

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 376 ТРАКТОРОЗАВОДСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»  
400033, Волгоград, ул. им. Николая Отрады, 3,  
тел./факс (8442) 79-40-17 e-mail detsad-376@mail.ru  
ОГРН 1023402458144 ИНН/КПП 3441014570/3441011001

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МОУ Д/с № 376  
  
Е.С. Золотарева



«Занимательная гимнастика для пальчиков»  
на 2020-2021г.  
(для детей раннего возраста)

Руководители кружка:  
Каминская Наталья Александровна  
Компанцева Лидия Ивановна  
Мельникова Мария Сергеевна

### **Пояснительная записка**

Игра – одна из лучших способов развития речи и мышления у детей. Она доставляет ребёнку удовольствие и радость, а эти чувства являются сильнейшим средством, стимулируют активное восприятие речи и порождают самостоятельную речевую деятельность. Для развития речи у детей мы используем в своей работе пальчиковые игры. Любая пальчиковая игра проходит весело, дети могут представить себя в роли маленькой кошки, или весёлого серого зайчика и т.д. Не стоит забывать, что дети фантазеры. Дети свободно принимают все условия театрального действия, легко перевоплощаются. На основе своих собственных, еще небогатых познаний дети с удовольствием вовлекаются в игру.

Пальчиковые игры сами по себе дарят нашим детям здоровье, так как при этом происходит воздействие на кожные покровы кистей рук, где находится множество точек, связанных с теми или иными органами.

Культура речи детей напрямую зависит от культуры и содержания речи воспитателя.

«Если мы хотим, чтобы жизнь доставляла радость этого нужно добиваться самим, привнося радость в нашу жизнь», - писал Герхард Бранстер, автор книги «Все радости мира».

Большое значение в пальчиковых играх имеет разнообразие стихотворных строчек. Именно они помогают поддерживать интерес детей к веселым физкультминуткам.

Любые приемы – постукивание подушечками пальцев, растирание, поглаживание оснований пальцев, круговые движения по ладоням, легкий массаж предплечья – несут ребенку только здоровье.

Можно организовать таким образом пальчиковую игру, чтобы дети разминали руки друг другу. Упражнения требуют участие обеих рук, что позволяет малышам научиться ориентироваться в таких понятиях, как «вправо-влево», «вверх-вниз», «вперед-назад». Массажные движения создают благоприятные условия для мышечной деятельности, ускоряя передачу нервного возбуждения от одних элементов к другим. В зависимости от темпа проведения массаж может быть быстрым, средним и медленным. В первом случае повышается возбудимость нервной системы. При медленном массаже она, напротив, снижается. Если приемы выполняются в среднем темпе, обеспечивается успокаивающий эффект. Любой массаж снимает утомление, повышает физическую и умственную активность, вызывает легкость и бодрость.

Полезным массажным приемом в пальчиковых играх является вибрация, к которой относятся похлопывания, рубление, поколачивание, встряхивание, потряхивание, постукивание и т.д.

Это оказывает сильное воздействие на нервную систему. Слабая вибрация повышает мышечный тонус, а сильная снижает повышенный тонус и снимает нервную возбудимость.

### **Актуальность**

В процессе пальчиковой игры развиваются творческие способности и мелкая моторика пальцев рук. Формируется общение между собой в пальчиковых играх, которое необходимо для развития речи детей.

### **Цель:**

1. Научить детей переключать внимание, улучшать координацию мелкой моторики, воздействуя на умственное развитие ребенка. Формировать правильное звукопроизношение, развивать умение быстро и четко говорить, совершенствовать память и способность согласовывать движения и речь.

### **Задачи:**

1. Обучающая – познакомить детей с разнообразием стихотворных строк, одновременным движением пальцев и формировать правильное звукопроизношение. Учить детей сложным упражнениям пальчиковой гимнастики, работа с каждым пальчиком.
2. Развивающая – развивать мозг ребенка, стимулировать развитие речи, игровые способности через пальчиковые игры.
3. Воспитательная – воспитывать у детей желание, заинтересованность к пальчиковым играм. Формировать положительно эмоциональный настрой.

