

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Звёздочки» комбинированного вида с татарским языком воспитания и
обучения» жилого комплекса «Усадьба Царево» с. Новое Шигалеево
Пестречинского муниципального района Республики Татарстан

Рассмотрено на заседании
педагогического совета №1
МБДОУ «Детский сад «Звездочки»
с.Новое Шигалеево
протокол от «28» августа 2025г. №1

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад
«Звездочки» с.Новое Шигалеево
О.И.Садретдинова/
приказ от «29» августа 2025г. №120

Согласовано
Старшие воспитатели
МБДОУ «Детский сад «Звездочки»
с.Новое Шигалеево
/Р.К.Мухаметзянова/
/А.И.Мухаметшина/

ПРОГРАММА дополнительного образования детей Игровой массаж для детей 3-5 лет

Составил
педагог дополнительного
образования
Ситдикова Венера Дамировна

с.Новое Шигалеево, 2025г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Мелкая моторика – это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук. Развитие мелкой моторики необходимо не только для выполнения каких-либо повседневных действий, но и для стимуляции мозговой деятельности и для развития интеллектуальных способностей. Так учеными доказано, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук, если движения пальцев развиты в соответствии с возрастом, то ребенок умеет логически рассуждать, у него достаточно развиты речевые способности, внимание, мышление, координация в пространстве, наблюдательность, память (зрительная и двигательная), воображение. Ведь области коры головного мозга, отвечающие за эти способности, связаны нервными окончаниями, находящимися на пальцах рук. Так же установлено, что уже к 6-7 годам в основном закачивается созревание соответствующих зон головного мозга, развитие мелких мышц 3 кисти. Из этого следует, что начинать работу в данном направлении необходимо с 3 лет, так как это самый благоприятный период для развития ребенка, когда кора больших полушарий окончательно еще не сформирована.

Направленность программы: физкультурно-оздоровительная.

Актуальность программы: «Разноцветные ёжики» (посредством Су – Джок терапии) является наиболее актуальной для детей 3-5 лет, так как целенаправленная и систематическая работа по развитию мелкой моторики способствует формированию интеллектуальных способностей, речевой деятельности, психического и физического развития ребенка. Работа кружка направлена на развитие и укрепление мелкой моторики рук, речевой активности у детей с 3 до 5 лет.

Новизна программы: Су-Джок терапия («Су» — кисть, «Джок» — стопа) – нетрадиционная восточная технология оздоровления всего организма, которой может овладеть каждый человек и не прибегая к медикаментам помочь себе и своим близким. На кистях и стопах располагаются системы высокоактивных точек соответствия всем органам и участкам тела. Воздействуя на них, мы можем регулировать функционирование внутренних органов: мизинец — сердце, безымянный — печень, средний — кишечник, указательный — желудок, большой палец — голова. Очень полезно использовать приемы Су-Джок терапии для развития моторики и речи детей. Приемы Су-Джок терапии используют с целью общего укрепления организма, в коррекционно-логопедической работе в качестве массажа при расстройствах, улучшения психоэмоционального состояния детей, для формирования чувства ритма, при тактильной стимуляции в определенном ритме и развитию мелкой моторики пальцев рук.

Цель данной рабочей программы – развивать и укреплять мелкую моторику рук у детей второго младшего и среднего дошкольного возраста посредством Су – Джок терапии.

Содержание рабочей программы направлено на решение следующих задач:

- сформировать навыки самоконтроля и саморегуляции движения рук под контролем зрения, осязания, тактильно-двигательных ощущений;
- создать условия для накопления ребенком практического двигательного опыта, развития навыка ручной умелости;

- способствовать умению целенаправленно управлять движениями пальцев, рук в бытовых ситуациях, приобретать навыки самообслуживания и действий с бытовыми предметами, орудиями (ложка, совок, лопатка и пр.);
- развивать речь, произвольное внимание, зрительное и слуховое восприятие детей через стимуляцию мелкой моторики рук;
- прививать усидчивость, нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества) посредством игр, упражнений на развитие мелкой моторики рук.

