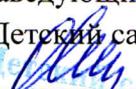


Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 75»

Принято на Педагогическом совете  
Протокол № 2 от 04.09.2024 г.

Утверждаю:  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад № 75»  
 О.А. Львова  
Приказ № 04 – 03/ 27-2  
от « 13 » 09 2024 г.



## Дополнительная общеразвивающая программа

### «Умелые ручки»

Возраст обучающихся: 3 – 4 года  
Срок реализации программы: 1 год  
Направленность: социально-гуманитарная

Автор-составитель:  
Колесова Елена Николаевна  
старший воспитатель

г. Ярославль, 2024 г.

## Пояснительная записка

Происходящие изменения в обществе выдвинули новые требования к системе образования. Дополнительное дошкольное учреждение призвано создать условия для интеллектуально-творческого, эмоционального, физического развития ребенка и осуществить его подготовку к школе. Для реализации этих целей я работаю по теме «Развитие мелкой моторики детей с применением социо-игровой технологии».

**Мелкая моторика** – это точные, хорошо скоординированные движения, преимущественно небольшой амплитуды и силы. В социализированных движениях – это движения пальцев руки и органов артикуляционного аппарата, практически доказано, что на основе двигательного анализатора формируется речедвигательный анализатор. Речевые зоны Брокка и Вернике расположены непосредственно рядом с зоной, отвечающей за движения мелкой моторики, поэтому, стимулируя моторику, мы передаем импульсы в речевые центры, что и активизирует речь. Кончики пальцев рук — это «второй мозг». Еще великий немецкий философ И. Кант писал, что «рука является вышедшим наружу головным мозгом».

Исследования отечественных физиологов также подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В.М. Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Исследования М.М. Кольцовой доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Развитие тонких движений пальцев рук предшествует появлению артикуляции слогов. Благодаря развитию пальцев в мозгу формируется проекция «схемы человеческого тела», речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренировки пальцев.

Целенаправленное воспитание двигательных-координационных способностей (включая упражнения на «ручную ловкость») обучающихся способствует коррекции нарушений психомоторного развития, а также улучшает умственную работоспособность, тем самым активно включает их в речевое общение.

Наибольшее воздействие импульсации от мышц рук на развитие коры головного мозга происходит только в детском возрасте, пока идет формирование моторной области. Поэтому работа по развитию мелкой моторики пальцев рук в дошкольном возрасте имеет особое значение.

В результате вышесказанного актуальность программы «Умелые ручки» для дошкольников необходима и продиктована временем. Учитывая значимость развития мелкой моторики дошкольников, была предпринята попытка создания системного подхода в обучении по указанному направлению.

Специфика содержания образования позволяет детям в образной форме воспринимать общие связи и отношения, объективно существующие в окружающем мире: качество – количество, пространство – время, целое – часть, последовательность. Решающее значение в этом процессе я отвожу моделированию скрытых связей и отношений в форме наглядных образов, отражающих общее в единичном. Образное отражение позволяет малышам воспринимать мир в целостности и осваивать жизненное пространство.

Обучение детей организовано в форме игры и связанных с ней деятельностью, обеспечивающих эмоциональное взаимодействие и общение со взрослым. Создаю условия

для свободного выбора ребёнком содержания деятельности и возникновения  
взаимообучения детей.

Основное место занимает содержание взаимодействия и общение взрослого с  
детьми, основанное на понимании того, что каждый ребёнок обладает неповторимой  
индивидуальностью и ценностью, способен к непрерывному развитию.

Учитываю особенность периода от 3-4 лет, отличающую его от других,  
последующих этапов развития: он обеспечивает именно общее развитие, служащее  
фундаментом для приобретения в дальнейшем любых специальных знаний и навыков  
усвоения различных видов деятельности. Формирую такие качества и свойства психики  
детей, которые определяют собой общий характер поведения ребенка, его отношение ко  
всему окружающему и представляют собой «заделы» на будущее, так как в дошкольном  
детстве складывается потенциал для дальнейшего познавательного, волевого и  
эмоционального развития ребёнка.

### **Актуальность данной программы**

Развитие навыков мелкой моторики важно потому, что вся дальнейшая жизнь  
ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев,  
которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество  
разнообразных бытовых и учебных действий.

Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение  
подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую  
активность ребенка. Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их  
короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой,  
и усилится контроль за выполняемыми движениями. Развивается память ребёнка, так как  
он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений. У  
малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет  
«рассказывать руками» целые истории. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень  
развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты  
память, внимание, связная речь. Учителя отмечают, что первоклассники часто  
испытывают серьезные трудности с овладением навыком письма.

Письмо – это сложный навык, включающий выполнение тонких координационных  
движений руки. Техника письма требует сложной работы мелких мышц кисти и всей  
руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного внимания.  
Поэтому в дошкольном возрасте важно развивать механизмы, необходимые для овладения  
письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического  
опыта, развития навыков ручной умелости.

