

Перспективный план работы на 2024-2025 учебный год Воспитанники 3-4 года

Октябрь

1 неделя

1. Массаж ладошек «Орех»

Я катаю мой орех,

Чтобы стал круглее всех.

2. Игра «Чудесный мешочек» - овощи определить на ощупь.

3. Пальчиковая игра

Мы капусту рубим - рубим,

Мы морковку трем - трем.

Мы капусту солим - солим,

Мы капусту жжем - жжем. (имитация движений)

4. «Нейрогимнастика» (работа на карточках с пуговицами).

Октябрь

2 неделя

1. Массаж ладошек «Орех»

Я катаю мой орех,

Чтобы стал круглее всех.

2. Игра «Чудесный мешочек» - овощи определить на ощупь.

3. Пальчиковая игра

Раз, два, три, четыре, пять,

Мы во двор пошли гулять.

Птичек крошками кормили,

Бабу снежную лепили.

С горки мы потом катались,

А ещё в снегу валялись.

Все в снегу домой пришли,

Суп поели, спать легли. (имитация движений)

4. Практическое упражнение. Шнуровка – одень пуговицы на шнурок.

Октябрь

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

2. Пальчиковая игра

Раз, два, три, четыре, пять,

Стали пальчики играть.

Маски примеряли,

*В зоопарке играли.
Тут и ёжик, тут и мишка,
Тут и зайка – плутишка,
Тут и рыжая лисица.
А кто волка не боится?
Почеши ему за ушком,
Потому что он – игрушка.*

3. Игра «Человечки»

Выкладывание ручек, ножек из счетных палочек - нарисованному человеку.

Октябрь

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

*Карандаш в руках катаю,
Между пальчиков верчу.
Непрерывно каждый пальчик,
Быть послушным научу.*

2. Упражнение «Очки»

*Бабушка очки надела,
И внучонка разглядела.*

3. Пальчиковая игра

*А вот ладошка,
На ладошку села кошка, села мышек посчитать,
Один, два, три, четыре, пять,
Мышки очень испугались
В норки быстро разбежались. (имитация движений)*

4. Практическое упражнение «Клубочки для бабушки» - смотать нитки в клубочки.

Ноябрь

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков

*У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки,
Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник.*

2. Пальчиковая игра «Дом»

*Один кулак, одна ладошка,
Ты поменяй скорей, их крошка.
Теперь ладошка и кулак
И всё быстрее делай так,
Вот так! (имитация движений).*

3. Нейрогимнастика для пальцев рук.

4. Упражнение «Для каждого цвета свой домик» - работа с цветными фишками.

Ноябрь

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков

У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки,

Но ещё сильнее, чем ельник,

Вас уколёт можжевельник.

2. Пальчиковая гимнастика «Посуда»

Посуду моет наш Антошка,

Моет вилку, чашку, ложку,

Потирать ладошки друг об друга («мыть посуду»).

Вымыл блюдце и стакан

И закрыл покрепче кран.

Разгибать пальцы из кулачка, начиная с мизинца. Выполнять имитирующие движения.

3. Нейрогимнастика для пальцев рук.

4. Практическое упражнение «Конфеты к чаю» - из бумаги сминаем комочки и складываем в вазочку (в двух руках по листу бумаги...смять в комок...расправить каждый листок).

Ноябрь

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук сушеным горохом в «сухом» бассейне.

Твёрдые горошинки

Прямо в землю брошены –

Значит, вырастет горох,

Урожай совсем не плох!

2. Упражнение «Котенок»

У нашего котенка мягкие лапки, (делаем поглаживающие движения ладонями)

Но на каждой лапке коготки-царапки! (сгибаем пальчики и показываем, как котенок выпускает коготки, то немного сжимая, то разжимая кулачек)

3. Пальчиковая игра «Котята»

Все котята мыли лапки: (трем ладошкой о ладошку, показываем, как моют руки)

Вот так! Вот так!

Мыли ушки, мыли брюшки: (трем ушки и животик)

Вот так! Вот так!

А потом они устали:

Вот так! Вот так!

Сладко-сладко засыпали: (сложить ладошки, поднести к уху и наклонить голову)

Вот так! Вот так!

4. Практическое упражнение «Прятки» - найди животных в песке (работа с кинетическим песком, приговаривая....)

Месим, месим тесто,

Есть в печи место.

Будут – будут из печи

Булочки и калачи.

Ноябрь

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук сушеным горохом в «сухом» бассейне.

Твёрдые горошинки

Прямо в землю брошены –

Значит, вырастет горох,

Урожай совсем не плох!

2. Пальчиковая гимнастика «На лужок».

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, барсучата, (сгибание пальцев в кулачок)

Лягушата и енот.

На зеленый на лужок,

Приходи и ты, дружок! (сгибать пальцы поочередно на обеих руках)

3. Практическое упражнение «Нарви травки» - мелко нарвать зеленую бумагу.

