

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 10 «Рябинушка»
Менделеевского муниципального района Республики Татарстан
(МБДОУ Детский сад № 10 «Рябинушка»)

Принят на педагогическом совете

Протокол педсовета № 1

от 28.08.2025

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 10
«Рябинушка»

_____ Э.Ф. Абрамова

« 01 » сентября 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«УМЕЛЫЕ ПАЛЬЧИКИ»

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ 1 ГОД

Возраст детей: 5-6 лет

На 2025-2026 учебный год

Воспитатель 1 категории

Нестерова Анастасия Ивановна

Менделеевск 2025 г.

Пояснительная записка

Актуальность

«История письма ребенка начинается значительно раньше того момента, когда учитель впервые вкладывает ему в руки карандаш и показывает, как надо писать буквы», - считал известный русский психолог Л.С. Выготский.

Письмо-это сложный навык, включающий выполнение тонких координированных движений руки. Техника письма требует слаженной работы мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного влияния.

Вопрос подготовки дошкольников к владению письмом является частью проблемы подготовки к обучению в школе, которая с каждым годом, в свете изменения содержания школьных программ, становится все актуальнее. Родителей и педагогов волнует вопрос, как обеспечить полноценное развитие ребенка в дошкольном возрасте, как правильно подготовить его к школе.

Учителя отмечают, что первоклассники часто испытывают серьезные трудности с овладением навыков письма. Многие дети боятся ручки, неправильно ее держат, не могут ориентироваться в тетради, при рисовании, закрашивании активно поворачивают лист бумаги в разные стороны, изображают слишком маленькие предметы на листе.

Подготовка к письму является одним из самых сложных этапов подготовки ребенка к систематическому обучению. Это связано с психофизиологическими особенностями 5-6 летнего ребенка, с одной стороны, и с самим процессом письма с другой стороны. Сам процесс письма является чрезвычайно сложным, требующим развивать механизмы, необходимые для овладения письмом, создавать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Цель и задачи:

- Помочь детям старшего дошкольного возраста подготовить руку к письму и сформировать определенные графические навыки для овладения базовыми навыками каллиграфии в школе.
- Развить зрительно-моторную координацию, мышление, внимание, память, речь, слуховое восприятие.
- Формировать терпение, усердие, усидчивость, желание учиться в школе.

Особенности программы

Программа разработана с учетом возрастных, психологических особенностей ребенка старшего дошкольного возраста и направлена именно на подготовку руки к письму, а не обучению ему. При этом формируются технические навыки: правильное обращение с письменными принадлежностями, координация движений руки при письме, соблюдение гигиенических правил письма; графические навыки.

Учитывается ведущая игровая деятельность дошкольников. Все задания, упражнения представлены в виде игр. Это позволяет в доступной детям

форме выстроить процесс обучения, поддержать их интерес к занятиям и легче освоить сложные умения и навыки.

Поэтапное освоение разнородных графических движений правильно сформирует графические навыки, разовьет зрительно-моторные координации, и в дальнейшем послужит хорошей основой для овладения базовыми навыками каллиграфии в школе.

Выполнение разнообразных пальчиковых игр, графических заданий и тренингов способствует не только совершенствованию тонко координированных движений пальцев и кистей рук, их произвольности, но и развитию речи.

Возраст обучающихся детей – 5-6 лет.

Особенности детей данной возрастной группы

- Функциональное несовершенство руки ребенка. Не закончено окостенение запястья и фаланг пальцев, слабо развиты мелкие мышцы руки, координация движений пальцев. Наблюдается неполная амплитуда движений и быстрая утомляемость.
- Несформированность навыка работы с пишущим предметом, когда маленький ребенок свое внимание сосредотачивает не на правильном захвате орудия труда (карандаша, кисточки, ручки и др.) а на точке соприкосновения пишущего предмета и бумаги, что затрудняет свободное движение пишущей руки.
- Неправильная поза при рисовании и письме – это приводит к быстрому утомлению мышц шеи и спины, увеличивает нагрузку на зрительный анализатор.
- Низкая способность к произвольной регуляции движений, несовершенство зрительно-моторной координации, чем объясняется недостаточная точность и быстрота движений, трудность завершения их по сигналу.