Основной **целью** программы «Умелые ручки» является создание условий для  
развития мелкой моторики и координации движений пальцев рук дошкольников.

Цель конкретизируется в следующих **задачах**:

- развитие точности выполнения движений,
- уровня переключаемости,
- полноты объема движений пальцев рук,
- умения управлять мышцами-сгибателями при удержании пальцев рук,

- совершенствование координации движений руки и глаза;
- совершенствование лексической, произносительной стороны речи, развитие коммуникативных навыков;
- формирование интереса и положительной мотивации обучения;
- формирование умения действовать по словесным инструкциям, самостоятельно выполнять поставленные задачи.

Эффективность занятий значительно повышается, если соблюдаются **правила организации занятий**, предлагаемые М. М. Безруких. Основные из них:

1. Перед каждым занятием следует объяснить его цель: что будем делать, как, для чего.
2. Через каждые 5—7 мин занятия целесообразно проводить физминутки, используя упражнения на расслабление, формирование правильной осанки, упражнения для глаз.
3. Начинать занятие следует с разминки, далее давать более легкое задание, затем переходить к более сложному заданию и заканчивать выполнением заданий, которые не вызывают у ребенка особых затруднений.
4. Предоставить возможность ребенку самому выбрать оптимальный темп деятельности; установки всех заданий давать, не на скорость, а на качество.
5. Обязательно оценивать работу, отмечая правильность выполнения допущенные ошибки, объясняя, как их нужно исправить. Любые замечания должны быть поддерживающими и конструктивными.
6. Поощрять инициативу детей, интерес, желание задавать вопросы, обратиться за помощью.
7. Следить за соблюдением правильной осанки.
8. Закончить занятие следует на оптимистичной ноте.

Программа включает в себя следующие **разделы**:

- пальчиковая гимнастика
- изобразительное творчество (лепка /аппликация /конструирование/рисование)
- графические упражнения
- игры и действия с предметами.

В разделе “*Пальчиковая гимнастика*” дети знакомятся с комплексами упражнений, которые дают пальцам полноценный отдых, развивают их ловкость, подвижность, а веселые стишки помогают ученикам снять моральное напряжение. На пальцах и на ладонях есть “активные точки”, массаж которых положительно сказывается на самочувствии, улучшает работу мозга. Данные упражнения способствуют поддержанию хорошего тонуса.

В разделе “*Изобразительное творчество*» процессе деятельности дети изображают предметы их действительности, что способствует развитию детского творчества, обогащению детей изобразительными и техническими умениями, созданию интереса к данному виду деятельности. Дети развивают координацию кисти, логическое мышление и пространственное воображение, учатся пользоваться клеем и ножницами, учатся нетрадиционным техникам изобразительного искусства.

В разделе “*Графические упражнения*” игра поможет улучшить координацию движения пальцев и кистей рук, развить мускульную и тактильную память.

В разделе “Игры и действия с предметами” для формирования тонких движений рук, совершенствования двигательных навыков, развития моторных координаций и оптико-пространственных представлений используются предметы различные по размеру, материалу, фактуре, структуре.

### **Принципы программы**

1. Принцип деятельностного подхода. Деятельность — это совокупность действий, направленных на достижение целей (по С.Л.Рубинштейну).
2. Принцип индивидуализации и дифференциации используемых методов, приемов и средств с учетом имеющегося опыта детей. При общем задании могут совпадать целевые установки, но способы выполнения каждым ребенком могут быть различными и содержание задания может быть разным для отдельных детей в зависимости от уровня их развития.
3. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в работе. Развитие мелкой моторики у детей проходит с привлечением в работу родителей, которые с использованием игр и упражнений в домашних условиях помогают закрепить уже полученные навыки.
4. Принцип психологической комфортности. Занятия должны приносить детям радость, а личностные отношения взрослого и ребенка строится на основе доверия, взаимопонимания, доброжелательности. Доброжелательная атмосфера и позитивный настрой очень важны, так как ребёнку, которого хвалят и поощряют каждый раз, когда он выполняет что-либо, получает дополнительный стимул для последующих усилий. Этому служат средства невербальной коммуникации: взгляд, улыбка, поглаживание, физический контакт.

### **Этапы реализации программы:**

1. Ориентировочный этап – посвящен решению следующих задач:
  - а) знакомство детей с рабочими материалами: прищепками, соленым тестом, нестандартными материалами для изобразительной деятельности (губки, тычки, трубочки, ватные диски и т.п.), дидактическими играми для развития мелкой моторики, и правилами их использования;
  - б) создание в подгруппах доброжелательной атмосферы, снятие тревожности, эмоционального напряжения.
2. Развивающий этап– направлен на достижение основных задач программы.
3. Заключительный этап – направлен на закрепление и отработку навыков и умений, сформированных в ходе занятий.

