

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5 «Хрусталик» г. Йошкар-Олы»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МБДОУ «Детский сад № 5 «Хрусталик»

Протокол от 29.08.2025 № 1

УТВЕРЖДЕНО

заведующим МБДОУ «Детский  
сад № 5 «Хрусталик»

\_\_\_\_\_ Г.А. Канашина

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Послушные пальчики»**

Направленность программы: социально-гуманитарная

Уровень программы: стартовый

Категория и возраст обучающихся: разновозрастная группа с 5 до 7 лет (дети с расстройством аутистического спектра); с 5 до 6 лет (дети с задержкой психического развития)

Срок освоения программы: 1 год

Объем часов: 32

Фамилия И.О., должность разработчика (ов) программы:

Кузнецова Е.А., Смелова Т.Н., Власова Г.Д., Иванова И.С., воспитатели

Йошкар-Ола  
2025 г.

## **Пояснительная записка.**

### **Актуальность**

На начальном этапе жизни мелкая моторика отражает то, как развивается ребенок, свидетельствует о его интеллектуальных способностях. Работа по развитию мелкой моторики и координаций движений руки должна стать важной частью развития детской речи, формирования навыков самообслуживания и подготовки руки к письму. Наряду с развитием мелкой моторики развиваются память, внимание, а также словарный запас.

У детей с ОВЗ часто бывают отклонения в развитии мелкой моторики рук, недостаточно сформированы навыки зрительно-двигательной координации. Это отрицательно сказывается на становлении навыков письма и других видах ручной деятельности детей. Дошкольники с ОВЗ испытывают большие трудности в тех видах деятельности, где необходимы точные координированные движения рук, такие как, лепка, рисование, одевание, шнуровка и т.д. Поэтому так необходимо развивать у дошкольников точность и координацию движений руки и глаз, гибкость рук, ритмичность.

Основной формой работы с детьми дошкольного возраста в рамках кружка является игра.

**Цель:** создание благоприятных условий для развития мелкой моторики рук у детей с расстройством аутистического спектра и задержкой психического развития.

#### **Задачи:**

- Укрепить мышцы рук, улучшить зрительно- моторную координацию.
- Развивать согласованные движения обеих рук.
- Развивать умения производить точные и дифференцированные движения кистью и пальцами рук.
- Совершенствовать хватательные движения, закреплять различные способы хватания: кулаком, щепотью, пинцетный, трехпальцевый захват.
- Развивать способности координированной работы рук со зрительным восприятием.
- Снизить психологическую нагрузку ребёнка.

**Периодичность занятий:** 1 раз в неделю

**Продолжительность занятия:** 20-25 минут.

Общее количество учебных занятий в год 32.

Занятия рассчитаны на детей с ОВЗ 4-7 лет

#### **Используемые методы:**

1. Показ действий.
2. Действия руками ребёнка.
3. Самостоятельные действия ребёнка.