4. Игра «Ежики и ежата» - втыкание спичек в большой и маленький пластилиновый комочек

Декабрь

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ежик» (с массажным шариком)

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Я хочу тебя погладить!

Я хочу с тобой поладить!

2. Упражнение «Снежинки»

(по тексту делать легкий массаж: касаться пальчиками разных частей тела)

Падают снежинки, белые пушинки.

Падают на плечи, падают на ножки,

Падают на щечки, также на ладошки.

Падают на грудку, падают на нос.

С Северного полюса ветер их принес.

3. Пальчиковая игра «Снежок»

Раз, два, три, четыре, (загибать пальцы, начиная с большого)

Мы с тобой снежок слепили (лепить, меняя положение ладоней)

Круглый, крепкий, очень гладкий (показать круг, сжать ладони вместе)

И совсем-совсем не сладкий (грозить пальчиком)

Раз – подбросим. Два – поймает (подбрасывать и ловить «снежок»)

Три – уроним (ронять воображаемый снежок)

И... ломаем. (хлопнуть в ладоши).

3. Нейрогимнастика для рук и пальчиков.

4. Упражнение «Снежинки» - выложить из счетных палочек.

Декабрь

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ежик» (с массажным шариком)

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Я хочу тебя погладить!

Я хочу с тобой поладить!

2. Пальчиковая игра «Зимой в лесу»

Медведь в берлоге крепко спит, (руки сложены лодочкой под щечкой)

Всю зиму до весны сопит.

Спит зимою бурундук, (загибаем поочередно пальцы)

Колючий ежик и барсук

Только зайке не спится, (делаем зайчика)

Убегает от лисицы. Кисть руки переворачиваем вниз и «убегаем»

Мелькает он среди кустов,

Запел — и был таков (разводим руки в стороны).

3. Нейрогимнастика для рук и пальчиков.

4. Практическое упражнение «Заячьи следы» - рисуем на манке пальчиками.

Декабрь

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками

Ежик ерзает под шляпой.

Мы его поймали с папой.

Ёж иголки выпустил.

- Не волнуйся, выпустим!

2. Пальчиковая игра «Птичья столовая»

Сколько птиц к кормушке нашей.

Прилетело? Мы расскажем.

Две синицы, воробей,

Дятел в пестрых перышках.

Всем хватило зернышек.

Ритмично сжимают и разжимают кулачки. Загибание пальчиков, начиная с большего.

Прилетайте, птички! Сала дам синичке.

Приготовлю крошки Хлебушка немножко.

Эти крошки – голубям,

Эти крошки – воробьям.

Галки да вороны, ешьте макароны

3. Нейрогимнастика для пальцев рук.

4. Практическое упражнение «Птичьи следы на снегу» - рисуем на манке пальчиками.

Декабрь

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками

Ежик ерзает под шляпой.

Мы его поймали с папой.

Ёж иголки выпустил.

- Не волнуйся, выпустим!

2. Пальчиковая игра «Ёлочка»

Праздник приближается,

Елка наряжается.

(поднимаем руки, опускаем их вниз)

Мы повесили игрушки:

Бусы, шарики, хлопушки.

(имитируем вешанье игрушек)

А здесь фонарики висят

(крутим «фонарики»)

Блеском радуют ребят.

3. Игра «Чудесный мешочек» - определить на ощупь игрушки.

4. Практическое упражнение «Наряжаем ёлку» - работа с кинетическим песком, приговаривая....

Месим, месим тесто,

Есть в печи место.

Будут – будут из печи

Булочки и калачи.

Январь

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой.

2. Пальчиковая игра «Игрушки»

На большом диване в ряд, (попеременно хлопают в ладоши и стучат кулаками)

Куклы Танины сидят:

Два медведя, Буратино, (загибают поочередно все пальцы)

И веселый Чиполино,

И котенок, и слоненок.

Раз, два, три, четыре, пять. (разгибают поочередно все пальцы)

Помогаем нашей Тане. (попеременно хлопают в ладоши)

Мы игрушки сосчитать (стучат кулаками).

3. Упражнение «Что спряталось в комочке» разглаживание трафаретов игрушек из бумаги, смятой в комочки.

4. Практическое упражнение «Рисуем мячи» - на манке большие и маленькие предметы (Мяч, шар, кирпич, кубик).

Январь

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук шишкой.

2. Пальчиковая гимнастика «Мы во двор пошли гулять»

Раз, два, три, четыре, пять

Мы во двор пришли гулять

Бабу снежную лепили

Птичек крошками кормили,

С горки мы потом катались

А ещё в снегу валялись

И снежками мы кидались

Все в снегу домой пришли

Съели суп, и спать легли.

3. Практическое упражнение «Лыжник» - рисуем на манке пальчиками.