## Особенности возрастной группы детей

Программа реализуется с группами детей от 3 до 4 лет. Младший дошкольный возраст.

В дошкольном возрасте ребенок все чаще познает мир за пределами своей семьи. Усложняется содержание общения с окружающими людьми, увеличивается число видов деятельности, которыми овладевает ребенок. Основная тенденция дошкольного возраста выражается в возникновении стремления ребенка быть таким же, как взрослый. Однако сами взрослые не всегда готовы принять данную позицию ребенка, запрещая ему манипулировать многими предметами быта. Подражая взрослым, ребенок проявляет самостоятельность, приучается к общественно полезному труду. Потребность быть, как взрослый удовлетворяется в сюжетно-ролевой игре наиболее сложном виде деятельности, который ребенок осваивает на протяжении дошкольного возраста. Поэтому когда ребенок на просьбу родителей что-либо сделать, отвечает, что еще не доиграл, нужно посмотреть, во что именно играет ребенок. В играх дети проигрывают роли и ситуации, которые видят в реальной жизни.

### Основные формы и методы работы с детьми

Дополнительная общеобразовательная программа «Умелые ручки» рассчитана на 1 год обучения. Численный состав группы 7 – 15 человек. Продолжительность занятия до 30 мин.

Каждое занятие состоит из 3-х частей:

Вводная часть – 5-6 минут.

Основная часть – 15-18 минут.

Заключительная часть – 5-6 минут.

**Форма организации детей – групповая.**

### Вводная часть

*Цель:* развитие эластичности мышц; повышение подвижности суставов; развитие силы, гибкости пальцев; воспитание навыка удержания позы; «расковывание» руки ребенка; вызов положительных эмоций и стойкого интереса к деятельности.

Основные приемы работы – пальчиковая гимнастика с предметами и без предметов.

Компоновка упражнений комплексов пальчиковой гимнастики может быть произвольной, так как они все направлены на развитие объема движений, их силы, координации, переключаемости, точности, удержания позы.

Все упражнения пальчиковой гимнастики выполняются в медленном темпе, 5-7 раз, с хорошей амплитудой движения; каждой рукой отдельно, поочередно или вместе – это зависит от направленности упражнения.

Педагог должен следить за правильной постановкой кисти руки ребенка, точностью выполнения и переключения с одного движения на другое, при необходимости давать спокойные, четкие указания.

Пальчиковая гимнастика любого вида начинается с разогрева и разминки мышц кистей рук, повышения подвижности суставов с помощью самомассажа, который помогает снять усталость, напряжение мышц от процесса работы пальчиками и оказывает разогревающее

и тонизирующее воздействие на биологическую активность кровообращения, состояние мышц и суставов кистей рук.

Число упражнений и их продолжительность педагог регулирует самостоятельно, учитывая индивидуальные особенности детей. Критерием качества выполняемых упражнений служит появление усталости кисти руки: легкая усталость – показатель правильной мышечной нагрузки, сильная усталость, возникшая нескоординированность движений – признаки переутомления.

Содержание основной части соответствует задачам программы.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят игры, упражнения, направленные на развитие мелкой моторики, графической моторики, зрительно-моторной координации, умений управлять своими движениями.

Основные приемы: дидактические игры, пальчиковые игры, игры с малым, колючим мячом, изобразительная деятельность, а также следующие упражнения:

- шнуровка;
- прищепки;
- скрепки;
- крышки;
- пуговицы;
- обведение рисунка по контуру, копирование;
- аппликация с использованием нетрадиционных методов, таких как – скомканная бумага, крупы, семечки, ткани, обрезки журналов и газет.
- лепка из солёного теста
- рисование пальчиками, с использованием нестандартных материалов.

#### Заключительная часть

*Цель:* снижение физической усталости и морального напряжения во время занятия; подведение итогов занятия.

Включает в себя приемы, способствующие саморегуляции детей, а именно: упражнения на мышечную релаксацию (снижают уровень возбуждения, снимают напряжение); двигательные упражнения, включающие одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку.

### *Учебно-тематический план.*

- Пальчиковая гимнастика

Пальчиковые игры, сопровождающиеся стишками и потешками; сжимание – разжимание пальцев, кулачков; напряжение-расслабление пальцев; массаж кистей рук.

- Лепка

Знакомство с материалами (глина, пластилин, соленое тесто). Приемы работы различными инструментами (стек, скалка, формочки). Приемы изготовления изделий путем вытягивания из целого куска. Рисование пластилином. Техника безопасности при работе с глиной и пластилином.

- Аппликация /конструирование

Знакомство с различными видами бумаги (неокрашенная – цветная, гофрированная, бархатная); инструментами, необходимыми для работы с бумагой (ножницы, кисточка, гладилка), их назначение и применение; свойствами бумаги (толстая – тонкая, мягкая – жесткая). Приемы работы с бумагой: вырывание, сминание, разрезание, изготовление деталей по шаблону. Техника безопасности при работе с бумагой и ножницами. Элементы техники оригами.