Сроки реализации программы: 1 год.

Форма и режим организации образовательного процесса:

Режим занятий: 1 занятие в неделю по 25 минут.

Форма занятий: по подгруппам (12 детей в подгруппе)

Методы и средства:

- Беседа, объяснение, показ, отгадывание загадок.
- Пальчиковая гимнастика, самомассаж ладоней и пальцев руки, подвижные игры, пальчиковые игры с предметами.
- Графические упражнения.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:

К концу года предполагается развитие и совершенствование у детей:

-мелкой моторики рук (гимнастическое развитие, зрительно-моторные координации: развитие техники рисунка, овладение штриховкой);

-крупных движений и умения владеть своим телом;

«-пространственных и временных представлений (ориентация на листе, в пространстве – на примере собственного тела, ориентация во времени);

-активной речи, словарного запаса;
-мышления, памяти, внимания, зрительного и слухового восприятия;
-навыков учебной деятельности (умение слушать, понимать и выполнять словесные установки педагога, действовать по образцу и правилу).

Работа детей оценивается в течение всего периода обучения. Оценивая их, педагог учитывает индивидуальные особенности каждого ребенка. Основным показателем полученных результатов является сумма необходимых знаний, умений и навыков, которым ребенок должен овладеть за определенное время. Критериями оценки могут быть игры в процессе занятий, позволяющие детям самим оценивать собственные достижения, а также тестовые задания в начале и конце учебного года, определяющие уровень их развития.

Учебно-методическое обеспечение: доска, мебель, соответствующие росту детей, альбом с нелинованной бумагой, ручка, простые карандаши, цветные карандаши, ножницы, цветная бумага, игровые пособия (фасоль, горох, камешки, счетные палочки, резиновые мячи, клубочки ниток, прищепки, тонкие шнурки, губка), раздаточные листы с заданиями.

Программное содержание осваивается детьми особенно продуктивно, если поддерживается связь с воспитателями, преподавателями по изобразительной деятельности, и встречается понимание и оказание помощи со стороны родителей.

Работа с родителями:

- Беседы, консультации об особенностях психофизиологическом развитии детей 5-6 лет, об особенностях и своеобразии детского мышления.
- Выполнение небольших домашних заданий родителями с детьми.
- Разучивание пальчиковой гимнастики.

Упражнения для пальчиков:

(комплекс упражнений для подготовки руки к письму, разработанный Т.В. Фадеевой)

1.«Подними пальчики»

Руки лежат на столе ладонями вниз. Нужно поднять пальчики по одному сначала на одной руке, потом на другой. Затем упражнение повторяется в обратном порядке.

2.«На зарядку становись!»

Руки лежат в том же положении. Нужно по очереди поднять пальчики сразу на обеих руках. Начинаем с мизинцев, заканчиваем большими пальчиками.

3.«Ванька – встанька»

Ребенок зажимает карандаш средним и указательным пальчиками. Затем пальчики начинают «делать зарядку», то есть опускаться и подниматься вместе с карандашом. При движении нужно пальчики держать вместе и не уронить карандаш.

4. «Собери палочки в корзинку»

Положите на стол 10-15 счетных палочек. Если их нет – можно заменить карандашами или другими предметами такой же формы (палочки для коктейля и так далее). Задание – одной рукой собрать все палочки по штучке в кулак, не помогая второй рукой. Затем так же по одной палочке выложить их на стол.

5. «Шаги»

Будем шагать по столу пальчиками. Зажимаем карандаш между указательным и средним пальчиками (карандаш придерживается второй фалангой пальцев). И в таком положении делаем шаги пальчиками по столу. Нужно шагать, крепко зажав карандаш, чтобы не уронить его. Шаги получаются очень маленькие.

6. «Вертушка»

Снова берем карандаш. Держим его за кончик одной рукой. Зажимаем один конец карандаша указательным и средним пальчиками ведущей руки (правой – у правой, левой – у левой). Другой конец карандаша направлен от груди. Задание – нужно перевернуть карандаш и с помощью этого переворота вложить его в другую руку свободным концом. Затем новый поворот – и снова карандаш возвращается к ведущей руке. Сделать несколько таких поворотов – как будто катится колесо. При вращении карандаш «смотрит» в направлении от груди вперед.