#### **Ожидаемые результаты:**

1. Первое время ребенок с удовольствием слушает стихи и смотрит как рассказывает воспитатель с помощью жестов, но сам ничего не показывает. Как только мы замечаем его желание участвовать в игре, приглашаем к совместным действиям. Складываем пальчики малыша в нужный жест, чтобы ребенок запомнил положение пальчиков и сумел повторить. Читаем стихи выразительно, эмоционально, с четкой интонацией.
2. К концу года дети осваивают разнообразие стихотворных строчек, где развиваются все психические процессы и положительные процессы к окружающему миру.
  - знают текст и умеют играть в пальчиковую игру;
  - самостоятельно выполняют жесты и показывают воспитателю;
  - используют игры в повседневной жизни детского сада и дома, проявляя при этом интерес и доставляя себе радость.

#### **Организация занятий.**

Длительность занятия – 8 мин.

Сначала все упражнения выполняются медленно. Необходимо следить, чтобы ребенок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое.

Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем другой рукой, после этого – двумя одновременно.

Перед выполнением каждого упражнения детям необходимо показать рисунок (для создания зрительного образа).

#### **Содержание занятия**

1. Рассматривание картинки.
2. Разучивание движений.
3. Прослушивание стихотворения.
4. Выполнение упражнения с сопровождающим чтением стихотворения.

Темы занятий:

1. Моем руки
2. Фонарики
3. Печем блины
4. Флажки
5. Лодочка
6. Деревья
7. Птенчики в гнезде
8. Кошечка
9. Дом
10. Стул
11. Ворота
12. Зайчик

13. Колечко
14. Мостик
15. Лягушка
16. Собака

### №1 «Моем руки»

1. «Моем руки»: ритмично потирать ладошки, имитируя мытьё рук.  
*Ах, вода, вода, вода!*

*Будем чистыми всегда!*

2. «Стряхиваем водичку с рук»: пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку.

*Брызги – вправо, брызги – влево!*

*Мокрым стало наше тело!*

3. «Вытираем руки»: энергичные движения имитируют поочерёдное вытирание каждой руки полотенцем.

*Полотенчиком пушистым*

*Вытрем ручки очень быстро*

### №2 ФОНАРИКИ

Поочерёдно сжимать и разжимать пальцы рук на счёт «раз—два».

На «раз»: пальцы правой руки выпрямлены, пальцы левой руки сжаты.

На «два»: пальцы левой руки выпрямлены, пальцы правой руки сжаты.

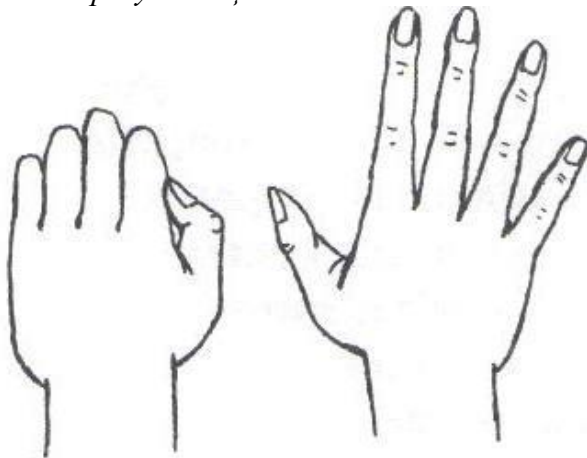
Выполнять упражнение сначала медленно, затем ускорить темп. Упражнение можно выполнять сначала на счёт, а потом — сопровождая движения ритмично проговариваемыми строчками:

