

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 153»**

**«153-ТИ НОМЕРО НЫЛПИ САД»
ШКОЛАОЗЬ ДЫШЕТОНЪЯ
МУНИЦИПАЛ КОНЬДЭТЭН
ВОЗИСЬКИСЬ УЖЬЮРТ**

Принята на
педагогическом совете
протокол №1
«28»августа 2024г.

Утверждено
Заведующим МБДОУ №153
Приказ №106 от 04.09.2024г.

**Дополнительная общеразвивающая программа социально-
педагогической направленности по адаптации детей раннего и
младшего дошкольного возраста к ДОУ
Срок реализации: 1 год**

Руководитель
Обухова Елена Вячеславовна
Музыкальный руководитель

Ижевск, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание программы.....	4
3. Учебно-тематический план.....	8
4. Перспективно-календарный план:	9
5. Приложение	13
6. Литература.....	31

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

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.

На кистях рук расположено множество рефлекторных точек, от которых идут импульсы в центральную нервную систему. Массируя определенные точки, можно воздействовать на внутренние органы, которые с этими точками связаны. Так, массаж большого пальца повышает активность головного мозга. Указательный палец связан с желудком, средний – с кишечником. Массаж безымянного пальца положительно сказывается на работе печени и почек, а мизинца – на работе сердца. Но не только восточные мудрецы, но и отечественные физиологи подтверждают связь развития рук с развитием мозга. В.М. Бехтерев в своих работах доказал, что простые движения рук помогают снять умственную усталость, улучшают произношение многих звуков, развивают речь ребенка.

А известный педагог 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.

И наши предки наверняка о чем-то таком догадывались. Ведь хорошо знакомые нам «Сорока-ворона», «Ладушки» и им подобные народные игры, не что иное, как оздоравливающий и тонизирующий массаж на базе акупунктуры. Только задумайтесь: такие простые манипуляции с пальчиками, а сколько пользы! Положительное воздействие на внутренние органы, тонизирующий, иммуностимулирующий эффект – это раз. Стимуляция мыслительных функций речи – это два. Веселое общение малыша и взрослого, заряд положительных эмоций – это три.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Актуальность:

Необходимость развития активных движений пальцев рук получила научное обоснование. Учёные, занимающиеся изучением деятельности детского мозга, психики детей отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков установили, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Поскольку проблема развития мелкой моторики дошкольников является крайне важной, воспитателям необходимо провести с детьми углублённую работу в этом направлении, обеспечивая тесный контакт с логопедом, родителями, начав эту работу задолго до поступления детей в школу (с младшей группы). Зная, что эпизодическая нерегулярная деятельность не сможет дать заметного положительного эффекта, я решила создать свою, приемлемую для нашей возрастной группы и существующих материальных условий, систему занятий с детьми.

Учитывая возрастные особенности детей, наиболее оптимальным для проведения индивидуальных и групповых упражнений является время, отведённое для игр во второй половине дня. Кроме того, иногда, по мере необходимости, я включала игры с пальчиками в занятия в качестве физкультминутки.

Изучив работы по развитию мелкой моторики разных авторов, я отметила, что одни из них отдают предпочтение штриховке и рисованию (Е.В. Черных), другие – теневому театру (А.В. Мельникова), третьи лепке, конструированию (З.И. Богатеева), четвёртые – упражнения с пальчиками (Т.В. Фадеева) и др. На основании всего изученного мною была разработана программа кружка «Забавушка»

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.

- подобран и систематизирован материал пальчиковых игр и упражнений по развитию мелкой моторики, в соответствии с лексической темой;
- 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 на занятиях включает не только пальчиковые игры, а также музыкально-ритмические движения. игры,

танцы под музыку. Интересны для детей и упражнения, где дети сами могут сочинять сюжет сказок, изображать героев.

Цель программы: создание условий для развития мелкой моторики и координации движений пальцев рук.

Цель программы - способствовать умственному, физическому, социальному и эстетическому развитию детей раннего и дошкольного возраста средствами музыкального воспитания.

Задачи программы:

Обучающие:

Научить детей четко произносить слова потешек, скороговорок и стихотворений, сочетая их с движениями

Знакомить детей с названием пальчиков

Формировать навыки исполнительского мастерства.