- Рисование

Знакомство с нетрадиционными техниками рисования (пальчиками, ладошками, с использованием различных материалов (тычки, ватные палочки, трубочки и т.п.). Приемы работы с красками, восковыми карандашами, мелками. Рисование песком, по песку.

- Графические упражнения

Ознакомление с различными видами штриховки, рисование по клеточкам (по образцу), графические игры (дорожки, дорисуй, обведи по контуру), работа с трафаретами.

- Игры и действия с предметами

Игры с карандашом, бусами, орехами, счетными палочками; застегивание и расстегивание пуговиц, кнопок, крючков; завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков; переборка круп; работа с мозаикой и строительными материалами, прищепками.

## Условия реализации программы

Занятия рассчитаны на детей 3 — 4 лет. Период проведения занятий: октябрь – май. Всего 64 занятия, кратность проведения 2 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия 30 минут.

Успешной реализации программы, достижению поставленных целей и задач способствует наличие в кабинете и использование на занятиях специального оборудования:

- стол для песочной игротерапии/рамки для работы с песком
- разнообразные мелкие предметы (пуговицы, бусины, камешки, орешки, горох и др.);
- наборы счетных палочек;
- пробки от пластиковых бутылок разного цвета;
- мячи (колючих, каучуковых, рифленых);
- кистевые эспандеры;
- прищепки бельевые;
- трафареты по лексическим темам;
- природный материал для самомассажа (грецкие орехи, сосновые шишки);
- «сухие бассейны» — емкости, наполненные горохом или фасолью, — для самомассажа кистей.

В кабинете в свободном доступе должно находиться множество игр, пособий и игрушек по развитию мелкой моторики, вызывающих у детей интерес и желание с ними играть:

- различные виды мозаики, конструкторов;
- пазлы;
- игрушки-шнуровки;
- наборы веревок и лент разной длины и толщины для завязывания и развязывания узлов, плетения косичек, завязывания бантов;
- различные виды застежек: крючки, пуговицы, шнурки, молнии, слипы.

## Описание планируемых результатов

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы «Умелые ручки» воспитанники должны знать:

- приемы самомассажа рук;
- названия 5-6 предметов из изучаемых обобщающих групп.

Уметь:

- соизмерять, подчинять движения контролю взора;
- владеть разными приемами сцепления пальцев («замок», «мост», «корзиночка» и др.);
- выполнять различные движения кистями и пальцами рук («дождик идет», «пианино» и т.п.).
- пользоваться клеем, кисточкой, ножницами, стеклом, выполнять аппликации из различных материалов (ткань, бумага, природные материалы)
- изготавливать простейшие изделия из бумаги, пластилина, соленого теста, глины;
- работать с трафаретами;
- изготавливать детали по шаблону;
- застегивать, расстегивать пуговицы, кнопки, крючки;
- завязывать и развязывать ленты, шнурки, узелки.
- строить симметричные фигуры, рисунки по координатам точек;
- изготавливать поделки в технике «аппликация», по образцу;
- пользоваться ножницами, вырезать простейшие детали по контуру;
- применять приемы лепки: раскатывание, скатывание, расплющивание, сгибание, присоединение, наклеивание (пластилиновые картины);

*Учебно-методическое обеспечение.*

*Материалы:*

- различные виды бумаги (цветная, неокрашенная, бархатная, гофрированная, самоклеющаяся);
- различные виды ткани;
- картон;
- соленое тесто (соль, мука);
- пластилин;
- природные материалы;
- вторичное сырье;
- фольга;
- клей ПВА;
- нитки;
- пуговицы.
- песок

*Оборудование:*

- баночки для воды;
- крупа мелкая и крупная;
- счетные палочки;
- бусы;
- ленты;
- шнурки;
- строительный материал;
- шаблоны;
- салфетки;
- образцы готовых изделий;
- массажные мячи;

*Инструменты:*

- ножницы;
- линейка;
- стеки;
- кисточки;
- карандаши, фломастеры, краски;
- трафареты.