### Формы работы:

- Сенсорные занятия
- Дидактические игры
- Индивидуальная работа с детьми

### Учебно-тематическое планирование.

| Месяц,<br>№ п/п | Содержание<br>образовательной<br>деятельности   | Цель   | Развивающая предметно-<br>пространственная среда  | Количество<br>часов |
|-----------------|---|--|---|---------------------|
| Октябрь         | - массаж пальчиков<br>мячиком-ёжиком;<br>- пальчиковая гимнастика<br>«Капуста»;<br>- дидактическая игра<br>«Пальчиковый лабиринт»<br>- Наши пальчики      | Развитие мелкой<br>моторики рук,<br>тактильной<br>чувствительности,<br>координацию<br>движений           | Мячики-ёжики, наборы<br>для игры «пальчиковый<br>лабиринт»<br>работа с пальчиковыми<br>красками                               | 1                   |
|                 | - массаж пальчиков<br>грецким орехом;<br>- пальчиковая игра «Бом-<br>бом-бом по гвоздям бьем<br>молотком»;<br>- игра «Подбери крышку»<br>- Следы на песке | Активизировать<br>движение пальцев<br>рук, учить<br>закручивать и<br>откручивать пробки,<br>крышки и пр. | Грецкие орехи,<br>пластиковые баночки,<br>бутылочки с крышками<br>разных видов и размеров<br>рисование пальчиками на<br>песке | 1                   |
|                 | - массаж пальчиков<br>(поглаживание пальцев в<br>разных направлениях);<br>- пальчиковая гимнастика<br>«Зайка серенький сидит»;<br>- игра «Бумажный мяч»   | Развивать моторику<br>обеих рук, развитие<br>образного мышления  | Бумага разной плотности,<br>бумажные салфетки   | 1                   |
|                 | - массаж пальчиков<br>карандашами;<br>- пальчиковая гимнастика<br>«Веселая мышка<br>перчатку нашла»;<br>- игра «Рисуем пальчиком<br>по манке»             | Активизировать<br>движение пальцев<br>рук, обогащение<br>словарного запаса                               | Карандаши с гранями,<br>манка, пальчиковый<br>бассейн, одноразовые<br>тарелочки   | 1                   |
| Ноябрь          | - массаж пальчиков<br>«Сильные пальчики»<br>(нажимаем на резиновый<br>мяч с силой);   | Развивать моторику<br>рук, учимся<br>скатывать шарик из<br>пластилина,                                   | Резиновые мячи<br>работа с пластилином  | 1                   |

|         |   |  |  |   |
|---------|---|--|--|---|
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- пальчиковая гимнастика «Пальчики, здравствуйте»</li> <li>- Мячики для котят</li> </ul>   | развивать сообразительность  |  |   |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков грецким орехом;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Рыбка»;</li> <li>- д/игра «Чудесный мешочек»</li> </ul>  | Учить определять на ощупь предметы, развивать тактильные ощущения, речь.   | Грецкие орехи, разные по величине и качеству предметы            | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков мячиком-ёжиком;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Варим, варим мы компот»</li> <li>- Пальчиковая живопись «Снег идёт»</li> </ul>   | Активизировать движение пальцев рук методами нетрадиционного рисования   | Мячики-ёжики, альбомные листы, пальчиковая гуашь.                | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков «Сухой бассейн» (перебираем пальчиками фасоль), - пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать»;</li> <li>- д/игра «Разберем счетные палочки по цвету»</li> <li>- «Лепим снежки большие и маленькие»</li> </ul> | <p>Учить детей сгибать пальчики поочередно; знакомить с цветом;</p> <p>Учить сминать бумагу в комочки, катать между ладонями</p> | <p>«Сухой бассейн» с фасолью; счетные палочки.</p> <p>Бумага</p> | 1 |
| Декабрь | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков карандашами;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Утром пальчики проснулись»;</li> <li>- Петушок пшено рассыпал</li> </ul>  | Развивать моторику обеих рук, учить нанизывать предметы на тесьму  | Карандаши, тесьма, рисование пальчиками на подносе с пшеном      | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Быстро тесто замесили»;</li> <li>- Игрушки</li> </ul>  | Развитие мелкой моторики рук, гибкости, подвижности пальцев, учить лепки с формочками  | лепка с формочками   | 1 |

|        |   |  |  |   |
|--------|---|--|--|---|
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков мячиком-ёжиком;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Новогодние игрушки»;</li> <li>- штриховка «Яблоко», «Груша»</li> </ul>   | Учить детей поочередно соединять большой пальчик с остальными левой и правой рукой вместе        | Мячики-ёжики, цветные карандаши, раскраски «Яблоко», «Груша» | 1 |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков грецким орехом;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Тучки прибежали»;</li> <li>- Снеговик</li> </ul>   | Учить детей аккуратно и правильно делать аппликации, развитие эстетического вкуса                | Грецкие орехи, аппликация (ватные диски, клей.)              | 1 |
| Январь | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков «Катаем карандашики»;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Ладочки играют»;</li> <li>- игра «Поможем Золушке разобрать фасоль по цвету»</li> </ul>                              | Развитие усидчивости, чувства цвета и размера  | Карандаши, разноцветная фасоль, коробочки                    | 1 |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Вот кулак, а вот ладошка»;</li> <li>- Колобок (лепка из соленого теста)</li> </ul> | Развитие мелкой моторики пальцев рук, учить лепки из солёного теста                              | Резиновые мячики, знакомство с соленым тестом                | 1 |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>-массаж пальчиков (катание мячиков по столу);</li> <li>-пальчиковая гимнастика «Деревья»</li> <li>-пластилинография «Беленький зайчик»</li> </ul>  | Развивать точность движения пальцев, воображение, мышление, ориентировку на плоскости, проекции. | Резиновые мячики, пластилин, трафарет зайца                  | 1 |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков – катание деревянных палочек по столу;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Зайка серенький сидит»;</li> <li>- У мышки в кладовой</li> </ul>                                    | Развитие мелкой моторики пальцев рук   | Деревянные палочки, перебирание круп (фасоль, рис, гречка)   | 1 |

