Пальчиковая гимнастика является многоцелевым комплексом упражнений, с помощью которого можно одновременно развивать моторику рук, речь, а также воображение и память.

**Цели** занятий пальчиковой гимнастикой в детском саду таковы:

* развитие мелкой моторики и координации движений пальцев рук;
* улучшение артикуляции звуков и становление ритмики речи;
* развитие высших психологических функций:
  + мышления;
  + речи;
  + восприятия;
  + памяти;
  + воображения;
* формирование усидчивости, внимательности обучающихся.

Во время проведения занятий по пальчиковой гимнастике с детьми в возрасте трёх-четырёх лет педагогу необходимо решать следующие задачи:

* развивать мелкие движения пальцев рук, а также синхронность действий пальцев обеих рук;
* сочетать мануальные и речевые действия;
* развивать высшие психологические функции детей через повторение и заучивание стишков, использующихся в подобного рода играх, а также с помощью визуализации текста игры;
* формировать интерес детей к играм такого рода;
* применять в работе фольклорный материал, что будет способствовать воспитанию и развитию личности в рамках заданных культурных традиций.

Цели и задачи упражнений пальчиковой гимнастики могут корректироваться в зависимости от физического и психического развития детей.

**Как эффективно провести пальчиковую гимнастику**

Немаловажна в работе с детьми их заинтересованность в выполнении определённых действий. Особенность пальчиковой гимнастики заключается в том, что это всегда игра, а играть дети любят, поэтому проблем с выполнением упражнений возникнуть не должно. Пальчиковую гимнастику можно проводить как индивидуально, так и с группой детей. **Время проведения гимнастики может варьироваться в зависимости от вида игры (в среднем игры длятся от трёх до пяти минут).** Если игра занимает малое количество времени и хорошо знакома детям, то можно выполнять её задание во время прогулок и в перерывах между занятиями.

При проведении пальчиковой гимнастики используются следующие методы:

- показ действий;

- действия руками ребёнка;

- самостоятельные действия ребёнка.

Пальчиковая гимнастика начинается с того, что преподаватель знакомит детей с правилами игры, текстом упражнения и раздаточным материалом, если таковой имеется. Далее воспитатель сам начинает выполнять задание, проговаривая текст игры (стихотворение, считалку и др.), дети же начинают повторять. С детьми второй младшей группы можно заранее разучивать стихотворения, песенки, рассматривать иллюстрации, обсуждать и пересказывать необходимые для занятий тексты.

Перед началом выполнения упражнений необходимо подготовить детские ручки: разогреть их. Для этого можно мягкими движениями потереть ручки друг о дружку или погладить. После того как наши ручки готовы, необходимо приступать к самой гимнастике.

Советы по проведению пальчиковой гимнастики:

Педагог должен медленно и чётко проговаривать слова стихотворения (считалки или др.), акцентируя внимание на сложно произносимых звуках (со временем темп можно увеличивать).

Следите за правильностью своих движений (за вами повторяют!) и постановкой пальчиков детей.

При выполнении упражнений должны быть задействованы все пальчики обеих рук.

Каждое упражнение повторяйте 2–3 раза.

Используйте аккомпанемент, иллюстрации, видеоряд (это будет способствовать общему развитию ребёнка).

Подбирайте игры, в которых используются все движения руки (сжатие, разгибание, работа каждого пальца).

Используйте разнообразные по типам упражнения.

При проведении пальчиковой гимнастики рекомендуется использовать наглядный материал. Это будет способствовать развитию воображения, образного мышления детей. В качестве наглядности могут использоваться: рисунки, игрушки, цветная бумага, интерактивная доска и др.