*Наглядные пособия:*

- иллюстрации;
- игрушки;
- мозаика (кнопочная, шариковая, геометрическая);
- конструктор;
- набор геометрических тел
- коллекции бумаги, картона, ткани;

## Календарно-тематическое планирование

Месяц	№ занятий	Тема	Кол-во минут
Октябрь	Занятие № 1	Знакомство с группой, правила поведения на занятиях. Массажный, колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «дятел», «дождик»	5
		Знакомство с материалами изобразительного творчества (виды бумаги, тесто, пластилин, краски, восковые мелки и др.) Графическое упражнение «Мышка в норке» (штриховка)	15
		Игры с предметами: -шнуровка – учимся засовывать шнурок в дырочку, делать крестик. -коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
	Занятие № 2	Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «гуси-гуси», «автобус».	5
		Графическое упражнение «Спрячь ежика» (штриховка) Лепка из теста: «Еж» с помощью спичек делаем иголки.	15
		Игры с предметами: - бельевые прищепки – учимся их правильно держать, открывать и нанизывать на форму	5
	Занятие № 3	Самомассаж (сжимание-разжимание пальцев, кулачков)	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел».	5
		Знакомство со счетными палочками, цвета Аппликация «Кораблик» по образцу	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «крестик», учимся делать узор «дождик»	5
	Занятие № 4	Массажный, колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу, дуем на него	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
		Разукрашка «Груша» - учимся не выходить за границы рисунка (карандаши цветные, мелки восковые)	15
		Игры с предметами:	5

		- бельевые прищепки – учимся их правильно держать, открывать и нанизывать на форму, делаем «человечка»	
Занятие № 5		Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		Делаем бусы из пуговиц, бусин, с разными по размеру и по цвету Собираем маленькую пирамидку (матрешку)	15
		Игры с предметами: - эспандер – учимся сжимать и разжимать под музыку	5
Занятие № 6		Самомассаж с помощью колючего мяча	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «едем-едем», «ручки», «массаж».	5
		Лепка из пластилина: «Божья коровка» (налепливание кусочков пластилина на шаблон)	15
		Игры с предметами: -бельевые прищепки – учимся их правильно держать, открывать и нанизывать на форму, делаем «бычка»	5
Занятие № 7		Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «гуси-гуси», «автобус».	5
		Мозаика – знакомство с разными видами мозаики, учимся выкладывать рисунок по образцу Аппликация: «Грибы в корзинке»	15
		Игры с предметами: -канцелярские скрепки – учимся их правильно держать, открывать и нанизывать на форму, делаем лучики у «солнца»	5
Занятие № 8		Самомассаж с помощью колючего мяча	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ручки», «краб», «зайка».	5
		«Гусеничка» - аппликация. Делаем дорожку гусеничке (гуашь, тычки)	15
		Игры с предметами: -шнуровка – делаем дорожку -коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
Ноябрь	Занятие № 9	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		«Плодовое дерево» (аппликация из крупы и семечек)	15

		Игры с предметами: - эспандер – учимся сжимать и разжимать под музыку - собираем геометрический конструктор(малый): строим «Солнце»	5
Занятие № 10		Колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу, дуем на него.	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
		Графическое упражнение «Самолет» - штриховка, учимся не выходить за границы рисунка, точно нажимать и правильно держать карандаш	15
		Игры с предметами: - бельевые прищепки – делаем «сороконожку»	5
Занятие № 11		Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Лепка из теста: гусеничка (5 шариков)	15
		Игры с предметами: -шнуровка – шнуруем ботинок (один) - счетные цветные палочки: делаем заборчик и домик	5
Занятие № 12		Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «гуси-гуси», «пальчики».	5
		«Весельчак» – делаем части лица на картоне с использованием различных материалов	15
		Игры с предметами: - эспандер –сжимать и разжимать под музыку - собираем геометрический конструктор (большой): строим «Пирамиду»	5
Занятие № 13		Самомассаж «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «гуси-гуси», «автобус».	5
		Аппликация: «Банка с соленостями» (объемная)	15
		Игры с предметами: -канцелярские скрепки –делаем цепочку	5
Занятие № 14		Самомассаж с помощью колючего мяча	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «машина», «ручки», «массаж».	5
		Рисование по трафарету «Цыпленок» с лепкой «Тарелка с зернышками для цыпленка»	15
		Игры с предметами: -бельевые прищепки – делаем длинную цепь	5
Занятие № 15		Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5

		Аппликация отрывная «Рыбка» - делаем чешую рыбе	15
		Игры с предметами: - эспандер – учимся сжимать и разжимать под музыку - шнуровки	5
	Занятие № 16	Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Графическое упражнение трафарет «Яблоко» - обводка по шаблону, закрашиваем пальчиками гуашью яблоко	15
		Игры с предметами: - шнуровки - счетные цветные палочки: ставим к картонному солнцу лучики	5
Декабрь	Занятие № 17	Самомассаж под песню Е.Железновой	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	5
		Аппликация: «Снеговик», активно работаем при приклеивании, создаем из лоскутков ткани необычного цветного Снеговика	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «крестик», «дождик» - сортировка бусин (крупы)	5
	Занятие № 18	Массажный, колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу.	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
		Графическое упражнение «Найди домик животным»	15
		Игры с предметами: - бельевые прищепки – вставляем на более толстую опору - накладывание фигур: делаем по образцу дом	5
	Занятие № 19	Самомассаж с помощью «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		Рисование «Снег в ночи»	15
		Игры с предметами: - пуговицы (бусины) – отделяем большие от маленьких - собираем маленькую пирамидку	5
	Занятие № 20	Самомассаж с помощью колючего мяча	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «игрушки-зверюшки», «две чашки», «массаж».	5
		Рисование «Новогодняя елка» (гуашь, тычки или пальчики)	15
		Игры с предметами:	5

