

«ПРИНЯТА»

на заседании Педагогического совета
протокол от 29.08.2025 № 1

«УТВЕРЖДЕНА»

Заведующий ГБДОУ №127
Невского района Санкт-Петербурга

А.А. Трухова

Приказ от 29.08.2025 № 92/1-ТД

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«Мукасолка»

Тестопластика

**Программа адресована детям 4 - 5 лет
Срок реализации программы 1 год**

Разработана педагогом дополнительного образования:
Карпова Екатерина
Александровна

**Санкт-Петербург
2025г.**

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Направленность программы.....	4
1.2. Актуальность.....	4
1.3. Педагогическая целесообразность.....	4
1.4. Цель и задачи.....	4
1.5. Отличительные особенности.....	4
1.6. Возраст обучающихся.....	5
1.7. Сроки реализации.....	5
1.8. Форма организации деятельности учащихся.....	5
1.9. Режим занятий.....	5
1.10. Планируемые результаты.....	5
2. Учебный план.....	6
3. Календарный учебный график.....	6
4. Рабочая программа.....	6
5. Оценочные и методические материалы.....	8
5.1. Мониторинг результатов освоения программы.....	8
5.2. Методическое обеспечение образовательной программы.....	9
6. Материально-техническое обеспечение программы.....	10
7. Список литературы.....	10
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	

1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст - период наиболее интенсивного развития воображения и наглядно-образного мышления, которые являются здесь основными формами познания. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т.е. от того, насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее.

Культура, быт, искусство являются могучим источником умственного развития ребенка, средством гуманного, нравственного и эстетического воспитания ребенка. Целесообразно с ранних лет научить детей постигать культуру своего народа. Большая часть народной культуры тесно связана с народными промыслами. Задача педагога заключается в том, чтобы пробудить душу ребенка, развить заложенные в нем природой творческие способности. Для решения этой задачи, как нельзя лучше подходит знакомство детей с истоками русской народной культуры.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мукасолка» разработана для детей дошкольного возраста. В ее содержание входит материал для знакомства детей с лепкой из соленого теста.

Лепка имеет большое значение для обучения и воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует развитию зрительного восприятия, памяти, образного мышления, привитию ручных умений и навыков, необходимых для успешного обучения в школе. Лепка так же, как и другие виды изобразительной деятельности, формирует эстетические вкусы, развивает чувство прекрасного, умение понимать прекрасное во всем его многообразии. Лепка как деятельность в большей мере, чем рисование или аппликация, подводит детей к умению ориентироваться в пространстве. Специфику лепки определяет материал.

Тесто – это такой материал, который для детской руки более удобен – он мягкий и для ребенка представляет больший интерес, чем пластилин.

Соленое тесто в последние годы стало очень популярным материалом для лепки. Поделки из теста - древняя традиция, им находится место и в современном мире, потому что сейчас ценится все экологически чистое и сделанное своими руками. Тесто – материал очень эластичный, легко приобретает форму, а изделия из него достаточно долговечны. Работа с ним доставляет удовольствие и радость. Этому виду творчества придумали современное название – «Тестопластика».

Тестопластика является одним из видов народно-прикладного искусства. Самое важное и ценное заключается в том, что занятия лепкой из соленого теста, наряду с изобразительным искусством (раскрашиванием готовых изделий), развивает ребенка эстетически. Работа с тестом – это, своего рода упражнения, оказывающие помощь в развитии тонких дифференцированных движений, координации, тактильных ощущений детей.

Занятия лепкой из соленого теста тесно связаны с ознакомлением с окружающим, с обучением родному языку, с ознакомлением художественной литературой, с наблюдением за живыми объектами, с игрой. Создание ребенком даже самых простых скульптур – творческий процесс. Объемность выполненной фигурки стимулирует детей к

игровым действиям с ней. Такая организация занятий в виде игры углубляет у детей интерес к лепке, расширяет возможность общения с взрослыми и сверстниками.

Всему, что так необходимо ребенку в жизни: воспитанию усидчивости, аккуратности, терпению; развитию ловкости рук и точности глазомера; овладению технологическими операциями и, прежде всего, творческому подходу к любой работе – поможет тестопластика.