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА СЕНТЯБРЬ**

***«Листопад»***

|  |  |
| --- | --- |
| **Листопад, листопад!**  **Листья по ветру летят:** | *Руки поднять вверх. Покачивая кистями из стороны в сторону, медленно опускать руки (листья опадают).* |
| **С клёна – кленовый,** | *Пальцы выпрямить и максимально развести в стороны.* |
| **С дуба – дубовый,** | *Пальцы выпрямить и плотно прижать друг к другу.* |
| **С осины – осиновый,** | *Указательный и большой соединить в виде колечка.* |
| **С рябины- рябиновый.** | *Пальцы выпрямить и слегка развести в стороны.* |
| **Полны листьев лес и сад**  **То-то радость для ребят!** | *Хлопки в ладоши.* |

***«Осенью»***

|  |  |
| --- | --- |
| **Ветры яблони качают.** | *Руки стоят на столе, опираясь на локти (стволы), пальцы разведены в стороны (кроны яблонь). Покачивать руками.* |
| **Листья с веток облетают.** | *Кисти рук расслаблены, расположены параллельно столу. Плавными движениями из стороны в сторону медленно опускать кисти рук на поверхность стола (листья опадают).* |
| **Листья падают в саду,** | *Пальцы обеих рук подушечками опираются о поверхность стола (грабли). Приподнимая руки, поскрести пальцами по поверхности стола, изображая работу граблями* |
| **Их граблями я гребу**. |

***«Капустка»***

|  |  |
| --- | --- |
| **Мы капустку рубим-рубим,** | *Движения прямыми ладонями вверх-вниз,* |
| **Мы капустку солим-солим,** | *поочерёдное поглаживание подушечек пальцев,* |
| **Мы капустку трём-трём,** | *потирать кулачок о кулачок.* |
| **Мы капустку жмём-жмём.** | *Сжимать и разжимать кулачки.* |

***«Овощи*»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Хозяйка однажды с базара пришла,** | *«Шагать» пальчиками по столу.* |
| **Хозяйка с базара домой принесла: Картошку, Капусту, Морковку, Горох.  Петрушку** | *«Загибать» по одному пальчику на обеих руках на каждую строчку, начиная с большого* |
| **И свеклу. Ох.** | *Поднять руки над головой  и хлопать в ладоши.* |

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА ОКТЯБРЬ**

***«Радуются взрослые и дети»***

|  |  |
| --- | --- |
| Кто ещё радуется солнышку? | *Поднять вверх плечи (удивленно)* |
| Радуется дедушка,   Радуется бабушка,  Радуется мамочка  Радуется папочка,   Очень радуюсь я. | *На каждую строку загибать пальчик в кулачок* |
| Рада солнцу вся семья! | *Сжимать и разжимать кулачок.* |

***«Транспорт»***

|  |  |
| --- | --- |
| Будем пальчики сгибать-  Будем транспорт называть: | *Сжимать и разжимать пальчики.* |
| Машина, вертолёт,  Трамвай, автобус, самолёт. | *Поочерёдно разжимать пальчики, начиная с мизинца.* |
| Пять пальцев мы в кулак зажали,  Пять видов транспорта назвали. | *Сжать пальцы в кулачок, начиная с большого.* |

***«Это я»***

|  |  |
| --- | --- |
| Это глазки. Вот, вот. | *Показывать части тела и  выполняют движения в соответствии с текстом.* |
| Это ушки. Вот, вот. |
| Это нос, это рот. |
| Там спинка. Тут живот. |
| Это ручки. Хлоп-хлоп. |
| Это ножки. Топ- топ. |
| Ох устали вытрем лоб! |

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА НОЯБРЬ**

***«Мои игрушки»***

|  |  |
| --- | --- |
| Покажу я вам игрушки:   Это курочки пеструшки, | *Указательный и большой пальцы каждой руки соединить подушечками (клюв), остальные пальцы направить вверх и слегка согнуть (гребешок).* |
| Это зайка, | *Средний и указательный пальцы правой руки направить вверх (ушки зайца), остальные прижать к ладони.* |
| Это пёс. | *Ладонь правой руки стоит на ребре (мордочка пса), большой палец направлен вверх (ушко).* |
| Вот машинка без колёс. | *Правую ладонь сложить в виде пригоршни и накрыть ею ладонь левой руки.* |
| Это книжки-раскладушки.   Вот и все мои игрушки. | *Руки рёбрами поставить на стол, ладони прижать друг к другу, а затем раскрыть.* |

***«Посуда»***

|  |  |
| --- | --- |
| Посуду моет наш Антошка, | *Потирать ладошки друг об друга («мыть посуду»).* |
| Моет вилку, чашку, ложку,  Вымыл блюдце и стакан | *Разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца.* |
| И закрыл покрепче кран. | *Пальцы полураскрыть и делать круговые движения впереди* |