Принципы реализации программы:

- принцип доступности – обучение и воспитание ребенка в доступной, привлекательной и соответствующей его возрасту форме;
- принцип дифференцированного и индивидуального подхода к ребенку с учетом его психофизических и возрастных особенностей. Данный принцип обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и индивидуальными возможностями, особенностями его развития;
- принцип оздоровительной направленности – на пальцах рук есть много точек, массаж которых помогает укреплять здоровье ребенка;
- принцип коммуникативности – создание атмосферы доброжелательного общения между детьми;
- принцип постоянного соблюдения техники безопасности и гигиенических условий, смены видов деятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

После освоения содержания рабочей программы дети готовы и способны:

- полностью воспроизводить кистевые и пальчиковые движения вслед за воспитателем;
- манипулировать мелкими предметами;
- застегивать и расстегивать пуговицы, застежки, молнии;
- справляться со шнурковкой и нанизыванием пуговиц, шариков на тесьму;
- развивается речь: ребенок использует речь как средство общения, связно объясняет свои действия, запоминает и произносит стихи, потешки и т.д.

Программа рассчитана на 64 занятий, срок реализации программы – 8 месяцев (с октября по май) для детей 2 младшей группы (3 – 4 года) и средней группы (4-5 лет). Режим занятий – 2 раза в неделю, во вторую половину дня, продолжительность занятия – не более 15 минут для 2 младшей группы, не более 20 минут для детей средней группы во второй половине дня, в рамках кружковой работы. Совместная деятельность проводится в группах наполняемостью 15 детей (во второй половине дня).

Календарно-тематическое планирование

В календарно-тематическом планировании использованы следующие формы работы:

- массаж пальцев кистей рук;
- пальчиковая гимнастика;
- игры с предметами;
- упражнения для развития тактильной чувствительности пальцев и кистей рук;
- развивающие игры: игры с прищепками, пуговицами, вкладышами, пальчиковые бассейны с различными наполнителями.

№ занятия	Содержание образовательной деятельности	цель	Развивающая предметно-пространственная среда
Октябрь			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Капуста»; - дидактическая игра «Пальчиковый лабиринт» 	Развитие мелкой моторики рук, тактильной чувствительности, координацию движений	Су-Джок шары, Мячики-ёжики, наборы для игры «пальчиковый лабиринт»
2-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков грецким орехом; - пальчиковая игра «Бом- бом-бом по гвоздям бьем молотком»; - игра «Подбери крышку», 	Активизировать движение пальцев рук, учить закручивать и откручивать пробки, крышки и пр.	Грецкие орехи, пластиковые баночки, бутылочки с крышками разных видов и размеров
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях); - пальчиковая гимнастика «Зайка серенький сидит»; - игра «Бумажный мяч» 	Развивать моторику обеих рук, развитие образного мышления	Бумага разной плотности, бумажные салфетки
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков карандашами; - пальчиковая гимнастика «Веселая мышка перчатку нашла» - игра «Рисуем пальчиком по манке» 	Активизировать движение пальцев рук, обогащение словарного запаса	Карандаши с гранями, манка, пальчиковый бассейн; одноразовые тарелочки
Ноябрь			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков карандашами; - пальчиковая гимнастика «Утром пальчики проснулись»; - Игра «Нанизываем бусы» 	Развивать моторику обеих рук, учить нанизывать предметы на тесьму	Карандаши, тесьма, деревянные бусы
2-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях); - пальчиковая гимнастика «Быстро тесто замесили»; 	Развитие мелкой моторики рук, гибкости, подвижности пальцев	Шнурочка «Червячок и груша», «Сыр», «Арбуз»