Учебный материал, представленный в программе, доступен дошкольникам среднего и старшего возраста, соответствует их возрастным особенностям.

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа разработана с использованием следующей литературы: Селезнева И., Вечерин С.-«Мукосоли икозули» 2004, Казагранда Б. –Поделки из соленого теста 2012, Лычагина И.А. –«Лепка из соленого теста с детьми» 5-6лет 2017, Савина Н.В. «Оригинальные поделки из соленого теста»2024, Глебова И.Ю. Развитие творческого воображения детей в процессе занятий тестопластикой. - Детский сад от А до Я, 2011, Лыкова И.А. Лепим, фантазируем, играем. Книга для занятий с детьми дошкольного возраста. М.:ТЦ «Сфера», 2000

Программа дополнительного образования составлена в соответствии с Образовательной программой дошкольного учреждения ГБДОУ № 127.

Программа разработана с учетом:

- Устава государственного бюджетного образовательного учреждения ГБДОУ детского сада № 127 Невского района Санкт-Петербурга;
- Лицензии ГБДОУ детского сада № 127 Невского района Санкт-Петербурга на образовательную деятельность.

1.1. Направленность программы

Программа «Мукасолка» тестопластика по содержанию является художественной, общекультурной направленности. Вся работа программы направлена на развитие у детей художественно-творческих способностей через обучения нетрадиционной техники – тестопластики

1.2. Актуальность

Знакомство детей с народным творчеством.

Сравнительно несложные приёмы изготовления поделок из теста.

Дети повышают свои навыки в творческих направлениях (лепка, рисование и тд.), развивают моторику рук, тем самым активируют речевые центра мозга, что способствует развитию грамотной четкой речи. Техника лепки богата и разнообразна, но при этом доступна любому ребенку. Тестопластика – осязаемый вид творчества, ребёнок не только видит то, что создал, но и трогает, берёт в руки и по мере необходимости изменяет. Основным инструментом в лепке является рука ребенка, следовательно, уровень умения зависит от овладения собственными руками, от моторики, которая развивается по мере работы с тестом.

Адресат Предоставляемая программой тестопластика возможность, детям среднего возраста

1.3. Педагогическая целесообразность

Занятия с детьми творчеством любого вида способствуют разностороннему развитию ребёнка, раскрывается его личность, творческий потенциал, способность применять освоенные знания и умения для решения нестандартных задач, появляется уверенность в правильности принятия обоснованного решения и их реализации. Развивать творческие способности ребёнка лучше начинать с дошкольного детства, именно этот возраст имеет непреходящее значение в становлении первооснов личности.

Лепка из соленого теста относится к дополнительным занятиям в детском саду, которые отличаются от обязательных занятий свободой детей в их выборе, поиска наиболее привлекательной деятельности со стороны родителей и педагогов.

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребёнку и направлена на всестороннее развитие, формирование художественно-эстетических и творческих способностей,

1.4. Цель и задачи

Цель: Сформировать художественно – творческие способности обучающегося посредством изготовления изделий из солёного теста.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить воспитанников с тестопластикой и ее возможностями;
- научить детей владеть различными материалами и приспособлениями, необходимыми для изготовления изделий из соленого теста;
- обучить технологии изготовления различных изделий из соленого теста;
- начать формирование знаний о композиции, основах цветоделения, технике рисунка гуашью.

Развивающие:

- развивать мелкую моторику рук;
- развивать речь;
- расширять кругозор;
- развивать наблюдательность;
- развивать эстетический вкус;
- содействовать развитию творческого воображения, фантазии.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, терпение, аккуратность, стремление доводить начатое дело до конца;
- воспитывать у ребенка правильную самооценку, умение общаться со сверстниками и работать в коллективе;
- воспитывать ценностное отношение к человеку, его культуре, труду.

Технические:

- развивать координацию движения рук;
- научить лепить всей кистью и пальцами;

– использовать в работе различные приемы в лепке: скатывание, раскатывание, вытягивание, сглаживание, вдавливание, прижимание, промазывание.

