;
- способность синхронно выполнять движения обеими руками.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

Задание № 1

Выполнение по зрительному образцу:

- соедини 1 и 2 пальцы в кольцо
- пальцы сжаты в кулак, 2 и 3 пальцы вытянуты - "зайчик"
- 2 и 3 пальцы - "коза-дереза"

То же левой рукой.

Задание №2

Выполнение по тактильному образцу с выключением зрительного анализатора:

- с закрытыми глазами задать своей рукой "зайчика" и "козу"
- открыть глаза - повтор движений.

Задание №3

Перенос позы с выключением зрительного анализатора:

- Взрослый делает позу на левой руке, ребенок повторяет на правой и наоборот ("зайчик" и "коза").

Оценка в баллах:

0 баллов: задание не принимает, действует неадекватно;

1 балл: испытывает трудности в нахождении поз, наличие персевераций;

2 балла: отмечается дифференцированность движений пальцев рук, достаточная координация при отсутствии синхронности движений обеих рук;

3 балла: способен синхронно и точно выполнять движения обеими руками.

Месяц	Тема занятий	Количество занятий
Сентябрь	«Осень»	1
	«Деревья»	1
	«Осенняя прогулка с семьей»	1
	«Осенняя одежда»	1
Октябрь	«Собираем урожай. Овощи»	1
	«Собираем урожай. Сад. Фрукты»	1
	«Ягоды»	1
	«Грибы»	1
Ноябрь	«Все работы хороши»	1
	«Профессия - водитель»	1
	«Профессия - швея»	1
	«Профессия - строитель»	1
Декабрь	«Здравствуй, зимушка – зима!»	1
	«В лесу зимой»	1
	«Зимние забавы»	1
	«Скоро Новый год!»	1
Январь	«Домашние животные»	1
	«Жили у бабуси два веселых гуся»	1
	«Домашние животные. Кот»	1
	«Домашние животные. Баран»	1
Февраль	«Транспорт»	1
	«Автобус»	1
	«Велосипед»	1
	«Гордое звание - Мужчина»	1
Март	«Мамин день»	1
	«Цветок для мамы»	1
	«Мамы всякие нужны»	1
	«Мамины помощники»	1
Апрель	«Весна - красна»	1
	«Весна пришла»	1
	«Космос»	1
	«Приметы весны»	1
Май	«Насекомые»	1
	«Насекомые. Бабочка»	1
	«Насекомые. Божья коровка»	1
	«Скоро лето!»	1

- Развитие речи, умение пересказать небольшой отрывок сказки, ориентировка в пространстве
- Знание народных потешки, скороговорки, текста небольших стихотворений и инсценировок
 - Знать названия пальцев рук, ориентироваться в их местоположении;

- Ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д.

Оценка в баллах:

0 баллов: не может рассказать не одной пальчиковой игры, не ориентируется в названиях пальцев рук и пространственном ориентировании;

1 балл: играет в пальчиковую игру с помощью взрослого, повторяет только движения, соответствующие тексту, испытывает трудности в ориентировании в пространстве;

2 балла: для проведения пальчиковой игры или инсценировки требуется незначительная помощь педагога, допускает ошибки в ориентации в пространстве

3 балла: ребёнок может провести несколько пальчиковых игр самостоятельно, сопровождая слова движениями, редко ошибается в ориентировке пространства и названии пальцев рук.