		- канцелярские скрепки – делаем «бычка» - раздаточный материал (елочки) – «Лес»	
Занятие № 21		Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладонках, сжимаем, расслабляем	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «дождик», «автобус».	5
		Конструирование «Подарок под Новый год»	15
		Игры с предметами: - мозаика: делаем елочку	5
Занятие № 22		Самомассаж с помощью колючего мяча	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ручки», «краб», «зайка».	5
		Продуктивная деятельность «Новогодняя игрушка» (втулки)	15
		Игры с предметами: - шнуровка – делаем дорожку - коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
Занятие № 23		Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		Лепка из теста «Снеговик»	15
		Игры с предметами: - эспандер – сжимать и разжимать под музыку - пуговицы (бусины) – отделяем по цвету	5
Занятие № 24		Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Праздничное занятие: открытка к празднику (наклеивание готовых изображений)	15
		С предметами: - шнуровки - счетные цветные палочки: делаем зиг-заг	5
<b>Январь</b>	Занятие № 25	Самомассаж под песню Е. Железновой	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	5
		Рисование по мокрому «Вьюга»	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «крестик», «дождик», добавляем привязать предмет	5

Занятие № 26	Массажный, колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу, дуем на него.	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
	Продуктивная деятельность «Гном» (втулка)	15
	Игры с предметами: - бельевые прищепки – делаем осьминога	5
Занятие № 27	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	
	Аппликация из манки и мака: «Панда»	5
	Игры с предметами: - эспандер – сжимать и разжимать под музыку - геометрический конструктор(малый):делаем машину	15
Занятие № 28	Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «дождик», «автобус».	5
	Аппликация «Валенки»	15
	Игры с предметами: -мозаика: грибы в корзине	5
Занятие № 29	Самомассаж с помощью колючего мяча	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ручки», «краб», «зайка».	5
	Графическое упражнение «Найди пару»	15
	Игры с предметами: -шнуровка – делаем косичку -коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
Занятие № 30	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
	Аппликация «Узор на стекле»	15
	Игры с предметами: - эспандер –сжимать и разжимать под музыку - строительный конструктор: выкладываем по принципу домино	5
Занятие № 31	Самомассаж с помощью еловых шишек	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5

		Рисование по воде	15
		Игры с предметами: -шнуровки - счетные цветные палочки: делаем параллельные дорожки	5
	Занятие № 32	Самомассаж под песню Е.Железновой	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	5
		Лепка из пластилина «Пингвин»	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «косичку», добавляем привязать предмет	5
<b>Февраль</b>	Занятие № 33	Самомассаж «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «машина», «ручки», «массаж».	5
		Графическое упражнение «Веселые клеточки»	15
		Игры с предметами: -бельевые прищепки – игра «Накорми зверя»	5
	Занятие № 34	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		Конструирование на бумаге, работа с ножницами	15
		Игры с предметами: -пуговицы – делаем браслет - кубики Никитина: строим самую большую башню	5
	Занятие № 35	Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Продуктивная деятельность: «Лабиринт «Мышка и сыр»	15
		С предметами: -шнуровка – учимся завязывать бант -соты Кайе: собираем только желтые соты и делаем синие окошки - счетные цветные палочки: закрываем ими разукрашку -рисуем пальчиками: лошадка и наездник	5
Занятие № 36	Самомассаж под песню Е.Железновой	5	
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	5	
	Продолжение: Продуктивная деятельность: «Лабиринт «Мышка и сыр»	15	
	Игры с предметами: - канцелярские скрепки – чередуем в цепи 3 цвета: красный, белый, зеленый	5	

Занятие № 36	Самомассаж «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
	Конструирование «Танк»	15
	С предметами: -шнуровки - счетные цветные палочки: делаем зиг-заг	5
Занятие № 37	Самомассаж с помощью колючего мяча	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «едем-едем», «ручки», «массаж».	5
	Изготовление театра из прищепок; инсценировка простых сказок с прищепками.	15
	Игры с предметами: -белые прищепки – учимся их правильно держать, открывать и нанизывать на форму	5
Занятие № 38	Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «гуси-гуси», «автобус».	5
	Продолжение: Изготовление театра из прищепок; инсценировка простых сказок с прищепками.	15
	Игры с предметами: -канцелярские скрепки – учимся их правильно держать, открывать и нанизывать на форму, делаем лучики у «солнца»	5
Занятие № 39	Самомассаж с помощью колючего мяча	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ручки», «краб», «зайка».	5
	Рисование пальчиком на песке; использование природного и бросового материала для работы с песком	15
	Игры с предметами: -шнуровка – делаем дорожку -коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
Занятие № 40	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
	Моделирование из шишек «Сова»	15
	Игры с предметами: - эспандер – учимся сжимать и разжимать под музыку	5

