**Методическая разработка**

**«Цикл упражнений для детей дошкольного возраста по развитию мелкой моторики»**



**Подготовила:**

**учитель-логопед**

**МАДОУ «Надежда»:**

**Н.В. Жижакина**

**г. Ноябрьск, ЯНАО**

**Для детей младшего возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| **Солнце**  Пальцы широко раздвину.  Руки так соединю.  Это солнышко с лучами.  Рады все его теплу. | *(Перекрещенные ладони прижать друг к другу),*  *(пальцы раздвинуты в стороны),*  *(пошевелить пальцами)* |
| **Игрушки**  Я с игрушками играю:  Мячик я тебе бросаю,  Пирамидку собираю,  Грузовик везде катаю. | *(Руки перед собой, сжимаем-разжимаем пальцы.) (Протягиваем руки вперёд – «бросаем мяч».)*  *(Прямые кисти ладонями вниз поочерёдно кладём друг на друга несколько раз.)*  *(Двигаем перед собой слегка раскрытой кистью правой руки – «катаем машинку».)* |
| **Встали пальчики**  Этот пальчик хочет спать,  Этот пальчик – прыг в кровать,  Этот пальчик прикорнул,  Этот пальчик уж заснул.  Тише, тише, не шуми,  Пальчики не разбуди.  Встали пальчики – «Ура!»  В детский сад идти пора! | *(поочередно пригибать пальцы к ладошке, начиная с мизинца)*  *(Затем большим пальцем касаться всех остальных – «будить»)*  *(С восклицанием «Ура!» — кулачки разжать, широко расставив пальцы.)* |
| **Осень**  Если листья пожелтели,  Дождь холодный моросит,  Птицы к югу полетели, -  Значит, осень к нам спешит. | *(Сжимаем и разжимаем кулачки)*  *(Стучим пальцем)*  *(Изображаем крылья)*  *(Хлопаем в ладоши)* |
| **Овощи – фрукты**  В огороде много гряд,  Тут и репа, и салат,  Тут и свёкла, и горох,  А картофель разве плох?  Наш зелёный огород  Нас прокормит целый год. | *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  *(Загибают пальцы поочерёдно.)*  *(Хлопают в ладоши.)* |
| **Домашние животные**  Вот, убрав царапки,  кошка моет лапки.  Мордочку и ушки  На своей макушке.  Побежали вдоль реки  Котята наперегонки. | *(«Моем руки».)*  *(Круговые движения ладонью по лицу.)*  *(Движения ладошками за ушами, как кошка.)*  *(Двигают указательными и средними пальцами по по-верхности стола от себя к краю. Повторяют несколько раз.)* |
| **Домашние птицы**  Зёрна курочка клюёт,  И цыплятки тут как тут.  В воду уточка нырнёт,  А цыплятки не нырнут. | *(Обе ладошки вместе отклоняем от себя.)*  *(Щепотки «клюют» по очереди.)*  *(Ладошки вместе «ныряют» вперёд.)*  *(Погрозили пальчиком.)* |
| **Посуда**  Из тарелок, как один,  Суп мы ложками едим.  Вилкой кушаем котлеты,  Ножик режет нам омлеты. | *(Ладони вместе перед собой «тарелка».)*  *(Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)*  *(Указательный и средний пальцы выпрямлены, большой палец придерживает безымянный и мизинец – «держим вилку».)*  *(«Режем» прямой ладонью взад-вперёд.)* |
| **Комнатные растения**  У нас в горшке расцвёл цветок.  Чтоб стал красив он и высок,  Раскрыл на утро лепестки,  Должны работать корешки. | *(Ладошки изображают бутон)*  *(Поднимаем «бутон» вверх)*  *(Раскрываем ладошки)*  *(Опускаем ладошки вниз, соединив тыльной стороной)* |