Социальные:

– создать благоприятную атмосферу для неформального общения детей, увлеченных общим делом;

– помочь ребенку найти друзей и реализоваться не только в творчестве, но и в общении со сверстниками, педагогами, родителями;

научить детей интересно организовывать досуг, ориентировать их на дальнейшее познание и творчество в жизни.

1.5. Отличительные особенности

Отличительной особенностью данной дополнительной общеразвивающей программы от уже существующих программ является то, что большая часть изделий из соленого теста применима не только как поделка, но и как предмет интерьера, украшение на елку, сувенир на праздник. В программе прослеживается смена сезонов. Таким образом, поделки из теста не теряют свою актуальность. Благодаря маленькой технической находке, все изделия можно повесить на шнурок и продемонстрировать всю коллекцию поделок кружка «Мукасолка». Разностороннее применение поделок из теста, побуждает детей придумывать новое применение и вносить изменения конструкцию поделки еще в процессе изготовления. Что влияет на развитие фантазии. На занятиях по лепке используются природные материалы, при изготовлении поделок помимо готовых решений в виде вырубков для теста.

Особенностью этой программы можно отметить, что при знакомстве с новой темой используются не только классический демонстративный материал, но и настоящие предметы старины и музейные реликвии ДОУ.

1.6. Возраст обучающихся

Программа адресована детям 4-5 лет.

Наполняемость группы до 10 человек

Набор детей в группы свободный

1.7. Сроки реализации

Программа рассчитана на 8 месяцев 32 часа

1.8. Форма организации деятельности учащихся

Групповая - организация работы в группе;

Индивидуально - групповая - чередование индивидуальных и групповых форм работы;

1.9. Режим занятий

Занятия по программе проводятся 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 25 минут.

1.10. Планируемые результаты

В результате освоения программы дополнительного образования по художественно-творческой (продуктивной) деятельности дети: расширяют свои представления об окружающем мире и приобретают определенные умения, знания, навыки.

создают в лепке выразительные образы, передают в лепке характерные особенности предметов, действий, которые производит предмет.

Ребенок познакомлен:

- приемы в лепке: скатывание прямыми и круговыми движениями; расплющивание, соединение, зачищывание, оттягивание, сглаживание, присоединение, прижимание;
- инструменты и приспособления для лепки;
- правила техники безопасности при работе с инструментами и красками;
- правила оборудования рабочего места;

Ребенок способен:

- отламывать от большого куска теста небольшие кусочки;
- скатывать куски теста круговыми движениями рук в шарики;
- раскатывать куски теста прямыми движениями рук в столбики, колбаски;
- последовательно и правильно соединять элементы при изготовлении законченной работы;
- пользоваться инструментами и приспособлениями, необходимыми при изготовлении изделий из соленого теста;
- соблюдать технику безопасности;
- работать в коллективе.

2. Учебный план

п.п	Раздел, тема	Кол. часов	Примечание ¹
1	Вводная часть. Знакомство с инструментами и тестом, раскрашивание изделия.	2	Определение способностей(навыки, умения) на начальном этапе
2	Основная часть. Осень. Тематические поделки. на День Матери, Отца и т д.	7	
3	Основная часть. Зима. Тематические поделки. Новогодний колокольчик	11	Использование бросового материала в изготовлении поделок
4	Основная часть. Весна. Поделки из теста в русско-народном творчестве	11	
5	Итоговое мероприятие - досуг	1	На группе с родителями

3. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01 октября	31 мая	34	32	1 раза в неделю по 20 мин

4. Рабочая программа

Вводная часть. Знакомство с кружком тестопластики. История появления хлебосола и традиции игрушек из муки. Дети знакомятся с материалом – соленое тесто, пробуют слепить из теста простые округлые формы. Изучают основные инструменты для работы с тестом (скалка, стеки, фольга, кисти, краски). Мониторинг- оценка навыков и умений детей на начальном этапе.