		- собираем геометрический конструктор(малый): строим «Солнце»	
<b>Март</b>	Занятие № 41	Колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу, дуем на него.	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
		Продуктивное творчество «Подарок для мамы «Букет»»	15
		Игры с предметами: - бельевые прищепки – делаем «сороконожку»	5
	Занятие № 42	Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Графическое упражнение «Веселые клеточки»	15
		Игры с предметами: -шнуровка – шнуруем ботинок (один) - счетные цветные палочки: делаем заборчик и домик	5
	Занятие № 43	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «гуси-гуси», «пальчики».	5
		Обрывная аппликация «Грибок»	15
		Игры с предметами: - эспандер –сжимать и разжимать под музыку - собираем геометрический конструктор (большой): строим «Пирамиду»	5
	Занятие № 44	Самомассаж «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «гуси-гуси», «автобус».	5
		Рисование по воде	15
		Игры с предметами: -канцелярские скрепки –делаем цепочку	5
Занятие № 45	Самомассаж с помощью колючего мяча	5	
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «машина», «ручки», «массаж».	5	
	Объемная аппликация «Веселый барашек» (бумагопластика, шарики из салфеток)	15	
	Игры с предметами: -бельевые прищепки – делаем длинную цепь	5	
Занятие № 46	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5	
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5	
	Продолжение: Объемная аппликация «Веселый барашек» (бумагопластика, шарики из салфеток)	15	
	Игры с предметами: - эспандер – учимся сжимать и разжимать под музыку - шнуровки	5	

	Занятие № 47	Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Рисование пальчиком на песке; использование природного и бросового материала для работы с песком	15
		Игры с предметами: - шнуровки - счетные цветные палочки: ставим к картонному солнцу лучики	5
	Занятие № 48	Самомассаж под песню Е. Железновой	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	5
		Аппликация/конструирование «Коврик» (симметричная аппликация из разных материалов)	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «крестик», «дождик» - сортировка бусин (крупы)	5
<b>Апрель</b>	Занятие № 49	Массажный, колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу.	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
		Аппликация из ткани «Веселые бабочки»	15
		Игры с предметами: - бельевые прищепки – вставляем на более толстую опору - накладывание фигур: делаем по образцу дом	5
	Занятие № 50	Самомассаж с помощью «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		Рисование красками «Радуга» по мокрому листу	15
		Игры с предметами: - пуговицы (бусины) – отделяем большие от маленьких - собираем маленькую пирамидку	5
		Занятие № 51	Самомассаж с помощью колючего мяча
	Занятие № 51	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «игрушки-зверюшки», «две чашки», «массаж».	5
		Конструирование «Ракета» из бумаги	15
		Игры с предметами: - канцелярские скрепки – делаем «бычка» - раздаточный материал (елочки) – «Лес»	5
		Занятие № 52	Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «дождик», «автобус».		5

		Графическое упражнение «Цветовая палитра» - штриховка по цветам	15
		Игры с предметами: -мозаика: делаем елочку	5
Занятие № 53		Самомассаж с помощью колючего мяча	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ручки», «краб», «зайка».	5
		Аппликация из крупы гречи «Подсолнух»	15
		Игры с предметами: -шнуровка – делаем дорожку -коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
Занятие № 54		Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
		Рисование пальчиком на песке; использование природного и бросового материала для работы с песком	15
		Игры с предметами: - эспандер – сжимать и разжимать под музыку -пуговицы (бусины) – отделяем по цвету	5
Занятие № 55		Самомассаж с помощью еловых шишек	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
		Оригами «Подснежник»	15
		С предметами: -шнуровки - счетные цветные палочки: делаем зиг-заг	5
Занятие № 56		Самомассаж под песню Е.Железновой	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	5
		Конструирование с элементами аппликации «Пчелка» (втулка)	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «крестик», «дождик», добавляем привязать предмет	5
<b>Май</b>	Занятие № 57	Массажный, колючий мяч – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем, обкатываем по столу	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «щенок», «жираф», «зайка».	5
		Выдувное рисование «Праздничный салют»	15
		Игры с предметами: - бельевые прищепки – делаем осьминога	5