| **Одежда**  Обуваем ножки  бегать по дорожке.  Повторяй за мной слова:  Ножка – раз, ножка – два!  В магазине покупают  И на ножки надевают  Папа, мама, брат и я –  Любит обувь вся семья.  Я надену сапоги,  Курточку и шапку.  И на руку каждую  Натяну перчатку. | *(Двумя пальцами «шагают» по столу.)*  *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  *(Ставят два пальца на стол и поднимают по одному.)*  *(Сжимают и разжимают пальцы.)*  *(Загибают пальцы на руках.)*  *(«Шагают» пальцами по столу.)*  *(Показываем на ноги,*  *туловище, голову.)*  *(Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая –*  *проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток, смена рук.)* |
| **Новый год**  - Здравствуй, Дедушка Мороз!  Что в подарок нам принёс?  - Громкие хлопушки,  Сладости, игрушки. | *(Ладонь поглаживает подбородок – «бороду» Деда*  *Мороза.)*  *(Руки вперёд ладонями вверх.)*  *(Хлопнуть в ладоши.)*  *(Вертим кистями.)* |
| **Дикие птицы**  Дятел дерево долбит:  Тук-тук-тук.  Целый день в лесу стоит  Стук-стук-стук. | *(Одна ладонь прямая – это «дерево», другая – «дятел»*  *кулачком стучите о неё.)*  *(Смена рук.)* |
| **Зима**  Снег ложится на дома,  Улицы и крыши.  Тихо!  К нам идёт зима,  Мы её не слышим…  Что зимой мы любим делать?  В снежки играть,  На лыжах бегать,  На коньках по льду кататься,  Вниз с горы на санках мчаться. | *(Руки разводим в стороны, ладонями вниз.)*  *(Руки «домиком».)*  *(Палец к губам.)*  *(«Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*  *(Рука за ухом.)*  *(Поочерёдно соединяют большой палец с остальными.)* |
| **Дикие животные**  Заяц и ёжик навстречу друг другу  Шли по дорожке по полю, по лугу.  Встретились – и испугались они.  Быстро бежали – поди догони!  Это зайчонок, это бельчонок,  Это лисёнок, это волчонок,  А это спешит, ковыляет спросонок  Бурый, мохнатый, смешной медвежонок. | *(Указательные и средние пальцы обеих рук «идут»*  *навстречу друг другу.)*  *(Стукнуть кулачками.)*  *(Снова пальцы «идут», но теперь в разные стороны.)*  *(Сгибают пальцы в кулак, начиная с мизинца.)*  *(Вращают большим пальцем.)* |
| **Рыбы**  Жил да был один налим,  Два ерша дружили с ним.  Прилетали к ним три утки  По четыре раза в сутки  И учили их считать:  Раз, два, три, четыре, пять. | *(Движения имитирующие движения плавников.)*  *(Взмахи ладонями.)*  *(Сжимать и разжимать кулачки.)*  *(Загибать пальчики.)* |
| **«Рубим дрова»**  Чтобы печку растопить,  Надо дров нам нарубить.  Рубим, рубим мы дровишки –  Пусть тепло будет детишкам. | *(Складываем пальцы в замок)*  *(Имитируем действия дровосека)* |
| **Мама – солнышко мое**  Мамочка хорошая,  Мамочка любимая!  Очень я её люблю,  Поцелуи ей дарю! | *(Воздушный поцелуй над ладонью.)*  *(Поцелуй над другой ладонью.)*  *(Сдуваем с ладони поцелуй.)*  *(Сдуваем поцелуй с другой ладони.)* |
| **Мебель**  На кроватке мы поспали,  Вещи в шкаф уже убрали.  Мы на стуле посидели  И за столиком поели. | *(Руки под щёку.)*  *(Свободно двигаем руками – «убираем вещи».)*  *(Ладонью одной руки накрываем кулак другой.)*  *(Вращательные движения рукой с воображаемой ложкой.)* |
| **Вот какие мы большие**  У меня есть голова,  Грудь, живот, а там – спина,  Ножки – чтобы поскакать, Ручки – чтобы поиграть. | *(Слушаем стихотворение и указываем на соответствующие части тела)* |