Оценочный ключ для фиксации результатов по программе (уровень, количество баллов):

(**В**) Высокий - 6 баллов, (**С**) Средний - 4-5 баллов, (**Н**) Низкий - до 3 баллов

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ПЕРСПЕКТИВНО-КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ КРУЖКА

Месяц	Неделя	Тема занятий
Сентябрь	1	Осень Пальчиковая гимнастика «Осенние листья». «Листопад» - лист желтой, оранжевой бумаги порвать на мелкие кусочки. Пластилинография «Осеннее дерево» (Учить детей катать из пластилина шарик и сплющивать его пальцами, придавливать шарики, добиваясь изображения листьев).
	2	Деревья Пальчиковая гимнастика «Я по веточке шагаю». Игра «Веселые ладошки» - завязываем узелки, бантики. Игра с прищепками «Осеннее дерево». «Осенние деревья» - рисование ладошками. Упражнение «Похлопаем» - хлопаем в ладоши тихо и громко, в разном темпе. Самомассаж косточками фруктов. «Осенняя прогулка с семьей»
	3	Самомассаж ладоней и пальцев рук. Упражнение «Что спряталось в комочке» разглаживание трафаретов игрушек из бумаги, смятой в комочки. Пальчиковая игра «Дружная семья» Игра с прищепками «Осеннее дерево». «Рисуем мячи» - на манке большие и маленькие предметы (Мяч, шар).
	4	«Осенняя одежда» Катание ребристого карандаша между ладонями (массаж). Игра с пазлами «Осенняя одежда» Пальчиковая игра «Дружные пальчики» Тестопластика. «Помпон для шапки» - лепка из соленого теста Повторение и закрепление пройденного материала
Октябрь	1	Собираем урожай. Овощи. Пальчиковая гимнастика «Квасим капусту». «Морковка» - раскрась по образцу. Упражнение «Помоги Золушке» - рассортируй фасоль

	2	(белую отдельно, красную отдельно). Игра «Что растет в огороде» - чудесный мешочек. Самомассаж камушками – катать по очереди каждым пальчиком камушки.
	3	Сад. Фрукты. Пальчиковая гимнастика «Мы делили апельсин». «Сушка фруктов». Нанизывание на проволоку кружков из толстого картона с дырочкой посередине. Дидактическая игра «Чудесный мешочек» Выложить горохом по нарисованному контуру (фрукты).
	4	Ягоды Самомассаж ладоней и пальцев рук Статическое упражнение «Человечки» Пальчиковая игра «Варим компот» Работа с трафаретами «Обведи и раскрась ягоды». Д/игра «Бусы» (нанизывание бус из ягод)
	4	Грибы Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Пальчиковая игра «В корзиночке» Д/игра «Разрезные картинки» (сложить изображение из 4-х частей) Рисование грибов пальчиками, используя гуашь
Ноябрь	1	Все работы хороши Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой Статическое упражнения «Человечки» Пальчиковая игра «Профессии разные есть» Игровое упражнение «Золушка» (сортировка белой и красной фасоли)
	2	Профессия – водитель Самомассаж ладоней и пальцев рук Статическое упражнение «Человечки» Пальчиковая игра «Шофер» Игра «Кто быстрее?» (накручивание веревочки) Д/игра «Водитель» (собрать машину из геометрических фигур)
	3	Профессия -швея «Помощники» Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статическое упражнение «Ножницы» Пальчиковая игра «Я перчатку одеваю» Дидактическая игра «Чудесный мешочек»
	4	Профессия -строитель «Мы строители» Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом Статическое упражнение «Дом» Пальчиковая гимнастика: «Строим дом»
Декабрь	1	Здравствуй, зимушка-зима! Самомассаж ладоней и пальцев рук шарик с горохом Статическое упражнение «Снежок»