***«Мебель»***

|  |  |
| --- | --- |
| Мебель я начну считать: | *Согнутые в локтях руки вытянуть вперед, показав ладони и раскрыв пальцы* |
| Кресло стол, диван, кровать,   Полка, тумбочка, буфет,  Шкаф, комод и табурет. | *Пальцы обеих рук поочерёдно зажимать в кулачки.* |
| Много мебели назвал –  Десять пальчиков зажал! | *Поднимать зажатые кулачки вверх* |

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА ДЕКАБРЬ**

***«Снегири»***

|  |  |
| --- | --- |
| Вот на ветках, посмотри, | *Четыре хлопка руками.* |
| В красных майках снегири. | *Показать на грудь* |
| Распушили пёрышки. | *Изображают «крылышки»*. |
| Греются на солнышке | *Нарисовать круг на небе руками* |
| Головой вертят, | *Повороты головой.* |
| Улетать хотят. Кыш! Кыш! Улетели! | *Махать руками как крыльями* |
| За метелью, за метелью! | *Вращательные движения кистями рук.* |

***« Снежинки»***

|  |  |
| --- | --- |
| Ла-ла-ла, ла-ла-ла,   Туча по небу плыла. | *Пальцы обеих рук соединить подушечками и округлить в форме шара (туча).* |
| Вдруг из тучи над землёй | *Руки поднять вверх, пальцы развести в стороны.* |
| Полетел снежинок рой. | *Поворачивать кисти, медленно опуская руки (снежинки летят).* |
| Ветер дунул, загудел – | *Подуть на кисти рук (губы округлить и слегка вытянуть вперёд).* |
| Рой снежинок вверх взлетел. | *Встряхнуть кистями рук, поднимая вверх, вращать ими (снежинки летят).* |
| Ветер с ними кружится, Может быть подружится. | *Вращать кистями, попеременно скрещивая руки.* |

***«Ёлочка»***

|  |  |
| --- | --- |
| Перед нами ёлочка. | *Пальцы переплетены, большие подняты вверх.* |
| Шишечки, иголочки, | *Кулачки, «иголочки»- раздвинуть пальцы.* |
| Шарики, фонарики, | *Ладошки держать «ковшиком».* |
| Зайки и свечки, | *«Зайчики» - указательные пальцы.* |
| Звёзды, человечки. | *Ладошка в виде звезды, «человечки» - походить пальчиками.* |

***«Новогодний праздник»***

|  |  |
| --- | --- |
| - Здравствуй, Дедушка Мороз! | *Ладонь поглаживает подбородок – «бороду» Деда Мороза* |
| Что в подарок нам принёс? | *Руки вперёд ладонями вверх* |
| - Громкие хлопушки, | *Хлопнуть в ладоши* |
| Сладости, игрушки. | *Вертим кистями* |

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА ЯНВАРЬ**

***«Зима»***

|  |  |
| --- | --- |
| Снег ложится на дома, | *Руки разводим в стороны, ладонями вниз* |
| Улицы и крыши. | *Руки «домиком»* |
| Тихо к нам идёт зима, | *Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.* |
| Мы её не слышим… | *Рука за ухом* |

***«Дикие животные»***

|  |  |
| --- | --- |
| У лисы в лесу глухом  Есть нора – надёжный дом. | *Дети загибают  на обеих руках пальцы: по одному пальцу на каждое двустишье.* |
| Не страшны зимой метели  Белочке в дупле на ели. |
| Под кустами ёж колючий  Нагребает листья в кучу. |
| Из ветвей, корней, травы  Хатки делают бобры. |
| Спит в берлоге косолапый,  До весны сосёт там лапу. |
| Есть у каждого свой дом,  Всем тепло уютно в нём. | *Ударяют ладонями и кулачками поочерёдно*. |

|  |  |
| --- | --- |
| Это зайчонок, | *Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца.* |
| это бельчонок, |
| Это лисенок, |
| это волчонок, |
| А это спешит, ковыляет  спросонок  Бурый, мохнатый, смешной  медвежонок. | *Вращают большим пальцем.* |