|         |  |   |   |   |
|---------|--|---|---|---|
| Февраль | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Жили-были Дед да Баба»;</li> <li>- Игра «Ежики и ежата»</li> </ul>              | Развитие мелкой моторики пальцев рук, учить втыканию спичек в пластилин                       | Пластилин, спички   | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков мячиком-ёжиком;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Бычок»;</li> <li>- д/игра «Спрячь в ладошку»</li> <li>- «Что спряталось в комочке?»</li> </ul>                | Активизировать движения пальцев рук, координацию движений                                     | Мячики-ёжики, поролоновые игрушки<br>Трафареты игрушек из бумаги, смятой в комочки. | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков грецкими орехами;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать»;</li> <li>- игра наматывание нитки на катушку и сматывание ее в клубок</li> </ul> | Развитие точности движений, внимания и контроля собственных действий                          | Грецкие орехи, имитация катушек с веревочками                                       | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков карандашами;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Паучок»;</li> <li>- игра-шнуровка «Поросенок», «Зайчик», «Утенок»</li> </ul>                                     | Развивать координацию пальцев рук ребенка, настойчивость и внимание                           | Карандаши, шнуровки «Поросенок», «Зайчик», «Утенок»                                 | 1 |
| Март    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Наша мама»;</li> <li>- рисуем пальчиками «Мимоза для мамы»</li> </ul> | Развивать мелкую моторику рук, внимание, координацию пальцев рук, воспитание заботы о близких | Резиновые мячики, краски, картон  | 1 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков «Сухой бассейн» (перебираем фасоль);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Стираем платочки»;</li> </ul>  | Способствовать развитию тонко координированных движений рук, различение цвета                 | Пальчиковые бассейны, фасоль, бельевая веревка, цветные платочки, прищепки          | 1 |

|        |   |   |  |   |
|--------|---|---|--|---|
|        | - игра «Развесь белье на веревку» (закрепляем разноцветные платочки прищепками)   |   |  |   |
|        | - массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях);<br>- пальчиковая гимнастика «Замок»;<br>- аппликация из рваной бумаги «Тучки»                      | Развитие мелкой моторики пальцев рук и творческих способностей детей через нетрадиционные методы аппликации | Картон, клей, салфетки                           | 1 |
|        | - массаж пальчиков – катание деревянных палочек по столу;<br>- пальчиковая гимнастика «Лодочка»;<br>- выкладывание из палочек геометрических фигур                  | Развивать координацию пальцев рук; развивать внимание, воображение  | Деревянные палочки, разноцветные счетные палочки | 1 |
| Апрель | - массаж пальчиков грецкими орехами;<br>- пальчиковая гимнастика «Варим, варим мы компот»;<br>- Рисование на манке «Норка для лисички»                              | Способствовать развитию внимания, четкости координации движений пальцев, пространственного мышления         | Грецкие орехи, манка                             | 1 |
|        | - массаж пальчиков карандашами;<br>- пальчиковая гимнастика «Липкие пальчики»;<br>- лепка «Пластилиновые дорожки»   | Формировать контроль над мышечными ощущениями пальцев   | Карандаши, картон, пластилин                     | 1 |
|        | - массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой);<br>- пальчиковая гимнастика «Две веселые лягушки»;<br>- Рисование пластилином «Солнышко» | Способствовать точной точечной координации рук, развитию мышления<br>Учить размазывать пластилин по контуру | Резиновые мячики, мозаика                        | 1 |
|        | - массаж пальчиков мячиком-ёжиком;  | Развитие мелкой моторики детей с использованием   | Мячики-ёжики, тактильные дорожки                 | 1 |