	2	<p>Пальчиковая игра «Мы во двор гулять пошли» Рисование по контуру поролоном (техника беспредметного рисования). Тестопластика. Игровое упражнение «Лепим снежки» (из соленого теста)</p> <p>В лесу зимой 1.Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Медведь» Пальчиковая игра «Зимой в лесу» Инсценировка укр.н.с. «Рукавичка»</p>
	3	<p>Зимние забавы Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статистическое упражнение «Мостик» Пальчиковая игра «Зимние забавы» Игра «Кто быстрее?» (накручивание веревочки) Новогодняя цепочка (склеивание колец из полосок бумаги)</p>
	4	<p>Скоро Новый год «Маленькой елочке холодно зимой» Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой Статистическое упражнение «Елка» Пальчиковая игра «Ёлочка» Коллективная работа «Елка» (рисование ладошками)</p>
Январь	1	<p>Домашние животные «Мои любимые животные» Самомассаж ладоней и пальцев рук конструктором Статическое упражнение «Корова» Пальчиковая игра «Домашние животные» Пальчиковый театр «Репка»</p>
	2	<p>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»</p>
	3	<p>Домашние животные. Кот. Самомассаж ладоней и пальцев рук.Игровое упражнение «Веселый карандаш» (массаж ладоней, пальцев рук) Статическое упражнение «Мышка», «Кошка» Пальчиковая игра «Выйдет котя» Д/игра «Домашние питомцы» (выкладывание животных из счетных палочек)</p>
	4	<p>Домашние животные. Баран. Самомассаж ладоней и пальцев рук шариком. Статистическое упражнение Пальчиковая игра «Барашек» Д/игра «Собери картинку» (разрезная картинка из 6 частей) Игровое упражнение «Волшебный песок» (рисование на песке пальцем)</p>
Февраль	1	<p>Транспорт Самомассаж гранеными карандашами. Пальчиковая гимнастика «Лодочка», «Пароход».</p>

	2	<p>Фигурки из счетных палочек «Лодка», «Машина», «Самолет». Упражнение «Машина на погрузке» - рассортировать красную и белую фасоль по разным грузовикам. Д/игра «Светофор» (нанизывание бусин красного, желтого и зеленого цвета на проволоку)</p> <p>Автобус Самомассаж ладоней и пальцев рук. Статистическое упражнение «Пальчики здороваются» Пальчиковая игра «Автобус» Игра «Автобус построим сами». Фигурки из счетных палочек «Автобус».</p>
	3	<p>Велосипед Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статические упражнения на повторение Пальчиковая игра «Велосипед» Игры с массажным мячом и «сухим бассейном» из пробок Шнуровка Игровое упражнение «Отделить горох от семечек»</p>
	4	<p>Гордое звание – Мужчина «Пилим и строгаем — папе помогаем» Самомассаж ладоней и пальцев рук Статистическое упражнение «Клещи» Пальчиковая игра «Гвозди» Аппликация «Папочке в подарок»</p>
Март	1	<p>Мамин день Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статистическое упражнение «Цветок» Пальчиковая игра «Алые цветочки» Инсценировка «Подарок маме»</p>
	2	<p>Цветок для мамы «Цветочек радуется солнышку» Самомассаж ладоней и пальцев Статистическое упражнение «Цветок» Пальчиковая игра «Хризантемы» Инсценировка «Весна»</p>
	3	<p>Мамы всякие нужны Самомассаж косточками фруктов. «Следы от капли» - на манке пальчиками ставим точки. Упражнение «Солнце светит ярко – ярко» - выложить из спичек солнечные лучи вокруг желтого круга. Упражнение «Бусы» - нанизывание макарон на ленту. Упражнение «Погоуляем» - двумя пальцами ходить по столу в разном темпе.</p>
	4	<p>Мамины помощники Самомассаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком Статистическое упражнение «Кольцо»</p>