1. Занятие: плоская лепка медальон солнышко

2. занятие: раскрашивание медальона

Основная часть. Осень. Истории об осенних хлопотах на Руси, приметы осени. Развиваем умения и навыки по: раскатыванию теста на плоскости руками, скалкой; отщипывание от теста небольших кусочков и работа с маленькими деталями. Отрабатываем навыки работы с стеклом, деревянными палочками.

3. занятие: плоская лепка кулон для мамы

4. занятие: раскрашивание кулона; используем прием притирания губкой.

5. занятие: лепка объемная с фольгой яблоко

6. занятие: раскрашивание яблока

7. занятие: плоская лепка барельеф ветка рябины; используем в работе стек и деревянные палочки

8. занятие: раскрашивание барельефа

9. занятие: лепка плоская человек с использованием приемов приклеивания деталей из теста к друг другу.

Основная часть. Зима. Предновогодние сказки. История Валдайского колокольчика. Продолжаем активно развивать навыки и умения работы с тестом. Работаем с мелкими кусочками теста, детально прорабатывая каждый элемент. Оттачиваем мастерство раскраски готовых изделий из теста.

10. занятие: раскрашивание человечка

11. занятие: лепка штамповка гирлянда на елку

12. занятие: раскрашивание гирлянды на елку

13. занятие: новогодний колокольчик; с использованием основы из бросового материала.

14. занятие: раскрашивание новогоднего колокольчика.

15. занятие: объемная лепка снеговик, с использованием основы деревянной палочки и фольги.

16. занятие: раскрашивание снеговика

17. занятие: плоская лепка барельеф зимний пейзаж

18. занятие: раскрашивание барельефа зимний пейзаж с использованием гуаши металл.

19. занятие: лепка объемная кораблик для папы; с использованием в поделке деревянной палочки.

20. занятие: раскрашивание кораблик для папы.

Основная часть. Весна. Весенние приметы. Истории о русских, старинных игрушках. Закрепляем навыки и умения лепки из теста. Мониторинг оценка навыков и умений на завершающем этапе.

21. занятие: лепка бусы для мамы из ракушек; использование жгута.
22. занятие: раскрашивание бусы для мамы.
23. занятие: лепка объемная мышка на сыре.
24. занятие: раскрашивание мышка на сыре.
25. занятие: объемная лепка птичка невеличка.
26. занятие: раскрашивание птичка невеличка.
27. занятие: лепка объемная кулон листик с пчелкой (божья коровка).
28. занятие: раскрашивание кулона листик с пчелкой.
29. занятие: лепка плоская барельеф цветы
30. занятие: раскрашивание барельефа цветы
31. занятие: лепка плоская подкова, раскрашивание подковы.

Итоговое мероприятие. Открытое занятие для родителей с их участием

32. занятие: досуг мастер-класс по лепке колобок вместе с родителями.

5. Оценочные и методические материалы

5.1. Мониторинг результатов освоения программы

Методика проведения обследования уровня освоения программного материала.

Педагогический анализ знаний и умений детей (мониторинг достижения детьми результатов деятельности) проводится два раза в год: вводный (октябрь), итоговый (май).
Цель обследования: определить уровень освоения программного материала.

Условия: для проведения мониторинга ограничиваемся лепкой по предложенной взрослым теме. Используется игровая ситуация - оказание помощи игровому персонажу, который не умеет лепить. Материалы и инструменты находятся в поле зрения ребёнка. Фиксируется самостоятельный выбор материала и организация ребёнком рабочего места. Инструкция: ребёнку предлагается научить игрового персонажа лепить, рассказать, что для этого надо. Затем предлагается выполнить работу по самостоятельно выбранной теме: "Ты любишь лепить? Что интересно лепить? Вылепи, что хочешь. Всё, что захочешь.

Способы обработки и анализа материалов. В процессе наблюдения фиксируются: особенности принятия задания ребёнком, сформированность деятельности (от цели до результата), особенности проведения в процессе выполнения задания (сосредоточенность, организованность, аккуратность, умение организовать рабочее место, планировать деятельность), эмоциональные проявления, самостоятельность, активность, комментарии и другие показатели.

Оценка уровня освоения ребенком программного материала.