4. Практическое упражнение «Попади в цель снежком» (закидывание снежков в корзину).

Январь

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» теннисные шарики по столу.

2. Пальчиковая игра «Зимние забавы»

Что зимой мы любим делать? (хлопки в ладоши)

В снежки играть, на лыжах бегать, (поочередно соединяют большой палец с остальными)

На коньках по льду кататься,

Вниз с горы на санках мчатся.

3. Нейрогимнастика для рук и пальчиков (см. приложение)

4. Практическое упражнение «Много снега намело» (обрывание бумаги).

Февраль

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Сухой бассейн».

2. Пальчиковая игра «Гуси»

Гуси песню распевали — га-га-га, га-га-га.

*(смыкаем большой с остальными пальцами на руке — изображаем клюв гуся)
Посидели (кулачки сжали и положили на коленки)
Поклевали (пальцы собираем в щепотку и стучим (тыкаем) ими по коленкам)
Маму с Димой пощипали — га-га-га, га-га-га (щипаем ножки)
Но от них мы убежали. (пальчики бегут по ножкам).*

3. Нейрогимнастика для рук и пальчиков.

4. Практическое упражнение «Накорми гусей» - отрывать кусочки бумаги, скомкать бумагу в маленькие крошки.

Февраль

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Упражнение «Пуговицы».

2. Пальчиковая гимнастика «Мы платочки постираем»

Мы платочки постираем (пальцы сжать в кулачки, тереть кулачком по кулачку).

Крепко, крепко их потрём,

А потом мы выжимаем, (выполнять движение «выжимаем бельё»).

Мы платочки отожмём.

А теперь мы все платочки (пальцы свободные, выполнять лёгкие движения кистями вверх),

Так встряхнём, так встряхнём.

А теперь платки погладим, (выполнять движение «гладим бельё» кулачком одной руки),

Мы погладим утюгом (ладони другой).

А теперь платочки сложим (хлопки одной ладошкой по другой).

И все дружно в шкаф положим (положить руки на колени).

3. Практическое упражнение «Помогаем маме» - развешать белье на веревку и закрепить его прищепками.

Февраль

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Сильные пальчики».

(нажимаем на резиновый мяч с силой)

2. Пальчиковая игра «Гвозди»

Бом, бом, бом, бом,

По гвоздям бьём молотком.

Гвозди не вбиваются,

Только загигают.

(пальцы - гвозди - согнуты, пальцы другой руки - клещи. Смыкаются в кольцо и "вырывают гвозди" - поочередно тянем пальцы другой руки, выпрямляя их).

Значит, клещи надо взять,

Будем гвозди вырывать.

Я тянул, тянул, тянул,

Все я гвозди разогнул.

3. Практическое упражнение «Салют» - рисуем пальчиками на бумаге красками.

Февраль

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» (катание крупных бусин по столу).

2. Пальчиковая гимнастика «Снеговик»

Давай, дружок!

Смелей, дружок! (лепят снежок)

Кати по снегу свой снежок (катят).

Он превратится в толстый ком, (показывают шар руками)

И станет ком снеговиком (рисуют руками снеговика).

Его улыбка так светла! (показывают улыбку).

Два глаза, шляпа, нос, метла (показывают).

На солнце припечет слегка - (рука у лба, смотрят солнце)

Увы - и нет снеговика (пожимают плечами, руки в сторону).

3. Практическое упражнение «Веселый снеговик» - рисуем мелками круги разного размера.

Март

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Колечко».

2 Пальчиковая игра «Цветочек для мамочки»

Ой, в нашем цветнике

Большой цветок на стебельке.

Раскрывать и закрывать кулачок, пальчики, будто лепестки.

От ветерка качается,

Движения руками вправо-влево.

И мне улыбается!

Я мамочку поцелую

И цветочек подарю ей!

Мимика, жесты.

3. Практическое упражнение «Платочек для мамы» - украшаем платочек, рисуем пальчиками.

Март

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук крупными бусинами.

2. Пальчиковая игра «Мамина помощница»

Дружно маме помогаем –

Пыль повсюду вытираем. Движения по тексту

Мы белье теперь стираем

Полощем, отжимаем.

Подметаем все кругом –

*И бегом за молоком.
Маму вечером встречаем,
Двери настежь открываем,
Маму крепко обнимаем.*

3. Практическое упражнение «Бусы для мамы» - нанизывание бусин на ленту, макароны на ленту, создавая бусы.

Март

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашами.

2. Пальчиковая игра «Солнышко»

Утром солнышко встанёт 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).

3. Практическое упражнение «Солнышко лучистое» - выложить из счетных палочек солнечные лучи вокруг желтого круга.

Март

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом.

2. Пальчиковая игра «Транспорт»

Один-два-три-четыре-пять,

Буду транспорт я считать:

Автобус, лодка и мопед,

Мотоцикл, велосипед,

Автомобиль и самолёт,

Корабль, поезд, вертолёт (загибают пальчики).