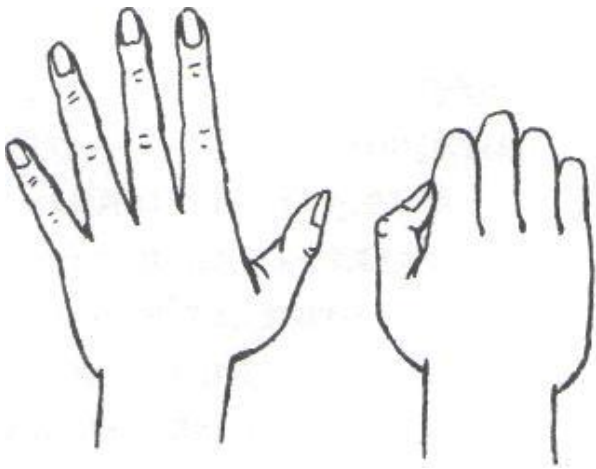
*Мы фонарики зажжём,*

*А потом гулять пойдём!*

*Вот фонарики сияют,*

*Нам дорогу освещают!*





### №3 ПЕЧЁМ БЛИНЫ

#### Вариант 1.

Попеременно касаться поверхности стола тыльной стороной кисти руки и ладонью.

*Мама нам печёт блины,*

*Очень вкусные они.*

*Встали мы сегодня рано*

*И едим их со сметаной.*

#### Вариант 2.

а) левая рука касается стола ладонью, правая рука — тыльной стороной;

б) смена позиции. Теперь левая рука касается стола тыльной стороной, правая рука касается стола ладонью.

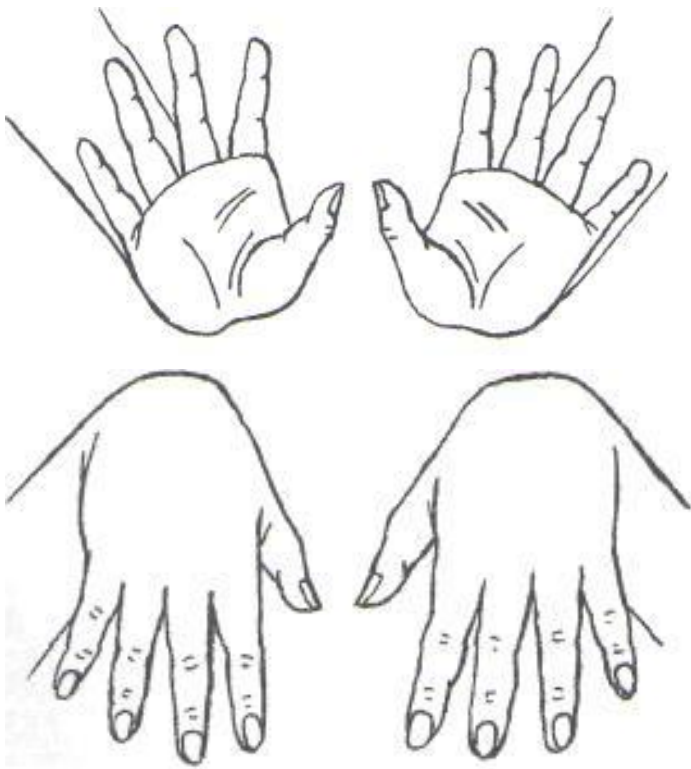
Упражнение можно выполнять на счёт «раз—два» или сопровождая движения стихами (см. вариант 1).

### №4 ФЛАЖКИ

#### Вариант 1.

*Исходное положение.* Расположить ладони перед собой.

Одновременно опускать и поднимать ладони, сопровождая движения стихами. Если ребёнок легко выполняет это упражнение, можно предложить опускать и поднимать ладони, не сгибая пальцы.



### **Вариант 2 (усложнённый).**

Поочерёдно менять положение рук на счёт: «раз—два».

«Раз»: левая рука — выпрямлена, поднята вверх, правая рука — опущена вниз.

«Два»: левая рука — опущена вниз, правая рука — поднята вверх.

### **№5 «Лодочка»**

Исходное положение: Обе ладони поставлены на ребро и соединены «ковшиком», большие пальцы прижаты к ладоням.

*Маленькая лодочка по реке плывет,  
На прогулку лодочка малышей везет.*



### **№6 ДЕРЕВЬЯ**

*Исходное положение.* Расположить кисти рук перед собой, ладонями к себе. Пальцы разведены в стороны и напряжены. После выполнения упражнения встряхнуть кисти рук.