2 балла (часто):

- проявляющаяся характеристика является устойчиво сформированной, не зависит от особенностей ситуации, присутствия или отсутствия взрослого, других детей, настроения ребенка, успешности или не успешности предыдущей деятельности и т.д.(высокий);

1 балл (иногда) - характеристика предполагает периодическое проявление, зависящее от особенностей ситуации, наличия контроля со стороны взрослого, настроения ребенка и т.д. (средний уровень);

0 баллов (крайне редко):

— данная характеристика не сформирована, а ее появление носит случайный характер (низкий уровень).

Результаты мониторинга образовательного процесса заносятся в общую таблицу, где указываются все результаты уровня овладения необходимыми навыками и умениями.

Критерии овладения необходимыми навыками и умениями

№ п/п	Критерии	Примерные Задание
1	Знает свойства пластических материалов, понимает, какие предметы можно лепить, умеет аккуратно пользоваться, тестом.	Предложить детям тесто и сделать из неё подарок щенку (мяч, косточка)
2	Умеет лепить предмет по образцу из 1 – 3 частей одинаковой и разной формы, используя ранее усвоенные приемы и способы	«Слепи свою любимую игрушку». Предложить ребёнку самостоятельно слепить по образцу предмет, состоящий из 1 – 3 частей одинаковой и разной формы (шар, цилиндр, конус, диск).
3	Умеет задумывать содержание лепки, доводит замысел до конца, использует игровые приёмы лепки.	«Лепка по замыслу». Предложить детям вылепить предмет по собственному художественному замыслу.
4	Умеет лепить и украшать предмет по замыслу.	«День рождения куклы Даши». Предложить детям сделать подарок кукле Даше и украсить изделие с помощью палочки и дополнительного материала.

Протокол обследования уровня освоения программного материала.

№	Фамилия, имя ребенка	Скатывать, сплющивать, прищипывать и оттягивать отдельные детали	Создаёт изображение знакомых овощей, фруктов, посуды и т. д.	Умеет отделять от большого куска пластилина небольшие комочки, раскатывает их прямыми и круговыми движениями ладоней	Лепит различные предметы, состоящие из 1-3 частей, используя разнообразные приёмы липки.
1					
2					

3					
	2 балла				
	1 балл				
	0 баллов				

5.2. Методическое обеспечение образовательной программы

№	Формы занятий	Методы и приемы	Формы организации детей
	Беседы Творческие задания, Самостоятельная работа, Пальчиковая Гимнастика, Наблюдения. Рассказ, задания, Показ,	Словесный метод: беседа, рассказ, объяснение, пояснение, вопросы, словесная инструкция. Наглядный метод: рассматривание наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии, игрушки, скульптурные изделия); показ, выполнение работы (частично, полностью).	Групповая

Способы лепки:

1. Конструктивный – лепка предмета из отдельных кусочков (раскатывать, вытягивать, сплющивать, прищипывать, соединять вместе) .
2. Скульптурный – из целого куска. Превращая его в фигуру.
3. Комбинированный – сочетание в одном изделии разных способов лепки.
4. Модульная лепка – составление объемной мозаики или конструирование из отдельных деталей.
5. Лепка на форме – использование готовых форм под основу.

6. Материально-техническое обеспечение программы

Материалы и инструменты

- образцы поделок (шаблоны);
- мука высший сорт;
- соль мелкая Экстра;
- вырубки для теста

- скалки;
- стеки, формочки;
- клеенки, салфетки;
- картон;
- разнообразный дополнительный материал для декорирования поделок;
- гуашь и кисти.
- фольга;
- деревянные палочки;
- бросовый материал;

7. Список литературы

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа разработана с использованием следующей литературы: Селезнева И., Вечерин С.-«Мукосоли икозули» 2004, Казагранда Б.

–Поделки из соленого теста 2012, Лычагина И.А.

–«Лепка из соленого теста с детьми» 5-6лет 2017,

Савина Н.В. «Оригинальные поделки из соленого теста»2024,

Глебова И.Ю. Развитие творческого воображения детей в процессе занятий тестопластикой. - Детский сад от А до Я, 2011,

Лыкова И.А. Лепим, фантазируем, играем. Книга для занятий с детьми дошкольного возраста. М.:ТЦ «Сфера», 2000

Программа дополнительного образования составлена в соответствии с Образовательной программой дошкольного учреждения ГБДОУ № 127

Тесто для лепки.