3. Практическое упражнение «Железная дорога» - выложить из счетных палочек.

Апрель

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук карандашом.

2. Пальчиковая игра «Капельки»

Руки вытянуты вверх, ладонями вперед.

Капля - раз, капля - два,

Капли капают едва -

Кап, кап, кап, кап.

Стали капельки бежать,

Капля каплю догонять -

Кап, кап, кап, кап.

3. Практическое упражнение «Следы от капли» - на манке пальчиками ставим точки.

Апрель

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев. Катание карандаша между ладошками

2. Пальчиковая игра «Пришла весна»

Птичка, птичка, прилетай!

Весну – Красну зазывай!

Птичка крылышками машет,

Веселит детишек наших!

(дети показывают движения кистями рук, как летит птичка).

3. Пальчиковая игра «Весенний дождик»

Дождик песенку поет (сжимаем кулачки)

Только кто ее поймет (пожимаем плечами)

Не пойдем ни я, ни ты (на обеих руках разгибаем указательные)

Но зато поймут цветы (разгибаем средние)

И зеленая трава (разгибаем безымянные)

И весенняя листва (разгибаем мизинцы).

Лучше всех поймет зерно —

Прорасти начнет оно (разгибаем большие).

4. Практическое упражнение. Игра с мозаикой «Весенняя полянка».

Апрель

3 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Катание карандаша между ладошками

2. Пальчиковая игра «Рыбка»

Рыбка плавает в водице.

Рыбке весело играть (плавные движения кистями)

Рыбка, рыбка, озорница, (погрозить пальчиком)

Мы хотим тебя поймать (хлопок "круглыми" ладошками)

Рыбка спинку изогнула (выгнуть кисти, пальчики вниз)

Крошку хлебную взяла (имитировать движение пальчиками)

Рыбка хвостиком махнула (сложить ладошки вместе, поворачивать их вправо, влево)

Рыбка быстро уплыла (спрятать ручки).

3. Практическое упражнение «Рыбки» - трафареты.

Апрель

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук грецким орехом.

2. Пальчиковая игра «Птенчики в гнезде»

Улетела птица-мать

Малышам жучков искать.

Ждут малютки-птицы

Мамины гостинцы.

(все пальцы правой руки обхватить левой ладонью. Получается «гнездо». Шевеление пальцами правой руки создает впечатление живых птенцов в гнезде).

3. Практическое упражнение. Лепка «Червячки для птенцов».

Май

1 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Катание карандаша между ладошками.

2. Пальчиковая игра «Дружба»

Дружат в нашей группе девочки и мальчики.

(соединять пальцы в «замок»)

С вами мы подружим маленькие пальчики.

(касание кончиков пальцев обеих рук)

Раз, два, три, четыре, пять - начинай считать опять.

(парное касание пальцев от мизинцев)

Раз, два, три, четыре, пять - мы закончили считать.

(руки вниз, встряхнуть кистями)

3. Практическое упражнение «Прятки» - найди игрушки в кинетическом песке.

Май

2 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев. Катание карандаша между ладошками.

2. Пальчиковая игра «Бутончики»

Каждый бутончик (пальцы рук собраны в щепоть)

Склониться бы рад,

Влево и вправо, (раскачивать «бутончики»)

Вперед и назад.

От ветра и зноя (соединить вместе локти и ладони рук)

Бутончики эти (образуя один большой «букет»)

Спрятались быстро,

В цветочном букете.

3. Упражнение «Цветочный лужок» - с помощью мозаики сделать цветы.

Развивать мелкую моторику рук.

4. Практическое упражнение «Солнышко» - прицепить прищепки к кругу.

Май

3 неделя

1. Самомассаж. Катание карандаша между ладошками.

2. Пальчиковая игра «Насекомые»

На лужайке у реки

Закружились мотыльки.

Вот так, вот так, закружились мотыльки.

Полетели в огороде

В светлом бело хороводе.

Вот так, вот так, закружились мотыльки.

Над капустой, над морковкой

Мотыльки кружились ловко.

Вот так, вот так, закружились мотыльки.

3. Практическое упражнение. «Вот такие ножки у сороконожки» - рисуем на манке.

Май

4 неделя

1. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» теннисные шарики.

2. Пальчиковая игра «Лето»

Вот и лето наступает

(последовательно соединять пальцы обеих рук с большими, начиная с мизинцев).

Всех на отдых приглашает

(соединять одноименные пальцы рук, начиная с больших).

Будем плавать, загорать

(круговые движения кистями, «солнце»)

И на даче отдыхать.