*В поле дерево стоит, Ветер ветки шевелит.*

*(Покачивать руками из стороны в сторону.)*

*Дует ветер нам в лицо, Закачалось деревцо!*

*(Покачивать руками вниз—вверх, не сгибая пальцы.)*

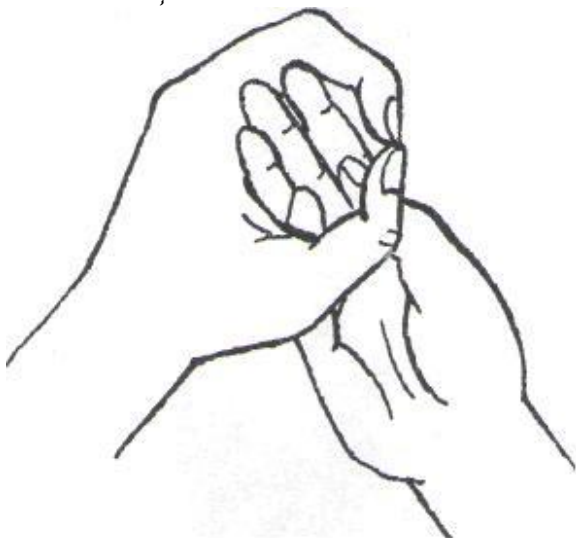
\*\*\*

### №7 ПТЕНЧИКИ В ГНЕЗДЕ

Пальцы правой руки собрать в «щепоть» — это «птенцы».левой рукой сбоку обхватить пальцы — это гнездо. Попеременно чередовать положение рук.

*Вот птенцы, а вот — гнездо.*

*Всем птенцам в гнезде тепло.*



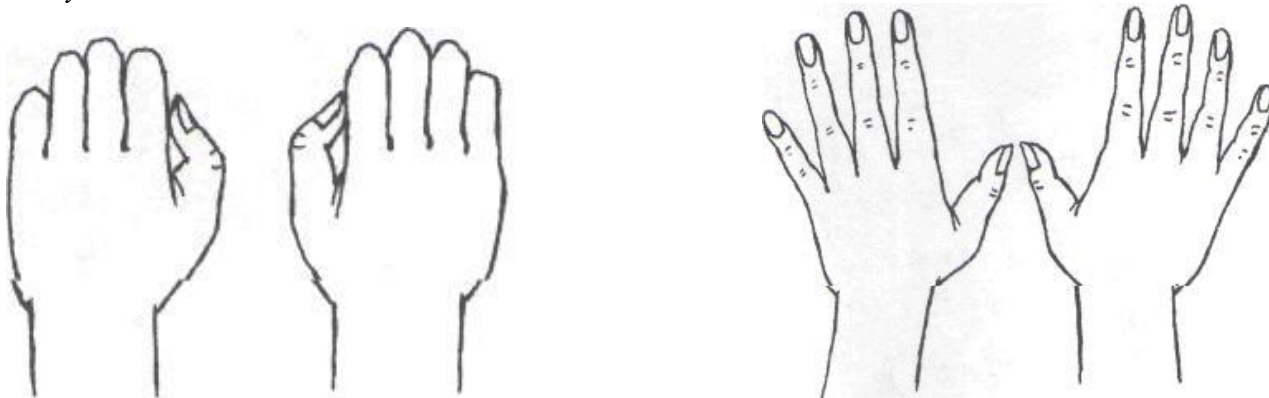
### №8 КОШЕЧКА

#### Вариант 1.

Две ладони одновременно сжать в кулачки и поставить на стол, затем одновременно выпрямить пальчики и прижать ладони к столу. Повторить 3-5 раз.

*Кулачок — ладошка.*

*Я иду, как кошка.*



#### Вариант 2 (усложнённый).

При выполнении упражнения руки располагаются на столе. Попеременная смена положений на счёт «раз—два».

«Раз»: левая рука — кулачок, правая рука — ладошка.

«Два»: левая рука — ладошка, правая рука — кулачок. Повторить несколько раз.