Мука – 1кг

Соль – 1кг

Вода – 0.4л.(по состоянию теста)

Клей ПВА 5-10мл

Способ приготовления теста

Муку и соль тщательно перемешать. Затем добавить воду и тщательно вымесить до однородного состояния как обычное тесто. Тесто для лепки должно быть довольно крутым.

Основные правила лепки.

1. Перед лепкой подготовьте рабочее место и разомните пластичный материал, чтобы он стал эластичным, «поплавным».

2. Изготовление поделки начните с лепки ее основной части, самой крупной, затем лепите менее крупные и соедините их между собой. Самые мелкие элементы можно лепить по мере оформления игрушки (глаза, нос, рот и другие).

3. Для присоединения мелких элементов воспользуйтесь стекой, в этом случае соединение будет аккуратнее и прочнее (например: на голове делать углубления, вставить в них глаза, уши и т.п. детали, затем прижимать пальцами или стекой).

4. При конструировании игрушки из отдельных крупных элементов надо плотно прижимать их и замазывать место скрепления, чтобы игрушка была прочной.

5. По окончании работы следует убрать рабочее место, вымыть руки с мылом и тщательно вытереть их полотенцем.

Приемы лепки.

Скатывание круговыми движениями рук, раскатывание прямыми движениями рук, надавливание шариков пальцем сверху, сглаживание, сплющивание, прищипывание.

Разминание - надавливание руками и пальцами на кусочек теста.	Разминание В руки я комок возьму, Хорошо его помну, Чтоб он теплым, мягким стал, Но к рукам не прилипал.
Отщипывание - отделение от большого куска теста небольших кусков при помощи большого и указательного пальцев руки. Для этого сначала прищипывают с края большого куска небольшой кусочек теста, а затем отрывают его.	Скатывание На него я посмотрю, Что хочу, то и слеплю. Шарик я сейчас скатаю, немножко поиграю.

Шлепанье - энергичное похлопывание по тесту напряженной ладонью с прямыми пальцами. Размах движений можно варьировать.	Раскатывание Шарик в руки я возьму И раскатывать начну – Вот и столбик получился, Столбик в жгутик превратился...
Сплющивание - сжимание куска теста с целью придания ему плоской формы. Небольшой кусок пластичного материала можно сплющить при помощи пальцев.	Сплющивание Чтобы с ней случилось что-то, Сплющить мне ее охота. Ну и что же получилось? Она в блинчик превратилась.
Скручивание Жгутик я в спираль скручу И ракушку получу.	Прищипывание Блинчик в трубочку сверну И прищипывать начну.
Вытягивание Я кусочек прищипну, И вытягивать начну. Хвостик длинный получился, Шарик в репку превратился.	Вдавливание Можно снова шар скатать, Чтобы пальцем протыкать.

Разминка с соленым тестом:

Разминка с соленым тестом поможет заинтересовать ребенка и подготовить мелкую моторику рук к работе с тестом.

Перекалывание и сжимание теста в ладошках;

Катание колобка в ладошках;

Катание колобка на столе;

Надавливание на колобок - получение лепешки;

По лепешке побежали «паучки».

Пришли «мышки» стали норки рыть;

Налетели «гуся» стали тесто щипать;

Пришел «мишка косолапый» стал топать по тесту;

Пришел «слон» и ножищами по тесту топ-топ-топ;

Скатывание лепешки в колбаску;

Заворачиваем колбаску в «улитку»;

«улитка» спряталась в домик – получился колобок.

Физкультминутка: "Замесим тесто"

Ой, ладошки-ладошки. Мы печем оладушки
(хлопки ладошками).

Замешиваем тесто, а тесту в миске тесно

(имитируют помешивание по кругу).

Тесто выпало на стол, тесто шлёпнулось на пол
(присели).

Тесто убежало, начинай сначала
(лёгкий бег на месте).