7. «Мячик»

Перекатываем мячик. Представляем, что у нас в ладошках – мячик. И делаем движения ладонями, как будто мы его перекатываем в разные стороны.

8. «Обнималки»

Это упражнение позволяет предупредить возникновение писчего спазма. Писчий спазм проявляется у детей, которые только учатся писать, он встречается у первоклашек не редко. При писчем спазме начинают немного болеть и неметь пальчики, иногда они чуть подрагивают (это едва заметно, но заметить можно). Игнорировать писчий спазм нельзя. Нужно его снимать, если уж он возник, а еще лучше – предупреждать его этим упражнением.

Садимся на стул, руки — на уровне глаз. Ладонки соединяем друг с другом. Делаем вдох через нос. Выдыхаем через рот и при этом чуть смещаем правую ладонь вниз – на несколько сантиметров. При этом пальчики левой руки сгибаются и охватывают пальчики правой руки («обнимают» их, накладываются на них сверху). Снова делаем вдох через нос, разгибаем пальцы левой руки и возвращаем правую ладонь на место. Делаем упражнение в другую сторону – теперь левая рука опускается, а пальчики правой руки «обнимают» пальчики левой руки сверху. Выполнять упражнение нужно 10-15 раз.

Учимся правильно держать ручку и карандаш.

Как правильно и неправильно держать карандаш при письме и выполнении графических работ: это надо знать!

Признаки неправильного навыка использования карандаша или ручки ребенком – дошкольником:

Первое. Ребенок неправильно держит карандаш и ручку – он держит «щепотью» (собирает пальцы в горсть вместе) или даже в кулаке.

Второе. Неправильное положение пальцев при удерживании ручки или карандаша. Оно проявляется в том, что карандаш лежит не на среднем пальчике, а на указательном.

Третье. Ребенок держит карандаш или ручку слишком близко к грифелю, либо слишком далеко от него.

Чтобы исправить эти ошибки, сделайте с ребенком игровое пальчиковое упражнение «Строим буквам дом», которое поможет научиться правильно держать в руке ручку:

Возьмите карандаш или ручку правильно (удерживайте карандаш между большим и средним пальцами, при этом отступите от нижнего края – грифеля карандаша — вверх несколько сантиметров), сверху поставьте на карандаш указательный палец. Указательный пальчик может свободно двигаться вверх – вниз, и карандаш при этом не упадет, так как его прочно удерживают большой и средний пальчики. Покажите ребенку, как это делать – «постучите» указательным пальчиком по карандашу.

И скажите вместе с ребенком ритмично стихотворение, поднимая и опуская указательный пальчик в ритм стихов (стучим указательным пальчиком: «тук-тук»):

Тук-тук, молотком,

Мы построим буквам дом.

Тук-тук, молотком,

Поселяйтесь, буквы, в нем.

Это упражнение позволяет ребенку понять, как правильно держать в руке ручку и карандаш.

Четвертая ошибка – неправильное положение кисти руки при письме или выполнении графических заданий.

Как правильно держать карандаш или ручку – верхний край карандаша или ручки должен быть направлен к плечу пишущего.

Как неправильно держать карандаш или ручку – кисть вывернута, верхний конец карандаша или ручки «смотрит» в сторону или от себя. Кисть и локоть свисают над столом.