| **Цирк. Зоопарк**  В зоопарк пришли зайчата,  Медвежата, барсучата,  Лягушата и енот.  На зелёный, на лужок,  Приходи и ты, дружок. | *Сгибание пальцев в кулак в ритме потешки.*  *При перечислении животных считать пальцы на обеих руках поочерёдно.* |
| **Наступила весна**  Вот уж две недели  Капают капели.  Снег на солнце тает  И ручьём стекает. | *(Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.)*  *(Руки ладонями вниз разведены в стороны.)*  *(Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.)* |
| **Транспорт**  По шоссе идут машины,  По асфальту едут шины.  По дороге не беги,  Я скажу тебе: «Би-би». | *(Крутим воображаемый руль.)*  *(Локти прижаты к туловищу, ладони двигаются параллельно друг другу.)*  *(Погрозили пальцем.)*  *(Рука сжата в кулак, большой палец выпрямлен – «сигналим».)* |
| **Цвет и форма**  Мой весёлый круглый мяч,  Щёки круглые не прячь!  Я тебя поймаю,  В ручках покатаю! | *(Одной рукой бьём по воображаемому мячу.)*  *(Смена рук.)*  *(Двумя руками, соединив одноимённые пальцы, показываем мяч.)*  *(Покатали воображаемый мяч между ладоней.)* |
| **Цветы**  Ромашки белые цветки –  Как пальцы маленькой руки.  И вот слетаются жуки  Считать ромашки лепестки. | *(Ладонь вперёд, пальцы раздвинуть – это «ромашка».)*  *(Перебираем пальцы «руки-ромашки» по одному.)* |
| **«Солдаты»**  Мы солдаты, мы солдаты,  Бодрым шагом мы идём.  В нашу армию, ребята,  Просто так не попадёшь.  Нужно быть умелыми,  Сильными и смелыми! | *(Пальцы маршируют по столу.)*  *(Пальцы сжаты в кулак, указательный палец поднят вверх и покачивается вправо-влево.)*  *(Ладонь вверх, пальцы растопырены, сжимаются и*  *разжимаются.)* |
| **Скоро лето**  Солнцем ласковым согрето,  За весной приходит лето.  Будем в озере нырять  И цветочки собирать. | *(«Идём» указательным и средним пальцами одной руки.)*  *(«Ныряем» соединёнными вместе ладонями от груди*  *вперёд.)*  *(«Срываем» одной рукой и «собираем» в другую.)* |

**Для детей среднего возраста**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **«Дружба»**  Дружат в нашей группе  Девочки и мальчики.  Мы с тобой подружим  Маленькие пальчики.  Раз, два, три, четыре, пять  Будем снова мы считать. Раз, два, три, четыре, пять  Мы закончили считать. | *Хлопают в ладоши*.  *Стучат кулачками друг об друга.)*  *Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца*  *Загибают пальчики поочередно, начиная с мизинца на др. руке.* | | |
| **«Овощи - фрукты»**  В огороде много гряд,  Тут и репа, и салат,  Тут и свёкла, и горох,  А картофель разве плох?  Наш зелёный огород  Нас прокормит целый год. | *Сжимают и разжимают пальцы.*  *Загибают пальцы поочерёдно.*  *Хлопают в ладоши.* | | |
| **«Хлеб»**  Муку в тесто замесили,  А из теста мы слепили:  Пирожки и  Сдобные ватрушки,  Булочки и калачи –  Всё мы испечём в печи.  Очень вкусно! | *Сжимают и разжимают кулачки*  *Прихлопывают ладошками, «лепят»*  *Поочерёдно разгибают пальчики обеих рук, начиная с мизинца*  *Обе ладошки разворачивают вверх*  *Гладят живот* | | |
| **«От куда хлеб пришел»**  Бублик,  Баранку,  Батон  И буханку  Пекарь из теста испёк спозаранку. | *Большой и указательный пальцы образуют круг*  *Большой и средний пальцы образуют круг.*  *Большой и безымянный пальцы образуют круг.*  *Большой и мизинец образуют круг.*  *Имитация лепки хлеба* | | |