Физкультминутка «Колобок»

Замесила бабушка ни булку, ни оладушки,

(руки месят тесто) Доставала из печи

(руки вверх, в стороны, вниз)

Ни пирог, ни калачи,

(повороты туловища влево – вправо, руки в стороны)

Как поставила на стол

(приседания)
Он от бабушки с дедушкой ушел.
(прыжки)
Кто же бегает без ног?
(хлопки в ладошки)
Это желтый колобок.

Пальчиковая гимнастика «Две сестрички»

Две сестрички, две руки,
(Встряхивание кистями рук.)
Рубят, строят, роют,
(Изображаем в движении слова текста.)
Рвут на грядке сорняки
И друг дружку моют.
Месят тесто две руки —
Левая и правая,
Воду моря и реки
Загребают, плавая.

Пальчиковая гимнастика «Черепашка» *Рука сжата в кулак. Большой палец сверху.*

Моя черепашка в коробке живёт, *Рука лежит на другой ладони (или на ладони партнёра по игре).* Купается в ванне, *Волнообразные движение кулаком в воздухе.* По полу ползёт. *"Черепашка" ползёт по другой руке (своей или партнёра по игре).* Её на ладошке я буду носить, *Руки возвращаются в исходное положение.* Она не захочет меня укусить *Отрицательный жест головой.*

Пальчиковая гимнастика.

Раз, два, три, четыре, пять —
Будем пальцы загибать.
Вот большой, вот указательный,
Будьте вы теперь внимательны!
Средний мы сейчас загнём,
Безымянный позовём.
И мизинчик — молодец
Опустился, наконец!
Получились кулачки,
Застучали молотки:
Тук — тук — тук — тук!
Вы послушайте свой стук!

Хлопки в ладоши.
Загибаем пальцы одновременно на обеих руках.
Вращение кулачков.
Стучать кулачками.
Простучать ритм возле уха.

Пальчиковая гимнастика

В этом домике пять этажей:
На первом живет семейство ежей,
На втором живет семейство зайчат,
На третьем — семейство рыжих бельчат,
На четвертом живет с птенцами синица,
На пятом сова — очень умная птица.
Ну, что же, пора нам обратно спуститься:
На пятом сова, на четвертом синица,
Бельчата на третьем, зайчата — втором,
На первом ежи, мы еще к ним придем.
Раз, два, три, четыре!

Поочередное выбрасывание пальцев из кулачков

Кто живет в моей квартире?

Хлопки

Раз, два, три, четыре, пять!

Поочередное собирание пальцев в кулачок

Всех могу пересчитать:

Хлопки

Мама, папа, брат, сестренка,

Кошка Мурка, два котенка,

Мой щегол, сверчок и я -

Поочередное поглаживание (массаж) всех десяти пальцев

Вот и вся моя семья!

Сцепить руки в «замок», сжать их

Пальчиковая гимнастика «Снегопад»

Слова	Действия
Белых хлопьев белый пух Плавно и спокойно Над деревьями кружит И над колокольной.	<i>Медленно опустить сверху вниз левую руку, затем правую, следя глазами</i>
Каждый дом и каждый куст Греет, одевает.	<i>Поочередно вытягивать руки вправо, влево, следя глазами.</i>
Снеговая шубка и Шапка снеговая.	<i>Вытянуть руку вперед и коснуться лба</i>
Белых хлопьев белый пух С неба валит валом. Укрывая белый свет Белым одеялом.	<i>Поднимать и опускать руку до пояса</i>
Чтобы слева, впереди, Позади и справа	<i>Указательным пальцем коснуться правого плеча</i>
Сладко спали до весны Дерева и травы	<i>Закрывать глаза руками</i>

Пальчиковая гимнастика «Ёлочка».