Развивающие:

Развивать умения производить точные движения кистью и пальцами рук.

Развивать способности координированной работы рук со зрительным восприятием.

Развивать творческую активность, пространственное мышление, фантазию.

Развивать гибкость и подвижность пальцев и кистей рук

Развивать память, звуковую культуру речи.

Воспитывающие:

Воспитывать в детях усидчивость.

Воспитывать внимательность к выполнению заданий.

Способствовать созданию игровых ситуаций, расширять коммуникативные способности детей.

Принципы работы по развитию моторики

1. Принцип осознания совершаемых действий. Действия ребенка в процессе занятия желательно сопровождать проговариванием взрослым этих действий. Например: «Скажи, какой пальчик сейчас работает?», «Наши пальчики сейчас сгибаются или разгибаются?» и т.п.

Данный принцип полезен для формирования межфункциональных связей мозговых структур.

2. Принцип развернутости освоения навыков. Темп и механизмы освоения навыков у разных детей неодинаковы в силу их индивидуальных особенностей. Каждая часть программы может быть освоена разными детьми при разном количестве занятий. Педагогу следует отрабатывать 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 (формирование правильной двигательной памяти). Применение данного принципа также позволяет ребенку быстро скорректировать свои двигательные действия, если он допускает ошибки.

Формы и режим занятий: Программа рассчитана на 1 занятие в неделю. На первом занятии детей знакомят с пальчиковыми играми и элементами массажа, на втором занятии задания повторяются.

Занятия проводятся в группах (10 человек) по 15- 30 минут и предполагают использование следующих **форм:**

- Беседа,
- художественное слово
- дидактическая игра
- музыкально-ритмические движения

Направленность программы:

Программа включает в себя следующие разделы:

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

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Ожидаемые результаты и способы определения из результативности:

Обучаясь по данной программе, *к концу обучения дети должны знать:*

- названия пальцев рук, их очередность
- народные потешки, небольшие по размеру пальчиковые игры с движениями, соответствующие тексту

должны уметь:

- управлять своими действиями и концентрировать внимание на одном виде деятельности
- согласовывать движения кистей рук со словами пальчиковых игр, потешек
- ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д.
- выполнять движения пальчиковых игр как левой, так и правой рукой и обеими вместе.
- у детей развивается гибкость и подвижность пальцев и кистей рук;
- двигаться в соответствии характером музыки;

Организационные принципы

Программа кружка «Забавушка » адресована дошкольникам младшего возраста и рассчитана на 1 год обучения. Учитывая возраст детей и новизну материала, для успешного освоения программы занятия в группе должны сочетаться с индивидуальной помощью педагога каждому ребенку.

ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА РЕБЕНОК ЗАНИМАЕТСЯ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКОЙ?

Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что, в конечном итоге, стимулирует развитие речи.

Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.

Малыш учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять.

Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.

Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений (лучшему запоминанию поможет яркий рисунок).

У малыша развивается воображение и фантазия.

В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

"Пальчиковые игры" - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях "вправо", "влево", "вверх", "вниз" и т.д.

Пальчиковые игры дают возможность родителям играть с малышами, радовать их и, вместе с тем развивать речь и мелкую моторику. Благодаря таким играм ребёнок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Такие игры формируют добрые взаимоотношения между детьми, а также между взрослым и ребёнком.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

октябрь

«Дружные ребята» 1

«Играем в ладушки»	1
«Семья»	1
«Одежда»	1

ноябрь

«Дикие животные»	1
«Человечки»	1
«Помощники»	1
«Строители»	1

декабрь

«Транспорт»	1
«Птичья столовая»	1
«Зима»	1
«Рыбки»	1

январь

«Звери зимой»	1
«Мои вещи»	1
«Зимние забавы»	1
«Маленькой елочке холодно зимой»	1

февраль

«Жили у бабуси два веселых гуся»	1
«Мои любимые животные»	1
«Домик»	1
«Любимые игрушки»	1

Март

«Цветок для мамы»	1
«Солнышко»	1
«Весна пришла»	1
«Найди цветок для бабочки»	1

Апрель

«Отправляемся в полет»	1
«Капельки»	1
«Травка зеленеет»	1
«Дружба»	1

Май

«Бойцы-молодцы»	1
«Мы идем на парад»	1
«Вот и лето наступило»	1
«Лето»	1

ПЕРСПЕКТИВНО-КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ КРУЖКА

октябрь

«Дружные ребята»

Самомассаж ладоней и пальцев рук.