3. Практическое упражнение «Вязальщицы» - смотать из шерстяных ниток клубочки

Перспективный план работы на 2025-2026 учебный год

Воспитанники 4-5 лет

Сентябрь

2 неделя

1.Пальчиковая игра «Овощи»

Раз, два, три, четыре,

(сжимаем и разжимаем кулачки)

Дети овощи учили:

Лук, редис и кабачок,

(поочерёдно сгибают пальчики в кулачок)

Хрен, морковь и чесночок.

Собираем мы в лукошко

(имитация собирания в корзинку овощей)

И картофель и морковь

Огурцы, фасоль, горох-

(хлопки ладошками)

Урожай у нас не плох.

2.Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа с карандашами. Обводим по точкам «Овощи».

5. Практическое упражнение. Игра «Чудесный мешочек» - овощи определить на ощупь.

Сентябрь

3 неделя

1. Пальчиковая игра «Компот»

Будем мы варить компот

Фруктов нужно много. Вот.

(левую ладошку держать «ковшиком», а указательным пальчиком правой руки мешать)

Будем яблоки крошить,

Груши будем мы рубить,

Отожмём лимонный сок,

Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот

Угостим честной народ.

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа в прописи.

5. Зрительный диктант «Выложи по образцу» (работа со счётными палочками).

Сентябрь

4 неделя

1. Пальчиковая игра «За ягодами»

Раз, два, три, четыре, пять,

(пальчики обеих рук «здороваются», начиная с больших)

В лес идём мы погулять.

(обе руки «идут» указательными и средними пальцами по столу)

За черникой,

За малиной,

За брусникой,

За калиной,

Землянику мы найдём

И братишке отнесём.

(загибают пальчики, начиная с большого)

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Штриховка. Трафареты «Ягоды».

5. Зрительный диктант «Человечки» (выкладывание из счетных палочек)

Октябрь

1 неделя

1. Пальчиковая игра «Яблонька»

Яблоня, яблоня! Где же твои яблоки?

(сжимать - разжимать пальчики)

Заморозил их мороз? Или ветер их унёс?

(обнять себя за плечи, поёжиться)

Или молния спалила? Или градом их побило?

(потереть ладони, хлопок ладонями)

Или птицы поклевали? Ну куда они пропали?

(пальчики барабанил о стол)

Не морозил их мороз, и не ветер их унёс,

(обнять плечи, руки вверх, покачать)

Не спалило их огнём, града не было с дождём

(потереть ладони, хлопок ладонями)

Птицы их не поклевали (пальчиками о стол)

Просто дети оборвали! (имитация руками)

2. Массаж ладошек «Орех»

*Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех.*

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Нейроигры (работа с карточками)

5. Практическое упражнение. Шнуровка «Хобот для слона» (одеть бусины на шнурок).

Октябрь

2 неделя

1. Пальчиковая игра «Не грусти»

Если пальчики грустят – доброты они хотят.

(сжимаем – разжимаем кулачки)

Если пальчики заплачут – их обидел кто-то значит.

(трясём кистями рук)

Наши пальцы пожалеет – добротой своей согреет.

(«моем» руки, дышим на них)

К себе ладошки мы прижмём,

(прикладываем руки к груди)

Гладить ласково начнём.

(гладим ладонь другой ладонью)

Пусть обнимутся ладошки,

Поиграют пусть немножко.

(скрестить пальцы, ладони прижать, пальцы рук быстро стучат)

Каждый пальчик нужно взять и покрепче обнять.

(каждый палец зажимаем в кулачке)

2. Массаж ладошек «Орех»

Я катаю мой орех,

Чтобы стал круглее всех.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа с карандашами. Обводим по точкам «Животные».

5. Игра «Разрезные картинки».

Октябрь

3 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Котятки».

Все котятки мыли лапки,

Вот так! Вот так!

Мыли ушки, мыли брюшки,

Вот так! Вот так!

А потом они устали,

Вот так! Вот так!

Сладко, сладко засыпали,

Вот так! Вот так!

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков

*У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки,
Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник.*

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа в прописи.

5. Практическое упражнение «Конфеты к чаю» - из бумаги сминаем комочки и складываем в вазочку (в двух руках по листу бумаги... смять в комок... расправить каждый листок).

Октябрь

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»

*Утка плещется в пруду
У хозяйки на виду.
Быстро к берегу плывёт
И с воды идёт на взлёт.
Во дворе – её соседка
Это курочка – наседка.
Под крылом – её цыплята,
Очень дружные ребята.*

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладонками по всей длине пальчиков

*У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки,
Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник.*

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Зрительный диктант. Выложи по образцу счётными палочками.

5. Практическое упражнение. Шнуровка – одень пуговицы на шнурок

Ноябрь

1 неделя

1. Пальчиковая игра «Мышки»

*Постирали как-то мышки
Котику штанишки.
Тёрли, тёрли, полоскали, отжимали, расправляли,
И вешали штанишки
На верёвку мышки.*

2. Самомассаж ладоней с сенсорными мешочками.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа с карандашами (красками). Обводим по точкам «Игрушки».