| **«Новогодний праздник»**  Ждали праздника мы долго.  Наконец пришла зима.  Наконец пришла зима  В гости ёлку привела.  К ёлке все мы подошли,  Хороводы завели.*.*  Покружились, поплясали,  Даже чуточку устали.  Дед Мороз скорей приди,  Нам подарки принеси. | *Трём ладошку о ладошку.*  *Сжать кулаки, прижать их друг к другу.*  *Пальцы «идут» по столу, по коленкам.*  *Пальцы показывают Ёлочку, указ. пальцы сцепляются*  *Круговые движения кистями рук*  *Кисти рук опустить, расслабить*  *Ладони прижать друг к другу, потом протянуть вперёд.* | | |
| **«Грибы»**  Этот пальчик в лес пошел,  Этот пальчик гриб нашел,  Этот пальчик чистить стал,  Этот пальчик жарить стал,  Этот пальчик все съел,  Оттого и потолстел. | *массируют поочередно пальчики, начиная с мизинца* | | |
| **Дом**  Этот дом - он двухэтажный.  А вот этот - трехэтажный.  Этот дом - он самый важный  Он у нас пятиэтажный. | *Разгибают пальцы из кулачка начиная с мизинца* | | |
| **Собираем листики**  Раз, два, три, четыре, пять –  Будем листья собирать.  Листья березы, листья рябины,  Листики тополя, листья осины.  Листики дуба мы соберем,  Маме осенний букет принесем. | *Отгибать пальчики.*  *Кулачки сжимать и разжимать.*  *Загибать пальчики.*  *Изобразить фонарики.)* | | |
| **«Осенью»**  Ветры яблони качают.    Листья с веток облетают.    Листья падают в саду,  Их граблями я гребу. | *Руки стоят на столе, опираясь на локти (стволы), пальцы разведены в стороны (кроны яблонь). Покачивать руками.*  *Кисти рук расслаблены, расположены параллельно столу. Плавными движениями из стороны в сторону медленно опускать кисти рук на поверхность стола (листья опадают).*  *Пальцы обеих рук подушечками опираются о поверхность стола (грабли). Приподнимая руки, поскрести пальцами по поверхности стола, изображая работу граблями* | | |
| **«Мебель»**  Мебель я начну считать:  Кресло, стол, диван, кровать,  Полка, тумбочка, буфет,  Шкаф, комод и табурет  . Много мебели назвали,  Десять пальчиков зажали! | *показывают ладошки обеих рук*  *пальцы обеих рук поочерёдно сжимают в кулачки*  *разжимают кулачки и показывают ладошки*  *сжимают кулачки и поднимают их вверх* | | |
| **«Домашние животные»**  Довольна корова своими телятами  Овечка довольна своими ягнятами,  Кошка довольна своими котятами,  Кем же довольна свинья? Поросятами!  Довольна коза своими козлятами,  А я довольна своими ребятами! | *показывают поочерёдно пальцы сначала на одной, затем на другой руке, начиная с больших*  *показывают на себя и разводят ладони в стороны* | | |
| **«Дружат добрые зверята»**  Дружат добрые зверята *.*  Дружат малые зайчата  .  Дружат в озере бобры,  .  Дружат в небе комары,  .  Дружат милые ежата,  .  Дружат даже медвежата  .  Вот как разыгрались, по лесу разбежались! | *соединяем одинаковые пальчики рук*  *ритмичное касание мизинцев обеих рук*  *ритмичное касание безымянных пальцев обеих рук*  *ритмичное касание средних пальцев обеих рук*  *ритмичное касание указательных пальцев обеих рук*  *ритмичное касание больших пальцев обеих рук*  *руки опустить, потрясти кистями* | | |