Статистическое упражнение «Пальчики здороваются»

Пальчиковая игра «Дружба»

«Играем ладушки»

Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом

Статические упражнения «Стол», «Стул»

Пальчиковая игра «Мои веселые пальчики»

«Семья»

Самомассаж ладоней и пальцев рук.

Статистическое упражнение «Очки»

Пальчиковая игра «Дружная семья»

Инсценировка «Малыш-непоседа»

«Одежда»

Игра с пазлами «Подарим Незнайке шорты»

Пальчиковая игра «Дружные пальчики»

Повторение и закрепление пройденного материала

«Дикие животные»

Самомассаж ладоней и пальцев рук семенами фасоли

Статическое упражнения «Заяц», «Волк и лиса»

Пальчиковая игра «В лесу»

«Человечки»

Самомассаж ладоней и пальцев рук

Статическое упражнение «Человечки»

Пальчиковая игра «Моя семья»

Игра «Кто быстрее?» (накручивание веревочки)

«Помощники»

Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом

Статическое упражнение «Ножницы»

Пальчиковая игра «Я перчатку одеваю»

Дидактическая игра «Чудесный мешочек»

«Мы строители»

Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом

Статистическое упражнение «Дом»

Пальчиковая гимнастика: «Строим дом»

«Зима»

Самомассаж ладоней и пальцев рук

Статистическое упражнение «Снежок»

Пальчиковая игра «Зимняя прогулка»

«Птичья столовая»

Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом

Статистическое упражнение «Птичка»

Пальчиковая игра «Птичья столовая»

«Транспорт»

Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом

Статистическое упражнение «Лодка»

Пальчиковая игра «Транспорт»

«Рыбки»

Самомассаж ладоней и пальцев рук

Статистическое упражнение «Рыбка»

Пальчиковая игра «Пять рыбок»

«Маленькой елочке холодно зимой»

Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой

Статистическое упражнение «Елка»

Пальчиковая игра «Ёлочка»

«Звери зимой»

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук

Статистическое упражнение «Медведь»

Пальчиковая игра «Зимой в лесу»

Инсценировка укр.н.с. «Рукавичка»

«Мои вещи»

Самомассаж ладоней и пальцев рук шарик с горохом

Статистическое упражнение «Шарик»

Пальчиковая игра «Мои вещи»

«Зимние забавы»

Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом

Статистическое упражнение «Мостик»

Пальчиковая игра «Зимние забавы»
Игра «Кто быстрее?» (накручивание веревочки)
«Звери зимой»
1.Самомассаж ладоней и пальцев рук
Статистическое упражнение «Медведь»
Пальчиковая игра «Зимой в лесу»
Инсценировка укр.н.с. «Рукавичка»
«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»
«Мои любимые животные»
Самомассаж ладоней и пальцев рук конструктором
Статическое упражнение «Мышка», «Кошка»
Пальчиковая игра «Мышка и кошка»
Пальчиковый театр «Репка»
«Домик»
Самомассаж ладоней и пальцев рук шариком с горохом.
Статистическое упражнение «Дом с балконом»
Пальчиковая игра «Я хочу построить дом»
Инсценировка «Большое и маленькое»
«Любимые игрушки»
1.Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом
2.Статистическое упражнение «Зайка и барабан»
3.Пальчиковая гимнастика «Мальчики- пальчики»
«Теремок»
Самомассаж ладоней и пальцев рук массажными мячиками
Статистические упражнения «Домик»
Пальчиковая игра «Терем-теремок»
Инсценировка р.н.с. «Теремок»
«Мамины помощники»
Самомассаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком
Статистическое упражнение «Кольцо»
Пальчиковая игра «Мамина помощница»

«Цветок для мамы»
Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом
Статистическое упражнение «Цветок»

Пальчиковая игра «Алые цветочки»

«Цветочек радуется солнышку»

Самомассаж ладоней и пальцев

Статистическое упражнение «Цветок»

Пальчиковая игра «Хризантемы»

Инсценировка «Весна»

«Солнышко»

Пальчиковая игра «Солнышко»

Инсценировка «Утренние лучи»

«Пришла весна»

Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой

Статистическое упражнение «Дерево»

Пальчиковая игра «Пришла весна»

«Найди цветок для бабочки»

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук .

2. Статистическое упражнение «Солнечные лучи»

3. Пальчиковая игра «Бабочка»

«Капель»

Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом

Статистическое упражнение «Бочка»

Пальчиковая игра «Капельки»

«Отправляемся в полет»

Самомассаж ладоней и пальцев рук массажным мячиком

Статистическое упражнение «Бинокль»

Пальчиковая игра «Космос»

Игра «Кто быстрее долетит до планеты»

«Дружба»

Самомассаж ладоней и пальцев рук грецким орехом

Статистическое упражнение «Цепочка»

Пальчиковая игра «Дружба»

«Бойцы-молодцы»

Самомассаж ладоней и пальцев рук горохом

Статистическое упражнение «Пушки»

Пальчиковая игра «Бойцы-молодцы»

«Травка зеленеет»

Самомассаж ладоней и пальцев рук

Пальчиковая игра «Радуга»

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

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"

Ладони 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"

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.

Неприменно каждый пальчик быть послушным научу.

-Карандаш в руках катаю, я ладошки растираю.

Я ладошки разотру, рисовать потом пойду.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

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, любимся 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.

(Меняем положение рук прокатывание конструктора между ладонями, левая рука сверху)

В ручку правую возьмём
И сильней его сожмём!
(Сжимаем конструктор в правой руке)

Руку быстро разжимаем,
На "пианино" поиграем.
*(Имитируем игру на пианино
правой рукой)*

В ручку левую возьмём
И сильней 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 поочередно)*

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. Гаврина С.Е. Развиваем руки – чтоб - учиться и писать, и красиво рисовать. – Ярославль: «Академия Холдинг», 2002.
5. Журналы «Дошкольное воспитание»: Д/в № 4 (2004г.) «Дошкольная группа: двигательные – оздоровительные моменты на занятиях» В. Кудрявцев; Д/в №11, 2002г.
6. Методическая разработка педагога МБДОУ «Д/с № 12» г. КонаковЕрофеевой Татьяны Викторовны «Комплексы пальчиковой гимнастики (по месяцам)»
7. Нагибина Н.И. Природные дары для поделок и игры. – Ярославль: «Академия развития», 2008..
8. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика. –М.: «Астрель», 2006.
9. Черенкова Е.Ф. Оригинальные пальчиковые игры. – М., «ДОМ. XXI век»
10. Цвынтарный В.В. Играем с пальчиками и развиваем речь. –Санкт – Петербург: 20

Календарный учебный график ПОУ МБДОУ № 153 на 2024-2025 учебный год

	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	
Сентябрь			2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
Октябрь				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
Ноябрь							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
Декабрь		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
Январь					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
Февраль								1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
Март	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
Апрель				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
Май						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Июнь		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
Июль				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
Август						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		

Условные обозначения

Дополнительное образование

Праздничные дни

Выходные дни

Мониторинг дополнительного образования

Летне-оздоровительный период

Этапы образовательного процесса	I младшая группа (2-3 года)	II младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготов. группа (6-7 лет)
Начало учебного года	с 02.09.2024	с 02.09.2024	с 02.09.2024	с 02.09.2024	с 02.09.2024
Продолжительность учебного года	39 недель	39 недель	39 недель	39 недель	39 недель
Количество занятий в неделю	1-2 занятия	1-2 занятия	1-2 занятия	1-2 занятия	1-2 занятия
Окончание проведения дополнительного образования	30.05.2024г.	30.05.2024г.	30.05.2024г.	30.05.2024г.	30.05.2024г.
Объем образовательной нагрузки в неделю	30-60 мин	30-60 мин	30-60 мин	30-60 мин	30-60 мин
Летне-оздоровительная работа	1 июня – 31 августа	1 июня – 31 августа	1 июня – 31 августа	1 июня – 31 августа	1 июня – 31 августа