5. Практическое упражнение «Нарви полоски для коврика» (нарвать полоски бумаги руками).

Ноябрь

2 неделя

1. Пальчиковая игра «Мышка»

*Мышка зёрнышки нашла
И домой их принесла.
Дома зёрна намолоти,
Пирожочки приготовили,
С капустой, с мясом, с творожком,
А ещё с вареньем,
Поели с обеденьем!*

2. Самомассаж ладоней с сенсорными мешочками.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа в прописи.

5. Зрительный диктант. Выложи по образцу.

Ноябрь

3 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Осенние листья»

*Раз, два, три, четыре, пять,
Будем листья собирать.
Листья берёзы, листья рябины,
Листики тополя, листья осины,
Листики дуба мы соберём,
Маме осенний букет отнесём.*

2. Массаж рук «Перчатки».

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Штриховка трафареты «Листья».

5. Практическое упражнение (работа с пряжей) «Ёжик в ниточках».

Ноябрь

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Любимые сказки»

*Жили-были дед да баба
На поляне у реки.
И любили очень-очень
На сметане колобки.
Хоть у бабки мало силы,
Бабка тесто замесила.
Ну, а бабушкина внучка
Колобок катала в ручках.
Вышел ровный, вышел гладкий,
Не солёный и не сладкий.
Очень круглый, очень вкусный
Даже есть его не грустно.*

- 2. Массаж рук «Перчатки».**
- 3. Нейрогимнастика пальцев рук.**
- 4. Игра «Разрезные картинки – сказочные герои».**
- 5. Практическое упражнение «Колобок»** (лист цветной бумаги смять в комок, нарисовать или наклеить глаза и рот).

Декабрь

1 неделя

1. Пальчиковая игра «Снежинки»

(по тексту делать легкий массаж: касаться пальчиками разных частей тела)

Падают снежинки, белые пушинки.

Падают на плечи, падают на ножки,

Падают на щечки, также на ладошки.

Падают на грудку, падают на нос.

С Северного полюса ветер их принес.

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ёжик» с массажными шариками.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа с карандашами (красками). Обводим по точкам «Снеговик».

5. Практическое упражнение «Снежинка» (рисуем на манной крупе).

Декабрь

2 неделя

1. Пальчиковая игра «Снежок»

Раз, два, три, четыре, (загибать пальцы, начиная с большого.)

Мы с тобой снежок слепили (лепить, меняя положение ладоней.)

Круглый, крепкий, очень гладкий (показать круг, сжать ладони вместе.)

И совсем-совсем не сладкий. (грозить пальчиком.)

Раз – подбросим. Два – поймаем. (подбрасывать и ловить «снежок».)

Три – уроним (ронять воображаемый снежок.)

И... ломаем. (хлопнуть в ладоши.)

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ёжик» с массажными шариками.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа в прописи.

5. Зрительный диктант. Выложи по образцу и наклеи из ниток снежинку.

Декабрь

3 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Новый Год!».

Наступает Новый Год!

Дети водят хоровод,

Висят на ёлке шарики,

Светятся фонарики,

*Вот сверкают льдинки,
Кружатся снежинки.
В гости Дед Мороз идёт,
Всем подарочки несёт.*

*Чтоб подарки сосчитать,
Будем пальчики сгибать*

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10.

2. Самомассаж ладоней «Покатай, покатай» (катание крупных деревянных шариков от пирамидки).

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Штриховка трафареты «Птицы».

5. Практическое упражнение «Покорми птиц» (рассортировать фасоль и горох).

Декабрь

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Украсим ёлочку»

*Перед нами ёлочка,
Шишечки, иголки,
Шарики, фонарики,
Зайчики и свечки,
Звёзды, человечки.*

2. Самомассаж ладоней «Покатай, покатай» (катание крупных деревянных шариков от пирамидки).

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Штриховка трафарет «Украсим ёлочку» (штриховка цветными карандашами).

5. Практическое упражнение (работа с пряжей) «Ёлочка».

Январь

1 неделя

1. Пальчиковая игра «Новый Год»

*Наступает Новый Год!
Дети водят хоровод,
Висят на ёлке шарики,
Светятся фонарики,
Вот сверкают льдинки,
Кружатся снежинки.
В гости Дед Мороз идёт,
Всем подарочки несёт.
Чтоб подарки сосчитать,
Будем пальчики сгибать*
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10.

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков

*У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки,
Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник.*

3. Гимнастика для глаз.

4. Работа с ватными палочками и красками. Обводим по точкам «Ёлочка».

5. Практическое упражнение «Снежинка» (выложи пластилином).