№ занятия	Название занятия	Содержание занятия	Материалы
Октябрь			
1.	«Веселые пальчики. Детский сад и игрушки»	1.Пальчиковая гимнастика «Дружба», «В гости к пальчику большому». 2.Фигурки из палочек «Качели». 3.Игра «Чудесный мешочек». 4.Дорисовка узора.	Счетные палочки, предметы для игры, тетрадь, простой карандаш, ручка
2.	«Ягоды»	1.Пальчиковая гимнастика «Здравствуй», «Травка». 2. Фигурки из палочек «Корзина». 3.Рисование пластилином «Земляничка». 4.Дорисовка узора.	Фасоль, пластилин, картон, тетрадь, пр.карандаш, ручка
3.	«Грибы»	1.Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик», «За грибами». 2.Фигурки из палочек. 3.Рисование пластилином «Грибы». 4.Дорисовка узора.	Счетные палочки, пластилин, картон, тетрадь, пр.карандаш, ручка
4.	«Овощи»	1Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты», 2.Фигурки из палочек «Машина», «Банка для варенья».	Счетные палочки, пластилин, картон, тетрадь, пр.карандаш
Ноябрь			
5.	«Осень»	1. Пальчиковая гимнастика «Осенние листья» 2. Выкладывание из фасоли кленовый листик. 3. Физкультминутка «Дождик» 4. Обведение по контуру кленовых листьев, штриховка	Фасоль, простые карандаши, заготовка кленового листика.
6.	«Лес»	1.Сказка «Приключение зайки». 2.Выкладывание елочки из счетных палочек, 3.Выкладывание грибочка из фасоли. 4.Физкультминутка «Лес» 5. Работа в тетради	Счетные палочки, фасоль, , заготовки раскраски: волнистые линии, ёлочка, пр. карандаш.
7.	«Перелетные птицы»	1.Пальчиковая гимнастика «Птичек стая», «Скворечник» 2. Соединение точек одной линией 3. Игра «Узнай меня!» 4.Раскрашивание лебедя.	Тетрадь, пр.карандаш,
8.	«Домашние птицы»	1.Пальчиковая гимнастика «Утята», «Гусь», «Петушок и курочка». 2. Рисование пластилином «Цыпленок» 3.Физкультминутка «Гусак»	Пластилин, картон.

Декабрь

9.	«Зимушка-зима»	1.Упражнение «Пальчики здороваются» 2.Рисование снеговика на манке. 3. Дорисовка узоров.	Карточки с рисунком по пунктирам, простой карандаш, манка
10.	«Зимние развлечения»	1.Пальчиковые игры и упражнения 2.Выкладывание санок из счетных палочек. 3.Работа с заготовкой (штриховка)	Загадки о разных видах спорта, счетные палочки, заготовки для штриховки, простой карандаш
11.	Снегирь из пластилина	1.Пальчиковые игры. 2.Сказка про снегиря. 3. Рисование пластилином	Пластилин, доски , стеки
12.	«Новый год»	1.Пальчиковая гимнастика: «Праздник», «Ёлочка». 2. Фигурки из палочек (Ёлочка). 3. Обрывание (игрушки для ёлочки). 4. Дорисуй картинку.	Счетные палочки, простой карандаш, раскраска новогодней елочной игрушки

Январь

13.	«Животные севера»	1.Пальчиковая гимнастика « Животные севера» 2.Штриховка тюленя	Раскраска «Тюлень», пр. карандаш, ручка, рабочая тетрадь
14.	Аппликация «Белые медведи»	1.Пальчиковая гимнастика «Животные севера» 2. Обведение трафарета медведя. 3. Работа с ватой и клеем. 4. Работа с восковыми мелками.	Картон, трафарет медведя, вата, клей пва, восковые мелки, ручка, рабочая тетрадь.
15.	Лепка пингвин	1.Пальчиковая гимнастика «Снежный ком». 2. Фигурки из палочек «Санки». 3. Обведение узоров по точкам. 4. Обведение по точкам прямых наклонных коротких и длинных линии.	Пластилин, счетные палочки, образец
16.	«Транспорт»	1.Выложи из сч.палочек «Самолёт» 2.Обведи и раскрась лодочку 3.Самомассаж карандашом 4. Нарисовать по образцу самолет и	Счетные палочки, раздаточный лист ,простой карандаш, цветные