| **«Домашние птицы»**  Есть у курицы цыплёнок,  У гусыни есть гусёнок,  У индюшки – индюшонок,  А у утки есть утёнок,  У каждой мамы малыши  Все красивы, хороши! | *Большие пальцы поочерёдно касаются остальных, начиная с мизинца*  *Показывают пальчики, играя ими* | | |
| **«Бытовые электроприборы*»***  Пылесос, пылесос,  Ты куда суёшь свой нос?  Я жужжу, я жужжу,  Я порядок навожу*.* | *Ритмичное сгибание пальцев обеих рук (ладони смотрят вперёд)*  *то же, но ладони обращены друг к другу.*  *Соприкосновение кончиков пальцев.* | | |
|  |  | | |
| **«Дом и ворота»**  На поляне дом стоит,  Ну а к дому путь закрыт.  Мы ворота открываем,  В этот домик приглашаем. | *«Дом» изобразить двумя руками, крышу дома — пальцы левой и правой рук соприкасаются друг с другом*  *Правая и левая руки повернуты ладонями к себе,*  *Соприкасаются друг с другом, большие пальцы — вверх («ворота»)*  *Ладони разворачиваются параллельно друг другу* | | |
| **«Кормушка»**  Сколько птиц к кормушке нашей  Прилетело? Мы расскажем.  Две синицы, воробей,  Шесть щеглов и голубей,  Дятел в пестрых перышках.  Всем хватило зернышек. | *Ритмично сжимают и разжимают кулачки*  *На каждое название птицы загибают по одному пальчику*  *Опять сжимают и разжимают кулачки* | | |
| **«Это я»**  Это глазки. Вот, вот.  Это ушки. Вот, вот.  Это нос, это рот.  Там спинка. Тут живот.  Это ручки. Хлоп-хлоп.  Это ножки. Топ- топ.  Ох устали вытрем лоб! | *Дети показывают части тела и выполняют движения в соответствии с текстом.* | | |
| **«Одежда и обувь»**  Я надену сапоги,  Курточку и шапку.  И на руку каждую  Натяну перчатку. | *Показываем на ноги, туловище, голову.*  *Одна рука выпрямленными пальцами вверх, другая – проводит по мизинцу и ребру ладони, показывая направление надевания перчаток*  *Смена рук* | | |
| **«Зима»**  Снег ложится на дома,  Улицы и крыши.  Тихо к нам идёт зима,  Мы её не слышим… | *Руки разводим в стороны, ладонями вниз.*  *Руки «домиком».*  *Палец к губам. «Идём» указательным и средним пальцами одной руки.*  *Рука за ухом* | | |
|  |  | | |
| **«Зимние каникулы»**  Что зимой мы любим делать?  В снежки играть,  На лыжах бегать,  На коньках по льду кататься,  Вниз с горы на санках мчаться. | *Поочерёдно соединяют большой палец с остальными* | | |
| **«Зимние забавы»**  Лепим мы из снега ком,  Из комочков слепим дом.  Звери будут в доме жить,  Веселиться и дружить,  Вместе домик сторожить | *Дети сжимают и разжимают кисти рук*  *Соединяют кончики пальцев рук, слегка разводят ладони в стороны*  *Хлопают в ладоши*  *Соединяют руки в «замок»* | | |
| **«Строители»**  Мы строители, мы строим,  Много мы домов построим,  Много крыш и потолков,  Много окон, стен, полов,  Много комнат и дверей,  Лифтов, лестниц, этажей.  Будет у жильцов веселье –  В новом доме новоселье! | *Ребенок стучит кулачком о кулачок*  *Загибает по очереди пальцы на обеих руках.*  *Произносит слова веселым голосом.*  *Произносит громко* | | |
| ***«*Цветы*»***  Наши алые цветки  Раскрывают лепестки.  Ветерок чуть дышит,  Лепестки колышет.  Наши алые цветки  Закрывают лепестки,  Тихо засыпают,  Головками качают. | *Выполнять движения в соответствии с содержанием стихотворения.* | | |
| **«Защитники Отечества»**  Илья Муромец –  Добрый молодец.  Зорко в даль глядит  Да врагов разит. | *Приосаниться*  *Показать бицепсы.)*  *Рука козырьком*  *«Бросить копьё».* | | |