***«Мебель»***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, | *Загибать пальчики* |
| Много мебели в квартире. | *Ритмично сжимать и разжимать кулачки.* |
| В шкаф повесим мы рубашку, | *Загибать пальчики, начиная с больших,*  *на каждое название мебели.* |
| А в буфет поставим чашку. |
| Чтобы ножки отдохнули, Посидим чуть-чуть на стуле. |
| А когда мы крепко спали,  На кровати мы лежали. |
| А потом мы с котом  Посидели за столом, |
| Чай с вареньем дружно пили. Много мебели в квартире! | *Ритмично попеременно хлопать в ладоши и стучать кулачком о кулачок.* |

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФЕВРАЛЬ**

***«Кошка»***

|  |  |
| --- | --- |
| Вот, убрав царапки | *Показать «когти», растопырив и согнув пальцы обеих рук* |
| Кошка моет лапки. | *Потирающие движения ладоней друг о друга* |
| Мордочку | *Круговые движения ладонью по лицу* |
| и ушки на своей макушке | *Чуть согнутые ладошки движутся за ушами* |

***«Котята»***

|  |  |
| --- | --- |
| Побежали вдоль реки  Котята наперегонки | *Двигают указательными и средними пальцами по поверхности стола от себя к краю. Повторяют несколько раз.* |

***«Домашние птицы»***

|  |  |
| --- | --- |
| Есть у курицы цыплёнок, | *Большим пальцем поочерёдно касаться остальных, начиная с мизинца.* |
| У гусыни есть гусёнок, |
| У индюшки – индюшонок |
| А у утки есть утёнок. |
| У каждой мамы малыши,  Все красивы хороши! | *Показать все пальчики, «играя» ими.* |

***«Защитники Отечества»***

|  |  |
| --- | --- |
| Аты-баты, аты-баты!  На парад идут солдаты! | *Махать руками, сгибая в локтях (как солдаты)* |
| Вот идут танкисты, | *Поочередно «шагают» указательным и средним пальцами правой и левой руки.* |
| Потом артиллеристы, |
| А потом пехота - Рота за ротой! |

***«Зима»***

|  |  |
| --- | --- |
| Раз, два, три, четыре, | *На счет загибать пальчики* |
| Мы с тобой снежок слепили | *лепить, меняя положение ладоней* |
| Круглый, крепкий, очень гладкий | *показывают круг, гладят ладони друг о друга* |
| Раз – подбросим | *"подбросить", посмотреть вверх* |
| Два – поймаем | *" ловят", приседают* |
| Три – уроним | *встают, "роняют"* |
| И … сломаем! () | *топают* |

.

**КОМПЛЕКС** **ПАЛЬЧИКОВОЙ** **ГИМНАСТИКИ** **НА** **МАРТ**

***«Весна»***

|  |  |
| --- | --- |
| Утром солнышко встаёт выше, выше, | *руки высоко вверх* |
| Ночью солнышко зайдет ниже, ниже. | *руки вниз* |
| Хорошо-хорошо солнышку живётся, | *делаем ручками фонарики* |
| И нам вместе с солнышком весело живётся | *хлопаем в ладоши* |

***«Мама»***

|  |  |
| --- | --- |
| Много мам на белом свете,  Всех их очень любят дети! | *Разводят руки в стороны, затем крепко обхватывают за плечи* |
| Журналист и инженер, | *Поочередно сгибают пальчики, начиная с мизинца, сначала на одной, затем на другой руке.* |
| Повар, милиционер, |
| Швея, кондуктор и учитель, |
| Врач, парикмахер и строитель |
| Мамы разные нужны, | *Сжимают обе ладошки в «замочек».* |
| Мамы разные важны! | *Разводят руки, поднимают ладошками вверх  - «фонарики».* |

***«Сказки»***

|  |  |
| --- | --- |
| Будем пальчики считать,   Будем сказки называть: | *Вытягивают руки вперед, играя пальчиками.* |
| Эта сказка - «Теремок». | *Поочередно касаются большим пальцем остальных, начиная с указательного.* |
| Эта сказка - «Колобок». |
| Эта сказка - «Репка»:  Про внучку, бабку, дедку. |
| «Волк и семеро козлят» - |
| Этим сказкам каждый рад! | *Показывают большой палец.* |