Перед нами ёлочка: Шишечки, иголочки. Шарики, фонарики, Зайчики и свечки, Звезды, человечки.	<i>Пальцы рук сплетены, из больших пальцев – верхушка «елочки». Кулачки, указательные пальчики выставлены. «Шарики» из пальцев вверх, вниз «Ушки» из указат. и среднего пальцев; обе ладони сложены, пальцы сжаты. Ладони сложены, пальцы растопырены, средний и указательный стоят на столе.</i>
--	---

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	<i>Загибают пальчики, начиная с большого. «Идут» по столу указательным и средним пальчиками. «Лепят» комочек двумя ладонями. «Крошат хлебешек» Ведут указательным пальцем</i>	
--	---	--

катались, А еще в снегу валялись. Все в снегу домой пришли. Съели суп, и спать легли.	правой руки по ладони левой. Кладут ладошки на стол то одной, то другой стороной. Движения воображаемой ложкой. Руки под щеку.	
---	--	--

Пальчиковая гимнастика «Снежинки»

Белый снег пушистый (Мягкие движения кистями рук)

В воздухе кружится, («Фонарики»)

И на землю тихой (Мягкие движения кистями рук)

Падает. Ложится. (Взмахи вниз из стороны в сторону)

А потом, а потом (2 взмаха – гребём снег лопатами)

Мы из снега слепим ком (Лепим снежки)

У-у-у-х! (Бросаем снежки друг в друга)

Пальчиковая гимнастика «Цветок»

Утром рано он закрыт,

Но к полудню ближе

Раскрывает лепестки,

Красоту их вижу.

К вечеру цветок опять

Закрывает венчик,

И теперь он будет спать

До утра, как птенчик.

Кисти рук плотно сомкнуты.

Ладони отходят друг от друга, подушечки больших пальцев прижаты к концам указательных кисти рук напоминают бутон.

Кисти рук у запястья соединены, а пальцы плавно расходятся в разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок.

Пальцы сомкнуты, образуя закрывшийся цветок.

Кисти рук возвращаются в исходное положение.

Кладут кисти рук под щеку, имитируя сон.

Физкультминутка «Сказка»

Мы глазами миг-миг;

Мы плечами чик-чик;

Мы руками хлоп-хлоп;

Мы ногами топ-топ;

Раз – туда, два – сюда,

А потом – вокруг себя

Надо низко поклониться,

Чтобы в сказке очутиться.

Физкультминутка «Жучок»

Наполянке, ромашке

Жук лежал в цветной рубашке.

Жу-жу-жу, жу-жу-жу

Я с ромашками дружу.

Тихо на ветру качаюсь,

Низко-низко наклоняюсь.

Пальчиковая гимнастика «ЖУЧОК»

Этот маленький жучок

По земле гуляет,

Перебираем пальцами по ступням.

Листик сладенький найдёт

И его кусает.

Щипаем ступни.

Чтоб ещё листочек съесть,

Хочет он повыше влезть.

Перебираем пальчиками по ногам (со ступней до коленей).

Этот маленький жучок

По траве гуляет...

Перебираем пальцами по коленям.

Этот маленький жучок
 По кустам гуляет...
Перебираем пальцами по животу.
 Этот маленький жучок
 Выше залезает,
Перебираем пальцами по груди.
 Вот он ямочку нашёл,
"Жучок заползает" в ямочку на плече у шеи.
 Лёг и отдыхает.
Пальчики сжимаем в кулаки.
 Он не будет вас кусать,
 Хочет он чуть-чуть поспать.
Опускаем голову вниз, глаза закрываем.

Пальчиковая гимнастика

Долго, долго мы лепили. Наши пальцы утомили. Пусть немного отдохнут И опять лепить начнут.	Встряхивание кистями рук перед собой.
Дружно руки разведем И опять лепить начнем.	Отвести руки назад вниз, откидываясь на спинку стула.

Физкультминутка.

И вот перед нами море
 Бушует оно на просторе *Пальцы рук сцеплены и делают волнообразные движения.*
 А в море высокая ходит волна
 И вверх до небес и вниз до дна. *Пальцы рук сцеплены и делают волнообразные движения.*
 Качает вода солёная
 Водоросли зелёные. *Руки подняли и делают змеевидные движения.* Скачут весело
 дельфины Подставляя солнцу спины. *Ладонка на ладонке лежит, мелкие волнообразные движения вперед.* На волнах качаются. Солнцу улыбаются. *Руки вверх.*