| **«Птички»**  Птички полетели,  Крыльями махали,  На деревья сели,  Вместе отдыхали. | *Большой палец отгибают в горизонтальное положение, сверху присоединяют сомкнутые прямые остальные пальцы.*  *Машут ладонями с широко раскрытыми пальцами. Руки вверх, все пальцы широко расставлены.*  *Большие пальцы отгибают*  *(как движения в первой строчке)* | | |
| ***«*Насекомые*»***  Прилетела к нам вчера   Полосатая пчела*.*  А за нею шмель – шмелек  И веселый мотылек*,*  Жук – жучок и стрекоза,  Как фонарики, глаза*.*  Пожужжали, полетали*,*  От усталости упали. | *Взмахи перекрещенных кистями рук.*  *На каждое название насекомого*соединяют*пальцы, начиная с мизинца.*  *«Колечки» - указ. и большие пальцы соединены.*  *Взмахи перекрещенными кистями рук.*  *Тихо кладут руки на стол.* | | |
| **«Этот пальчик…»**  Этот пальчик - дедушка*,*  Этот пальчик – бабушка*,*  Этот пальчик – папочка,  Этот пальчик – мамочка*,*  Этот пальчик – я,  Вот и вся моя семья! | *Загните большой палец.*  *Загните указательный палец.*  *Загните средний палец.*  *Загните безымянный палец.*  *Загните мизинец.*  *Вращайте кисть, разведя пальцы в стороны…* | | |
| **«Весна»**  Вот уж две недели  Капают капели.  Снег на солнце тает  И ручьём стекает. | *Опускаем по очереди руки вниз, пальцы вместе.*  *Руки ладонями вниз разведены в стороны.*  *Обе руки ладонями вниз двигаются в одну сторону.* | | |
| **«Рыбки»**  Рыбки весело плескались  В чистой светленькой реке  То сожмутся, разожмутся,   То закружатся в воде. | *Ладошки как бы ударяют по воде.*  *Пальчики сжимаются в кулачок, разжимаются****.***  *Винтообразные движения кистью.* | | |
| **«Книги»**  Много книжек есть на свете,  Читать их очень любят дети*.*  Если книги мы прочтем,  То узнаем обо всем:  Про моря и океаны,  Удивительные страны.  Про животных прочитаем | *Дети ладошки соединяют вместе «книжкой».*  *Раскрывают и закрывают «книжку».*  *Поочередно соединяют одноименные пальцы, начиная с мизинца.* | | |
| **«Транспорт»**  Раз, два, три, четыре, пять –  Буду транспорт я считать.  Автобус, лодка, и мопед,  Мотоцикл, велосипед,  Автомобиль и самолет,  Корабль, поезд, вертолет. | *Сжимают и разжимают пальчики*  *Поочередно сжимают пальчики обеих рук в кулачки, начиная с мизинца левой руки* | | |
|  | | |
| **Мамочка**  Мамочка хорошая,  Мамочка любимая!  Очень я её люблю,  Поцелуи ей дарю! | | *Воздушный поцелуй над ладонью.*  *Поцелуй над другой ладонью.*  *Сдуваем с ладони поцелуй.*  *Сдуваем поцелуй с другой ладони.* | |
| ***«*Что такое лето?*»***  Что такое лето?  Это много света,  Это поле, это лес*,*  Это тысячи чудес,   Это в небе облака,  Это быстрая река,  Это яркие цветы,  Это синь высоты*,*   Это в мире сто дорог   Для ребячьих ног. | | *Дети произносят вопросительно, поднимают плечи.*  *Поднимают руки вверх.*  *«Рисуют» круги, делают упражнение «Деревья».*  *Хлопают.*  *Поднимают руки вверх, рисуем круги.*  *Соединяют ладони вместе, делают ими «змейку».*  *Кисти рук ставят вертикально и соединяют.* *Округленные ладони с раздвинутыми пальцами отводят в стороны.*  *Поднимают руки вверх.*  *«Ходят» пальцами.*  *Хлопают.* | |