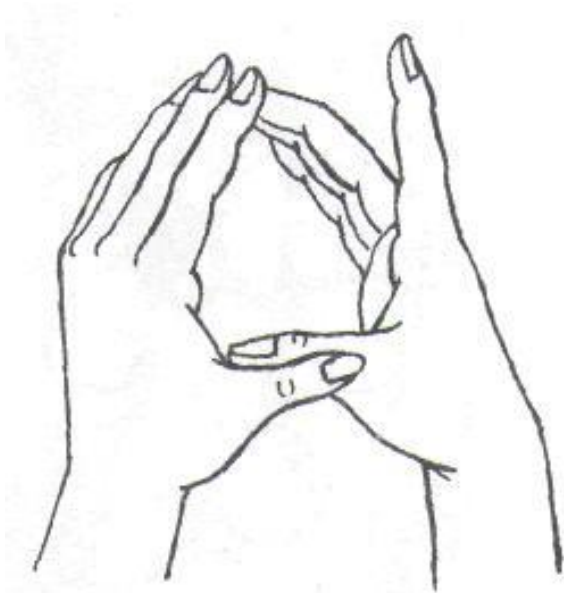
### №9 ДОМ

1. Пальцы рук соединить под углом, большие пальцы положить один на другой.

Указательный палец одной руки выпрямить — это «труба».

*Посмотри на дом с трубой.*

*В нём мы будем жить с тобой.*



2. Руки поднять над головой, пальцы соединить под углом.

*Вот стоит огромный дом,  
Дом ужасно важный.  
Сто окошек в доме том!  
Он многоэтажный.*

#### **№10 СТУЛ**

##### **Вариант 1.**

*Исходное положение.* Левую ладонь поставить вертикально, пальцами вверх — это «спинка» стула. К ней приставить кулачок правой руки — это «сиденье».

*Спинка и сиденье —  
Стул на удивленье!  
Мы на стульях посидим,  
Друг на друга поглядим!*

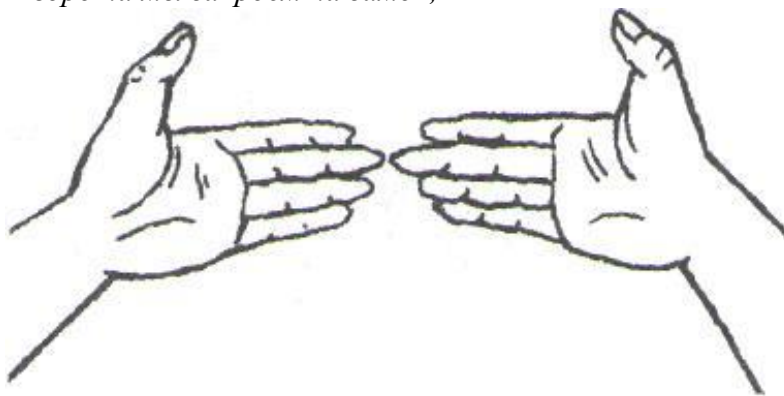
##### **Вариант 2 (усложнённый).**

Менять положения рук попеременно на счёт «раз—два». «Раз»: левая рука — «спинка», правая рука — «сиденье». «Два»: правая рука — «спинка», левая рука — «сиденье».

#### **№11 ВОРОТА**

1. *Исходное положение.* Ладони поставить на ребро, пальцами друг к другу — «ворота закрыты». Пальцы выпрямлены и апряжены.

*А ворота мы закроем на замок,*



*Чтобы волк зубастый в дом войти не смог*

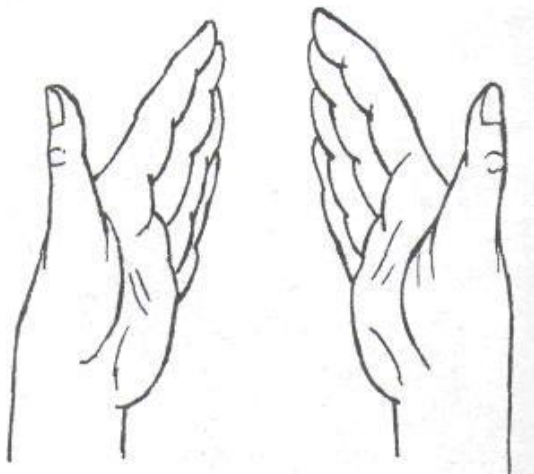


2. Ворота открываются и закрываются.