***«Петушок-золотой гребешок***

|  |  |
| --- | --- |
| Петушок, петушок, | *соединить на руке указательный и большой палец,* |
| Золотой гребешок | *сделать «замок» из пальцев* |
| Масляна головушка, | *погладить рукой по голове* |
| Шелкова бородушка, | *погладить рукой по подбородку* |
| Что ты рано встаешь,  Что ты звонко поешь,   Деткам спать не даешь? | *закрыть глаза и сложить ладони под щеку* |

***«Весна»***

|  |  |
| --- | --- |
| Вот уж две недели | *Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.* |
| Капают капели | *Стучать кончиками пальцев по коленкам* |
| Снег на солнце тает | *Руки ладонями вниз разведены в стороны.* |
| ручьём стекает. | *Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.* |

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА АПРЕЛЬ**

***«Капель»***

|  |  |
| --- | --- |
| Кап, кап, кап – звенит капель. | *Ритмично, на каждый слог стучат по столу подушечками пальцев, начиная с большого* |
| Приближается апрель. |

***«Город»***

|  |  |
| --- | --- |
| Я гуляю во дворе | *Ходьба «пальчиками» по коленкам (по столу)* |
| Вижу домик на горе | *ритмичные хлопки ладошками* |
| Я по лесенке взберусь | *раскрыть перед собой ладони и, касаясь поочередно кончиками пальцев, сложить лесенку, начиная с больших пальцев* |
| И в окошко постучусь.  Тук, тук, тук, тук! | *поочередно стучать кулачком одной руки в ладошку другой* |

***«Транспорт»***

|  |  |
| --- | --- |
| По шоссе идут машины, | *Крутим воображаемый руль.* |
| По асфальту едут шины. | *Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.* |
| По дороге не беги, | *Погрозили пальцем.* |
| Я скажу тебе: «Би-би» | *Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим»* |

***«Рыбки»***

|  |  |
| --- | --- |
| Рыбка в озере живёт  Рыбка в озере плывёт | *ладошки соединены и делают плавные движения* |
| Хвостиком ударит вдруг | *ладошки разъединить и ударить по коленкам* |
| И услышим мы – плюх, плюх! | *ладошки соединить у основания и так похлопать* |

***«Профессии»***

|  |  |
| --- | --- |
| Много есть профессий знатных, | *Соединять пальцы правой руки с большим.* |
| И полезных, и приятных. | *Соединять пальцы левой руки с большим* |
| Повар, врач, маляр, учитель, Продавец, шахтёр, строитель… | *Последовательно соединять пальцы обеих рук с большим.* |
| Сразу всех не называю, ( | *Сжимать и разжимать кулачки.* |
| Вам продолжить предлагаю. | *Вытянуть руки вперёд ладонями вверх* |

.

**КОМПЛЕКС ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ НА МАЙ**

***«Ромашка»***

|  |  |
| --- | --- |
| Ромашки белые цветки–  Как пальцы маленькой руки. | *Ладонь вперёд, пальцы раздвинуть – это «ромашка».* |
| И вот слетаются жуки   Считать ромашки лепестки. | *Перебирать пальцы «руки-ромашки» по одному.* |

***«Насекомые»***

|  |  |
| --- | --- |
| Дружно пальчики считаем-   Насекомых называем: | *Сжимать и разжимать кулачки.* |
| Бабочка, кузнечик, муха,  Это жук с зелёным брюхом. | *Поочерёдно сгибать пальцы в кулачок, начиная с большого.* |
| Это кто же тут звенит?   Ой, сюда комар летит! | *Вращать мизинцем.* |
| Прячьтесь! | *Спрятать руки за спину.* |

***«Дятел»***

|  |  |
| --- | --- |
| Дятел дерево долбит:   Тук-тук-тук. | *Одна ладонь прямая – это «дерево», другая – «дятел» - кулачком стучать о неё.* |
| Целый день в лесу стоит  Стук-стук-стук. | *Смена рук.* |

***«Радуга»***

|  |  |
| --- | --- |
| Гляньте: радуга над нами, | *Нарисовать рукой над головой полукруг (маховое движение)* |
| Над деревьями, | *Руки поднять вверх, пальцы разомкнуты.* |
| Домами, | *Руки сложены над головой крышей.* |
| И над морем, над волной | *Нарисовать волну рукой.* |
| И немножко надо мной. | *Дотронуться до головы.* |