		<p>Пальчиковая игра «Мамина помощница» «Украшим платочек» - украшаем платочек, рисуем пальчиковыми красками.</p>
Апрель	1	<p>Весна - красна Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом Статистическое упражнение «Бочка» Пальчиковая игра «Капельки» «Весенний букет» - аппликация с использованием оригами.</p>
	2	<p>Пришла весна Пальчиковая гимнастика «Весенний дождик», «Встреча птиц». Упражнение «Весенняя полянка» - с помощью прищепок выкладываем композицию: солнышко, травку, первые цветы, деревья. Упражнение «Веселые ладошки» - завязывание узелков, бантиков. Игры с пуговицами – рассортировать пуговицы по цвету в разные коробочки (желтый, красный, синий, зеленый).</p>
	3	<p>Космос «Отправляемся в полет» Самомассаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком Статистическое упражнение «Бинокль» Пальчиковая игра «Космос» Игра «Кто быстрее долетит до планеты»</p>
	4	<p>Приметы весны Самомассаж ладоней и пальцев рук Пальчиковые игры «Радуга» и «Солнышко» Упражнение «Похлопаем» -хлопаем в ладоши тихо и громко, в разном темпе. Д/игра «Солнце светит» (прикрепить прищепки вокруг круга) Игровое упражнение «Волшебный клубочек покажет дорогу весне» (смотать и размотать клубок)</p>
Май	1	<p>Насекомые Самомассаж косточками фруктов. Пальчиковая игра «Насекомые». Упражнение «Цветочный лужок» - с помощью мозаики сделать цветы. Упражнение «Насекомые на листочке» - упражнение в шнуровке. «Нес однажды муравей» - перекладывание гороха из одной емкости в другую на ударный слог. «Вот такие ножки у сороконожки» - тычковое рисование.</p>
	2	<p>Насекомые. Бабочка Самомассаж ладоней и пальцев рук. Статистическое упражнение «Солнечные лучи» Пальчиковая игра «Бабочка» Упражнение «Узелки» -завязывание узлов на толстой веревке, шнуре. Упражнение «Бабочки на листочке» - упражнение в</p>

	3	<p>шнуровке. Пластилинография. Диора «Бабочка-красавица» (шаблоны бабочки из картона, украсить пластилином)</p> <p>Насекомые. Божья коровка Самомассаж ладоней и пальцев рук мячиками (ежиками). «Быстрые ножки» - «ходьба» указательным и средним пальцами в крышках от пластиковой бутылки. Пальчиковая игра «Божья коровка» Игровое упражнение «Узоры из спичек» Упражнение «Божья коровка» - нарисовать побольше черных точек.</p>
	4.	<p>Скоро лето! Самомассаж камушками – катать по очереди каждым пальцем. Статистическое упражнение «Цепочка» Пальчиковая игра «Дружба» Игра «Узнай фигуру» - «Чудесный мешочек» (геометр. фигуры). Упражнение «Веселые ладошки» - учимся завязывать узелки, бантики. Упражнение «Цветная водичка» - работа с пипеткой. Смешивание красок. Коллективная аппликация «Лето».</p>

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, соединенные 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 колышется 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 ногтю 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 ковшик).

Пароход

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

Обе ладони поставлены на ребро, мизинцы прижаты (как ковшик), 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"

Ладонки 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!
(Прищепка лежит на левой руке, любимеся ею, покачивая головой вправо-влево, накрываем её правой рукой и прокатываем между ладонями)
Большой пальчик мы поймаем
И немного покачаем!
(Ловим прищепкой большой палец левой руки и качаем пальчик с прищепкой)
Указательный поймаем
И немного покачаем!
(Ловим указательный палец левой руки и качаем)

Средний пальчик мы поймаем
И немного покачаем!
(Ловим средний палец левой руки и качаем)
Безымянный мы поймаем
И немного покачаем!

(Ловим безымянный палец левой руки и качаем)
И мизинец мы поймаем
И немного покачаем!
(Ловим мизинец левой руки и качаем)
Раз, два, три, четыре, пять!
Прищепки будем мы катать!
(Прищепка лежит на правой руке, накрываем её левой рукой и прокатываем между ладонями, затем выполняем аналогичные действия на левой руке)
1, 2, 3, 4, 5!
Мы закончили играть.
Пальчики свои встряхнём
И немного отдохнём!
(Соединяем поочерёдно пальцы обеих рук, встряхиваем кисти рук, закрываем глаза, отдыхаем)