Январь

2 неделя

1. Пальчиковая игра «Снежок»

*Раз, два, три, четыре, (загибать пальцы, начиная с большого.)
Мы с тобой снежок слепили (лепить, меняя положение ладоней.)
Круглый, крепкий, очень гладкий (показать круг, сжать ладони вместе.)
И совсем-совсем не сладкий. (грозить пальчиком.)
Раз – подбросим. Два – поймает. (подбрасывать и ловить «снежок».)
Три – уроним (ронять воображаемый снежок.)
И... ломаем. (хлопнуть в ладоши.)*

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа в прописи.

5. Зрительный диктант. Выложи по образцу и наклей из ниток снежинку.

Январь

3 неделя

1. Пальчиковая игра «Снежинки»

(по тексту делать легкий массаж: касаться пальчиками разных частей тела)

*Падают снежинки, белые пушинки.
Падают на плечи, падают на ножки,
Падают на щечки, также на ладошки.
Падают на грудку, падают на нос.
С Северного полюса ветер их принес.*

2. Самомассаж ладоней с сенсорными мешочками.

3. Гимнастика для глаз.

4. Штриховка трафареты «Украсим ёлочку» (штриховка цветными карандашами).

5. Практическое упражнение «Выложи снеговика» (работа с пуговицами).

Январь

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Украсим ёлочку»

Перед нами ёлочка,

*Шишечки, иголки,
Шарики, фонарики,
Зайчики и свечки,
Звёзды, человечки.*

- 2. Самомассаж ладоней с сенсорными мешочками.**
- 3. Нейрогимнастика пальцев рук.**
- 4. Зрительный диктант.** Выложи по образцу.
- 5. Работа с пряжей «Ёлочка»** (выложить нитками по контуру).

Февраль

1 неделя

- 1. Пальчиковая игра «Ножницы - собака».**
- 2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками** - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков
*У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки,
Но ещё сильнее, чем ельник,
Вас уколёт можжевельник.*
- 3. Гимнастика для глаз.**
- 4. Работа с бумагой.** Рвём полоски по нарисованным линиям на листе бумаги.
- 5. Практическое упражнение «Стрижка»** (режем полоски бумаги).

Февраль

2 неделя

- 1. Пальчиковая игра «Ходьба с коромыслом».**
- 2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками** - катание шишки между ладошками по всей длине пальчиков
- 3. Нейрогимнастика пальцев рук.**
- 4. Работа в прописи.**
- 5. Зрительный диктант.** Выложи по образцу и наклей из ниток снежинку.

Февраль

3 неделя

- 1. Пальчиковая игра «В гости к пальчику большому»**
*В гости, к пальчику большому,
Приходили прямо к дому:
Указательный и средний,
Безымянный и последний
Сам мизинчик – малыш
Постучался об порог.
Вместе пальчики друзья,
Друг без друга им нельзя!*
- 2. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ёжик»** с массажными шариками.

3. Гимнастика для глаз.
4. Штриховка трафареты
5. Работа с ножницами.

Февраль

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Семья».
2. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ёжик» с массажными шариками.
3. Нейрогимнастика пальцев рук.
4. Зрительный диктант. Выложи по образцу.
5. Работа с ватой «Снежинка» (выложить ватой по контуру).

Март

1 неделя

1. Пальчиковая игра «Провожаем мы февраль»

Провожаем мы февраль

Зиму снежную не жаль.

Мы весну так долго ждали

Даже чуточку устали.

Снег растает кап-кап-кап.

Вылез мишка косолапый

Потянулся, улыбнулся,

Светлый лучик к нам вернулся.

Птицы весело поют

Ручейки уже бегут,

Шапку – варежки снимай,

Весну радостно встречай!

2. Самомассаж ладоней «Покатай, покатай» (катание крупных деревянных шариков от пирамидки).
3. Гимнастика для глаз.
4. Обводка по контуру «Цветок для мамы».
5. Практическое упражнение. Упражнение «Клубочки для бабушки» - смотать нитки в клубочки.

Март

2 неделя

1. Пальчиковая игра «Поможем маме!».
2. Самомассаж ладоней «Покатай, покатай» (катание крупных деревянных шариков от пирамидки).
3. Нейрогимнастика пальцев рук.
4. Работа в прописи.
5. Зрительный диктант. Выложи по образцу и наклей из ниток снежинку.

Март

3 неделя

1. Пальчиковая игра «Моем посуду».

2. Массаж ладошек «Орех»

Я катаю мой орех,

Чтобы стал круглее всех.

3. Гимнастика для глаз.

4. Обводим карандашом свою ладошку.

5. Игра «Разрезные картинки».

Март

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Весна».

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук. Игра «Колючий ёжик» с массажными шариками.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Обводка по контуру «Цветок для мамы».

5. Упражнение «Клубочки для бабушки» - смотать нитки в клубочки.

Апрель

1 неделя

1. Пальчиковая игра «Смешные человечки».

