**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 огородНас прокормит целый год. | *(Сжимают и разжимают пальцы.)**(Загибают пальцы поочерёдно.)**(Хлопают в ладоши.)* |
| **Домашние животные**Вот, убрав царапки,кошка моет лапки.Мордочку и ушкиНа своей макушке.Побежали вдоль рекиКотята 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 ножкибегать по дорожке.Повторяй за мной слова:Ножка – раз, ножка – два!В магазине покупаютИ на ножки надеваютПапа, мама, брат и я –Любит обувь вся семья.Я надену сапоги,Курточку и шапку.И на руку каждуюНатяну 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 стоитСтук-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 другуШли 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 спросонокБурый, 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 уткиПо четыре раза в суткиИ 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 посиделиИ 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 пальцына обеих руках поочерёдно.* |
| **Наступила весна**Вот уж две неделиКапают капели.Снег на солнце таетИ 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 жукиСчитать 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 нырятьИ 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 группеДевочки и мальчики.Мы с тобой подружимМаленькие пальчики.Раз, два, три, четыре, пятьБудем снова мы считать.Раз, два, три, четыре, пятьМы 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 огородНас прокормит целый год. | *Сжимают и разжимают пальцы.**Загибают пальцы поочерёдно.**Хлопают в ладоши.* |
| **«Хлеб»**Муку в тесто замесили,А из теста мы слепили:Пирожки иСдобные 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,БатонИ буханкуПекарь 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 зимаВ 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 важныйОн 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 телятамиОвечка 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 малышиВсе 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 нашейПрилетело? 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 каждуюНатяну 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 цветкиРаскрывают лепестки.Ветерок чуть дышит,Лепестки колышет.Наши алые цветкиЗакрывают лепестки,Тихо засыпают,Головками качают. | *Выполнять движения в соответствии с содержанием стихотворения.* |
| **«Защитники Отечества»**Илья Муромец –Добрый молодец.Зорко в даль глядитДа 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 – шмелекИ 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 неделиКапают капели.Снег на солнце таетИ 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 плескалисьВ чистой светленькой рекеТо 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.* |