	<ul style="list-style-type: none"> - шнурковка «Червячок и груша», «Сыр», «Арбуз» 		
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Новогодние игрушки»; - штриховка «Яблоко», «Груша» 	Учить детей поочередно соединять большой пальчик с остальными левой и правой рукой вместе	Су-Джок шары
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков грецким орехом; - пальчиковая гимнастика «Тучки прибежали» 	Учить детей выкладывать из мелких бус украшение	Грецкие орехи
Декабрь			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков «Катаем карандашки»; - пальчиковая гимнастика «Ладошки играют»; - игра «Поможем Золушке разобрать фасоль по цвету» 	Развитие усидчивости, чувства цвета и размера	Карандаши, разноцветная фасоль, коробочки
2-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой); - пальчиковая гимнастика «Вот кулак, а вот ладошка»; - игра «Пробковые лыжи» 	Развитие мелкой моторики пальцев рук, учить детей выполнять имитирующие движения (движения на лыжах)	Резиновые мячики, пластмассовые пробки от бутылок
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков – катание деревянных палочек по столу; - пальчиковая гимнастика «Зайка серенький сидит»; - игра панно «Деревенская улица» 	Учить застегивать и расстегивать пуговицы, молнии, липучки	Деревянные палочки, панно «Деревенская улица»
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков карандашами; - пальчиковая гимнастика «Паучок»; - игра-шнурковка «Поросенок», «Зайчик», «Утенок» 	Развивать координацию пальцев рук ребенка, настойчивость и внимание	Карандаши, шнурковки «Поросенок», «Зайчик», «Утенок»
Январь			
1-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях); - пальчиковая гимнастика «Жили-были Дед да Баба»; - игры с персонажами пальчикового театра 	Развитие мелкой моторики пальцев рук, привитие интереса к драматизации	Наборы пальчикового театра
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Бычок»; - д/игра «Спрячь в ладошку» 	Активизировать движения пальцев рук, координацию движений	Су-Джок шары, мягкие игрушки
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Ежик» 	Активизировать движения пальцев рук, координацию движений	Су-Джок шары

Февраль			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков грецкими орехами; - пальчиковая гимнастика «Варим, варим мы компот»; - мягкие пазлы «Поезд», «Самолет», «Корабль» 	Способствовать развитию внимания, четкости координации движений пальцев, пространственного мышления	Грецкие орехи, мягкие пазлы «Поезд», «Самолет», «Корабль»
2-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков карандашами; - пальчиковая гимнастика «Липкие пальчики» 	Формировать контроль над мышечными ощущениями пальцев	Карандаши
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой); - пальчиковая гимнастика «Две веселые лягушки»; - игра «Геометрическая мозаика» 	Способствовать точной точечной координации рук, развитию мышления	Резиновые мячики, мозаика
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Пальцы в гости приходили»; - игра «В гости к Винни- Пуху» 	Развитие мелкой моторики детей с использованием тактильных дорожек, выполненных из различных материалов (тесьма, лента, наждачная бумага)	Су-Джок шары, тактильные дорожки
Март			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой); - пальчиковая гимнастика «Наша мама» 	Развивать мелкую моторику рук, внимание, координацию пальцев рук, воспитание заботы о близких	Резиновые мячики
2-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков; - пальчиковая гимнастика «Стираем платочки»; - игра «Развесь белье на веревку» (закрепляем разноцветные платочки прищепками) 	Способствовать развитию тонко координированных движений рук,	Пальчиковые бассейны, бельевая веревка, цветные платочки, прищепки
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Замок»; 	Развитие мелкой моторики пальцев рук	Су-Джок шары
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков – катание деревянных палочек по столу; - пальчиковая гимнастика «Лодочка»; - выкладывание из палочек геометрических фигур 	Развивать координацию пальцев рук; развивать внимание, воображение	Деревянные палочки, разноцветные счетные палочки