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

3. Гимнастика для глаз.

4. Обводка по контуру «Солнышко».

5. Практическое упражнение. Выложить пластилиновыми жгутиками солнышко.

Апрель

2 неделя

1. Пальчиковая игра «Пилот».

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук «Покатай, покатай» - катание гладкого и ребристого карандаша между ладошками.

Карандаш в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик,

Быть послушным научу.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Работа в прописи.

5. Зрительный диктант. Выложи по образцу «Ракета».

Апрель

3 неделя

1. Пальчиковая игра «Мы печём блины»

Мы печём, печём блины

И румяны и вкусны.

С одной стороны, с другой стороны.....

С одной стороны, с другой стороны.....

Жарим в масле мы блины

В трубочку свернули

Другу предложили!

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладонками по всей длине пальчиков

У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки,

Но ещё сильнее, чем ельник,

Вас уколёт можжевельник.

3. Гимнастика для глаз.

4. Работа с ножницами. Вырежи фигуру.

5. Игра «Выложи ракету» (фасоль и половинки гороха, приклеить на клей).

Апрель

4 неделя

1. Пальчиковая гимнастика «Весна»

К нам идёт Весна подружка

Все выходят на опушку.

Птички песенки поют

В лужице водицу пьют.

Сонный мишка гладит нос

Шишки он друзьям принёс.

Зайка ушки к солнцу тянет

Он весной чуть выше станет.

2. Самомассаж ладоней и пальцев рук сосновыми шишками - катание шишки между ладонками по всей длине пальчиков

У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки,

Но ещё сильнее, чем ельник,

Вас уколёт можжевельник.

3. Нейрогимнастика пальцев рук.

4. Практическое упражнение «Цветок для мамы» (обрывная аппликация).

5. Практическое упражнение. Выкладываем по контуру жгутиками пластилина.

Май

1 неделя

- 1. Пальчиковая игра «Солдаты».**
- 2. Самомассаж ладоней «Покатай, покатай»** (катание крупных деревянных шариков от пирамидки).
- 3. Гимнастика для глаз.**
- 4. Обводка по точкам «Танк».**
- 5. Практическое упражнение.** Рисование пальчиками «Салют».

Май

2 неделя

- 1. Пальчиковая игра «Рыбки».**
- 2. Самомассаж ладоней «Покатай, покатай»** (катание крупных деревянных шариков от пирамидки).
- 3. Нейрогимнастика пальцев рук.**
- 4. Работа в прописи.**
- 5. Рисование «Рыбки в аквариуме»** (отпечаток ладошкой).

Май

3 неделя

- 1. Пальчиковая игра «Моем посуду».**
- 2. Массаж ладошек «Орех»**
*Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех.*
- 3. Гимнастика для глаз.**
- 4. Штриховка трафареты «Насекомые».**
- 5. Игра «Разрезные картинки. Насекомые».**

Май

4 неделя

- 1. Пальчиковая гимнастика «Весна».**
- 2. Массаж ладошек «Орех»**
*Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех.*
- 3. Нейрогимнастика пальцев рук.**
- 4. Зрительный диктант. Выложи по образцу.**
- 5. Практическое упражнение «Цветок»** (работа с пряжей).

Разминка перед занятием

Вот у нас игра какая:

Хлоп ладошка, хлоп другая.

Правой, левую ладошку,

Мы пошлёпаем немножко, а потом ладошкой левой

Ты хлопки погромче делай.

А потом, потом,

Левой правую побьём.

Вверх ладошки! Хлоп, хлоп!

По коленкам – шлёп, шлёп!

По плечам теперь пошлёпай,

По бокам себя пошлёпай.

Можешь хлопнуть за спиной,

А теперь перед собой!

Вправо можем, влево можем,

И крест – накрест руки сложим!

Разминка на запоминание «Дни недели»

В понедельник я стирала,

Пол во вторник подметала,

В среду я пекла калач,

А в четверг искала мяч.

Чашки в пятницу помыла,

А в субботу торт купила.

Всех подружек в воскресенье

Позвала на день рождения!

Литература:

1. «Тренируем пальчики – развиваем речь!» О.И.Крупенчук Издательский дом «Литера Детям» г.Санкт – Петербург 2019 год; ФГОС ДО соответствует.
2. «Нейрогимнастика для детей» С.Бокова ООО Издательство «АртесПринт» г.Екатеринбург 2023 год.
3. «Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика» М.В.Еромыгина ООО Издательство «ДЕТСТВО - ПРЕСС» г.Санкт – Петербург 2023год
4. «Тренажёр – пропись. Тренируем пальчики» ООО Издательство «РОСМЭН» С.Е.Гаврина, Н.Л.Кутявина, И.Г.Топоркова, С.В.Щербинина г.Москва 2016 год; ФГОС ДО соответствует.
5. Интернет ресурсы.