Занятие № 58	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	
	Конструирование из коробок с элементами аппликации «Поезд» (коллективная работа)	5
	Игры с предметами: - эспандер – сжимать и разжимать под музыку - геометрический конструктор(малый):делаем машину	15
Занятие № 59	Самомассаж еловыми шишками – раскатываем в ладошках, сжимаем, расслабляем	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ква-ква», «дождик», «автобус».	5
	Продолжение: «Поезд» (коллективная работа)	15
	Игры с предметами: -мозаика: грибы в корзине	5
Занятие № 60	Самомассаж с помощью колючего мяча	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ручки», «краб», «зайка».	5
	Книжка-малышка (конструирование, квилинг)	15
	Игры с предметами: -шнуровка – делаем косичку -коробочка с крупой – перебираем фасоль, горох и семечки	5
Занятие № 61	Самомассаж с помощью грецкого ореха	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «автобус», «зверята», «крокодил».	5
	Продолжение: Книжка-малышка (конструирование, квилинг)	15
	Игры с предметами: - эспандер –сжимать и разжимать под музыку - строительный конструктор: выкладываем по принципу домино	5
Занятие № 62	Самомассаж с помощью еловых шишек	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «ослик», «мошка», «дом».	5
	Продолжение: Книжка-малышка (конструирование, квилинг)	15
	Игры с предметами: -шнуровки - счетные цветные палочки: делаем параллельные дорожки	5
Занятие № 63	Самомассаж под песню Е.Железновой	5
	Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой –	5

		«мошка», «гуси-гуси», «дятел», «автобус»	
		Графическое упражнение «Веселые клеточки»	15
		Игры с предметами: - шнуровка – повторяем «косичку», добавляем привязать предмет	5
Занятие № 64		Самомассаж «Сетка» – трем о сетку ладошки, «шагаем» пальчиками по горизонтали, вертикали, диагонали. Расслабляем, постукиваем по клеткам сетки	5
		Пальчиковая гимнастика под муз. Е. Железновой – «машина», «ручки», «массаж».	5
		Рисование пальчиком на песке; использование природного и бросового материала для работы с песком	15
		Игры с предметами: -бельевые прищепки – игра «Накорми зверя»	5

## Список литературы

1. Александрова Э.И. Развивающие прописи. – Харьков – Москва: “Инфолайн”, 1994.
2. Алексеевская Н.А. Волшебные ножницы. - М.: “Лист”, 1998. 198с.
3. Афонькин С.Ю. Игрушка из бумаги.
4. Афонькин С.Ю. Уроки оригами в школе и дома. – М.: “Фким”, 1996. 207 с.
5. Аппликации и поделки из бумаги для детей 3-4 лет-М: Стрекоза,2010.
6. Безруких М.М. Тренируем пальчики. – М.: ООО “Дрофа”, 2000.
7. Белая А.Е. Пальчиковые игры. - М.: “Астрель”, 2001.
8. Виноградова Н.Ф. Все о младшем школьнике. – М.: “Вентана-Граф”, 2004. 400с.
9. Выгодский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. – М.: “Просвещение”, 1991. 93 с.
10. Гаврина С.Е. Развиваем руки – чтоб - учиться и писать, и красиво рисовать. – Ярославль: “Академия Холдинг”, 2002. 200с.
11. Геронимус Т.М. Работаем с удовольствием (1-4 классы) Уроки труда. – М.: “АСТ - ПРЕСС”, 2000. 140 с.
12. Геронимус Т.М. 150 уроков труда в 1-4 классах. – М.: “Начальная школа”, 1994. 192 с.
13. Гусакова М.А. Аппликация. – М.: “Просвещение”, 1987. 45 с.
14. Гусакова М.А. Подарки и игрушки своими руками. – М.: “Сфера”, 1999. 107 с.
15. Дегтярева Т. Умные поделки. – М.: “Лист”, 1999. 133 с.
16. Климанова Л.Ф. Уроки веселого карандаша. – Тула: “Родничок”, 2001.
17. Коньшева Н.М. Лепка в начальной школе. – М.: “Просвещение”, 1980.
18. Крупенская Н.Б. Линии. Фигуры. Точки. //прописи. “РОСМЭН - ПРЕСС”, 2004.
19. Лукашина М.М. Готовим руку к письму. - М.: “Карапуз”, 1999.
20. Нагибина Н.И. Природные дары для поделок и игры. – Ярославль: “Академия развития”, 1998. 190 с.
21. Нагибина Н.И. Чудеса из ткани своими руками. - Ярославль: “Академия развития”, 1998. 205 с.
22. Потапова Е.Н. Радость познания. – М.: “Просвещение”, 1990. 94 с.
23. Рейд Б. Обыкновенный пластилин. – М.: “АСТ – ПРЕСС”, 1998.128 с.
24. Рябко Н.Б. Занятия по изобразительной деятельности дошкольника – бумажная пластика. Учебно-практическое пособие – М., Педагогическое общество России, 2007.
25. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика. – М.: “Астрель”, 2006.
26. Шульгина В.П. Методическая копилка для учителей начальных классов.// Школа радости. – Ростов – на – Дону: “Феникс”, 2002. 319 с.
27. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь.–Санкт – Петербург: 1999.40 с.
28. Подумай, нарисуй и раскрась. // Альбом. “Радуга”, 2002.