*Исходное положение* см. пункт 1.

Затем развернуть ладони параллельно друг другу «пальцы направлены» от себя. Вернуться в исходное положение.

*Ворота открыты всегда для друзей,  
Мы рады вам, гости! Входите скорей!*



## **№12 ЗАЙЧИК**

### **Вариант 1.**

*Исходное положение.* Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

Удерживать пальцы в таком положении на счёт до 5-10. Упражнение выполнять сначала каждой рукой по очереди, затем — двумя руками одновременно.

*Кто там скачет на лужайке?*

*Это длинноухий зайка!*

### **Вариант 2.**

*Исходное положение* (см. вариант 1). Сгибать и разгибать указательный и средний пальцы (вниз—вверх) на счёт «раз—два».

*Зайка серенький сидит и ушами шевелит.*

*Раз—два, раз—два. И ушами шевелит!*

### **Вариант 3. Зайка прячется под сосной.**

*Исходное положение.* Левая рука — «зайчик». Правая рука — выпрямленная ладонь накрывает сверху «зайку» — это «сосна». Потом поменять положение рук. Правая рука — «зайчик», левая рука — «сосна». Менять положение рук 3-4 раза.

*Этот зайчик – под сосной,*

*Этот зайчик – под другой.*

## **№13 КОЛЕЧКО**

Соединить большой и указательный пальцы вместе, в колечко. Остальные пальцы выпрямить, поднять вверх и прижать друг к другу.

Удерживать в таком положении до счёта 5-10. Выполнять упражнение каждой рукой по очереди, затем — двумя руками одновременно.

*На узорное крылечко*

*Кто-то уронил колечко.*

*И оно с крыльца скатилось,*

*За ступеньку закатилось.*

*Дети смотрят там и тут,*

*Но колючка не найдут.*



#### **№14 МОСТИК**

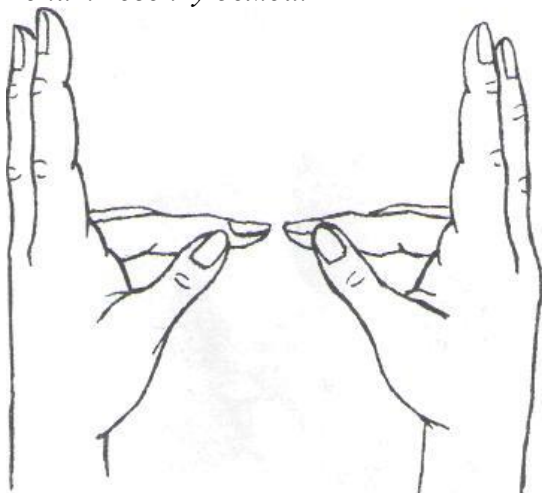
Большой и указательный пальцы левой руки выпрямить, расположить параллельно друг другу и соединить с большим и указательным пальцами правой руки. Остальные пальцы (средний, безымянный и мизинец) выпрямить, прижать друг к другу и удерживать в таком положении.

*Мы над речкой из дощечек*

*Строим мостик золотой.*

*Через мостик человек*

*Гонит козочку домой.*



или

*Шла коза по мостику*

*И виляла хвостиком,*

*Зацепилась за перила —  
Прямо в речку угодила*

### **№15 ЛЯГУШКА**

Указательный палец и мизинец поднять вверх и держать полусогнутыми. Средний и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

*Вот лягушка по дорожке  
Скачет, вытянувши ножки.  
Увидала комара,  
Закричала: ква-ква-ква.*



### **№16 СОБАКА**

#### **Вариант 1.**

*Исходное положение.* Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть.

Мизинец то опускать, то поднимать, имитируя движение собачьей пасти.

*Ав – ав – ав — я не пугаю,  
Я с ребятами играю!*



**Вариант 2.**

*Исходное положение.* Указательный палец и мизинец поднять вверх. Остальные пальцы выпрямить и собрать в «щепоть», имитируя собачью пасть.

*Шла собака через мост,*

*Четыре лапы, пятый хвост.*

*Если мост обвалится,*

*То собака свалится.*