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!
(Загибаем-разгибаем пальчики на обеих руках одновременно)
Конструктором будем мы играть!
Своим ручкам помогать!
(Кулачки-ладошки ударяем друг о друга поочерёдно)
Конструктор в руки мы возьмём
На руку левую кладём,
Правой ручкой накрываем

И ладошками катаем.
(Выполняем действия
в соответствии с текстом, прокатывание конструктора
между ладонями, правая рука сверху)
Сейчас руки поменяем,
Точно также покатаем.
нем положение рук прокатывание конструктора
между ладонями, левая рука сверху)
В ручку правую возьмём
И сильнее его сожмём!
(Сжимаем конструктор в правой руке)
Руку быстро разжимаем,
На "пианино" поиграем.
(Имитируем игру на пианино
правой рукой)
В ручку левую возьмём
И сильнее его сожмём.
(Сильно сжимаем в левой руке)
Руку быстро разжимаем,
На "пианино" поиграем.
(Имитируем игру на пианино
правой рукой)
Мы конструктор убираем
Пальцы быстро загибаем.
Раз, два, три, четыре, пять!
На левой ручке посчитаем,
Пальцы быстро загибаем.
Раз, два, три, четыре, пять!
(Убираем на край стола)
(Загибаем пальцы на правой руке)

(Загибаем пальцы на левой руке)
Пальчики свои встряхнём,
Заниматься мы начнём!
(Интенсивно трясём ладошки,
продолжаем занятие)

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!
(Загибаем-разгибаем пальчики
на обеих руках одновременно)
С горошком будем мы играть-
Своим ручкам помогать!
(Кулачки-ладошки ударяем
друг о друга поочерёдно)
В ручку правую возьму,
Крепко пальцами сожму.
Между пальцами катаю,
Всё сильнее нажимаю.
(Выполняем действия в соответствии с текстом))

Указательный, большой,
Поиграйте вы со мной!
(Катаем горошек между большим и указательным пальцами правой руки)
Средний пальчик и большой,
Поиграйте вы со мной!
(Катаем горошек между большим и средним пальцами правой руки)
Безымянный пальчик и большой,
Поиграйте вы со мной!
(Катаем горошек между большим и безымянным пальцами правой руки)
И мизинец, и большой,
Поиграйте вы со мной!
(Катаем горошек между большим и мизинцем правой руки)
В серединке на ладошке
Покатаю я немножко.
Как колобок горох катаю,
Всё сильнее нажимаю.
(Катаем горошину в ладошке
по кругу)
В ручку левую возьму,
Крепко пальцами сожму.
Между пальцами катаю,
Всё сильнее нажимаю.
(Аналогично выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)

Мы горошинки возьмём,
На край стола их уберём!
Ах! Ах! Ох! Ох!
Был массаж у нас неплох!
(Убираем горошину на край стола)

Список литературы

1. Абраменко В.В. Воспитание игрой. Играем вместе с ребёнком. – М., Лепта Книга, 2008.
2. Безруких М.М. Тренируем пальчики. – М.: ООО «Дрофа», 2000.
3. Белая А.Е. Пальчиковые игры. - М.: «Астрель», 2001.
4. Нагибина Н.И. Природные дары для поделок и игры. – Ярославль: «Академия развития», 2008..
5. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика. –М.: «Астрель», 2006.
6. Черенкова Е.Ф. Оригинальные пальчиковые игры. – М., «ДОМ. XXI век», 2007
7. Цвынтарный В.В. Играем с пальчиками и развиваем речь. –Санкт – Петербург: 2005.
- 8.https://pedsovet.su/dou/6797_palchikovaya_gymnastika_dlya_detey_3_4_let
- 9.<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/01/09/kartoteka-palchikovyh-igr-dlya-detey-3-4-let>
- 10.<https://vospitanie.guru/doshkolniki/zanyatiya-palchikovej-gimnastikoj-v-detskom-sadu-dlya-detey-3-4-let>