Апрель			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-джок шарам; - пальчиковая гимнастика «Дарики-дарики вились- вились комарики» 	Совершенствование движений рук, воспитание усидчивости	Су-Джок шары
2-4	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков грецкими орехами; - пальчиковая гимнастика «Улитка»; - игра «Капельки» (капание из пипетки в узкое горлышко бутылочки) 	Совершенствование координации и движений пальцев рук	Грецкие орехи, пипетки, пластиковые бутылочки и стаканчики
5-7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой); - пальчиковая гимнастика «Мышка мылом мыла лапку»; - «Бусы для бабушки» 	Совершенствование мелкой моторики пальцев, развитие художественного вкуса	Резиновые мячики, шнурок, крупные бусины, пуговицы
6-8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами, - пальчиковая гимнастика «Пальцы в гости приходили» 	Развитие мелкой моторики пальцев рук	Су-Джок шары
Май			
1-3	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков грецкими орехами; - пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать»; - игра наматывание нитки на катушку и сматывание ее в клубок 	Развитие точности движений, внимания и контроля собственных действий	Грецкие орехи, имитация катушек с веревочками
5	<ul style="list-style-type: none"> - Перекладывание из одной емкости в другую. - Д/игра "Сухой бассейн". - Логоритмика Упражнение "Это я!" 	Брать большим и указательным пальцем фасоль. Развивать гибкость пальцев	Две емкости, фасоль, манка, сито; сухой бассейн
6	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами, - пальчиковая гимнастика «Семья» 	Развитие мелкой моторики пальцев рук	Су-Джок шары
7	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков Су-Джок шарами; - пальчиковая гимнастика «Цветы»; - д/игра «Спрячь в ладошку» 	Активизировать движение пальцев рук	Су-Джок шары, мелкие игрушки
8	<ul style="list-style-type: none"> - массаж пальчиков грецкими орехами; - пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать»; - Игра «Укрась полянку» 	Развивать координацию пальцев рук; развивать внимание, воображение	Грецкие орехи, фасоль, горох, семена тыквы.

ДИАГНОСТИКА

Таблица для диагностики

№	ФИ ребенка	Произвольная моторика пальцев рук	Навыки работы с предметами	Манипуляция с предметами	ИТОГ

Диагностика произвольной моторики пальцев рук.

Инструкция: детям были предложены следующие задания, которые выполнялись под счет:

1. Пальцы сжать в кулак — разжать (5—6 раз);
2. Держа ладони на поверхности стола, разъединить пальцы, соединить вместе (5—6 раз);
3. Сложить пальцы в кольцо — раскрыть ладонь (5—6 раз);
4. Проба «кулак - ребро - ладонь» - данная проба выполняется и правой и левой рукой по очереди и вместе,

Общий подсчет результатов по 1 блоку:

Высокий уровень - 4 балла.

Средний уровень - 3-2 балла.

Низкий уровень - 1-0 баллов.

Диагностика навыков работы с карандашом.

Инструкция: детям были предложены цветные карандаши, лист бумаги и трафареты и были даны следующие задания:

1. Нарисуй прямую, ломаную, замкнутую и волнистую линию.
2. Обведи по трафарету.
3. Нарисуй человека.

Общий подсчет результатов по 2 блоку:

Высокий уровень - 3 балла.

Средний уровень - 2 балла.

Низкий уровень - 1-0 баллов.

Диагностика навыка манипуляции с предметами.

Инструкция: детям были предложены следующие игры:

- 1.«Пуговица» - детям необходимо быстро расстегнуть и застегнуть пуговицы.
- 2.«Шнурок» - детям необходимо быстро завязать и развязать шнурки.
- 3.«Мозаика» - детям необходимо выложить предложенный узор.
4. «Бусы» - быстро нанизать на веревку бусы

Общий подсчет результатов по 3 блоку:

Высокий уровень - 4 балла.

Средний уровень - 3-2 балла.

Низкий уровень - 1-0 баллов.

Список литературы:

1. Самые маленькие в детском саду. (Из опыта работы московских педагогов) / Авт. сост. В. Сотникова. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС. 2005. – с. 79.
2. Смирнова Е. А. Система развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста. – М.: Изд-во: Детство-пресс, 2013.
3. Трясорукова Т.П. Игры для дома и детского сада на снижение психоэмоционального и скелетно-мышечного напряжения / Т.П. Трясорукова. – Изд.3-е, стер. – Ростов н/Д: Феникс, 2013.
4. Янушко Е. А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста: методическое пособие для воспитателей и родителей. – М.: Мозаика- синтез, 2009.
5. Диагностика по развитию мелкой моторики по методикам Г. А. Волковой и Н.В. Нищевой.