		разукрасить	карандаш, тетрадь
Февраль			
17.	«Семья»	1. Пальчиковая гимнастика: «Моя семья», «Кто приехал». 2. Рисование фасолью «рожица» 3 Игра " Пианино". 4. Дорисуй узор	Фасоль, простой карандаш, узор
18.	«Насекомые»	1.Пальчиковая гимнастика «Божья коровка», «Осы», «Бабочка», «Жук». 2.Фигурки из палочек «Бабочка», «Жук». 3.Обвести по точкам рисунок «Комарик». 4.Дорисовать картинку в зеркальном отражении.	Тетрадь, пр.карандаш, счетные палочки, цв.карандаши
19.	«Профессии»	1.Д/и «Кто что делает?» 2.Пальчиковая гимнастика «Профессии» 3.Кораблик из счетных палочек 4. Работа с раскраской для штриховки.	Счетные палочки, простой карандаш, заготовка для штриховки, ручка, тетрадь
19.	«Защитники Отечества»	1. Пальчиковая гимнастика «Солдаты» 2.Аппликация «Салют».	Цветная бумага, ножницы, клей, салфетка
Март			
20.	«Мамин день»	1.Пальчиковая гимнастика «Мамочка». 2. Фигурки из палочек «Тюльпан». 3.Дорисовка узора.	Счетные палочки, пр.карандаш, заготовка для штриховки
21.	Аппликация «Ваза с цветами»	1.Пальчиковые игры 2.Самомассаж ладошек 3.Аппликация	Картон, заготовки цветной бумаги, ножницы, клей
22.	«Дикие животные»	1.Пальчиковая гимнастика «На лужок», «Мишки», «Волк и лиса», «Зайка», «Мышка», «Ежик». 2. Фигурки из пальчиков «Ежик». 3.Соединение точек одной линией. 4.Выкладывание из фасоли.	2 оранжевых квадрата для оригами. (лисичка), фасоль для выкладывания лисички.

		5.Оригами «Лисичка»	
23.	«Животные жарких стран»	1.Пальчиковая гимнастика "В жарких странах" 2. Раскрашивание животных жарких стран	Раскраска, цветные карандаши, ручка, тетрадь
Апрель			
24.	«Пресноводные Рыбы»	1. Пальчиковая гимнастика: «Рыбки». 2. Фигурки из палочек (рыбка, ракушка). 3. Дорисуй узор и раскрась, не выходя за контур.	Пр. карандаш, счетные палочки, заготовка для штриховки
25.	«Аквариумные рыбы»	1. Работа с цветными шерстяными нитками (аквариум). 2. Работа с манкой (шторм). 3. Ниткография (волны). 4. Дорисуй узор и раскрась, не выходя за контур.	Шерстяные нитки, крупа – манка, простые карандаши, заготовка для дорисовки узора
26.	«Морские животные»	1. Пальчиковые упражнения 2. Фигурки из фасоли (рыбка, ракушка). 3 Дорисуй узор и раскрась, не выходя за контур.	Фасоль, простой карандаш, раскраска кита
27.	«Космос»	1.Игра ладонями. 2.Фигурки из палочек «Звездочка», «Ракета». 3.Аппликация «Звездное небо».	пр.карандаш, заготовка для штриховки
Май			
28.	«Весна»	1.Пальчиковые игры. 2.Аппликация «Пион».	Горох, простой карандаш, заготовка для штриховки
29.	«Первоцветы»	1.Пальчиковая гимнастика «Весенний дождик», «Встреча птиц». 2.Обвести по точкам солнышко. 3.Штриховка тучки.	Цветная бумага. Клей, ножницы, образец
30.	«Перелетные птицы»	1.Пальчиковая гимнастика «Птичек стая», «Скворечник» 2. Соединение точек одной линией	Счетные палочки, простой карандаш, заготовки для

		3. Игра «Узнай меня!» 4.Раскрашивание лебедя.	штриховки
31.	Диагностика развития мелкой моторики детей	зрит.диктанта	Тетради, ручки, цветные карандаши, образец для зрит.диктанта

Список литературы:

- 1.Ананьев Б.Г., Рыбалко Е.Ф. Особенности восприятия пространства у детей. (М: Просвещение 1964 г)
- 2.Анищенкова Е.С. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников.
- 3.Тетрадь для рисования Серия «Рабочие тетради дошкольника» «Подготовка к письму. Часть 1». ООО «Университет детского интеллектуального воспитания и творчества» г. Киров.
- 4.Тетрадь для рисования Серия «Рабочие тетради дошкольника» «Подготовка к письму. Часть 2». ООО «Университет детского интеллектуального воспитания и творчества» г. Киров.
- 5.Волина В.В. Игры в рифмовки.(СПб.: Дидактика, 1997 г.)
- 6.Логинова Е.А. Нарушение письма. (СПб.: Детство-Пресс, 2004 г.)