|     |  |   |  |   |
|-----|--|---|--|---|
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- пальчиковая гимнастика «Пальцы в гости приходили»;</li> <li>- игра «В гости к Винни-Пуху»</li> </ul>  | <p>тактильных дорожек, выполненных из различных материалов (тесьма, лента, наждачная бумага)</p>                                    |  |   |
| Май | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков (поглаживание пальцев в разных направлениях);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Дарики-дарики вились-вились комарики»;</li> <li>- штриховка «Животные»</li> </ul> | Совершенствование движений рук, воспитание усидчивости  | Раскраски «Животные», цветные карандаши                                      | 1 |
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Пальчиковая гимнастика «Колечко»</li> <li>-игра в сухом пальчиковом бассейне «Отгадай, что спрятано»</li> <li>-аппликация «Ромашка»</li> </ul>                                       | Развивать тактильную ориентировку и способности действовать по словесному указанию или схеме, поощрять стремление задавать вопросы. | Деревянный конструктор, сухой бассейн, мелкие игрушки, бумага, ножницы, клей | 1 |
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков грецкими орехами;</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Улитка»;</li> <li>- игра «Капельки» (капание из пипетки в узкое горлышко бутылочки)</li> </ul>                | Совершенствование координации и движений пальцев рук.   | Грецкие орехи, пипетки, пластиковые бутылочки и стаканчики                   | 1 |
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- массаж пальчиков «Сильные пальчики» (нажимаем на резиновый мяч с силой);</li> <li>- пальчиковая гимнастика «Мышка мылом мыла лапку»;</li> <li>- «Бусы для мамы»</li> </ul>          | Совершенствование мелкой моторики пальцев, развитие художественного вкуса   | Резиновые мячики, шнурок, крупные бусины, пуговицы                           | 1 |

### Планируемые результаты.

После освоения содержания дополнительной общеобразовательной программы дети готовы и способны:

- манипулировать мелкими предметами;
- застегивать и расстегивать пуговицы, застёжки, молнии;



- справляться со шнуровкой и нанизыванием пуговиц, шариков на тесьму;
- владеть приемами работы с пластилином (круговые, прямые движения, сплющивание, отщипывание), бумагой;
- согласовывать движения кистей рук со словами пальчиковых игр, потешек ориентироваться в понятиях «вверх», «вниз» и т.д ;
- владеть приёмами работы с карандашом, кистью, пластилином, бумагой.

### **Методы диагностики.**

#### **Цели диагностики:**

- выявить реальный уровень развития моторной сферы ребенка дошкольного возраста и степень соответствия возрастным нормам;
- определить отклонения и недостатки отдельных сторон развития моторики.

**I блок.** Оценивается четкость выполнения, удержание позы, переключаемость, объем движения, точность, сила.

1. Сжать пальцы в кулак.
2. Большие пальцы обеих рук отогнуты и направлены в сторону. Согнуть остальные пальцы, разогнуть. Повторить 2–3 раза
3. Ладони раскрыты. Согнуть-разогнуть большой палец каждой руки. Повторить 2–3 раза.
4. Загнуть каждый из пальцев попеременно то на правой, то на левой руке («пальчики прячутся»).
5. Соединить пальцы одной руки с пальцами другой («пальчики здороваются»).

**II блок.** Исследование умения действовать с предметами. Оцениваются четкость выполнения, точность.

Материал: мозаика; пуговицы; карандаш; разлинованная тетрадь; нитка; бусинки; коробок со спичками.

1. Выложить узор из мозаики («дорожка», «крест», «домик») и др.
2. Самостоятельно застегнуть пуговицы на специальном тренажере (сначала крупные, затем мелкие).
3. Чертить карандашом вертикальные линии («палочки») в разлинованной тетради.
4. Нанизывать на нитку бусинки.

Укладывать в коробок 5 спичек, правой и левой рукой по одной спичке.

### **Обработка и анализ результатов:**

0 баллов – с заданием не справился: отсутствие основных элементов в структуре движений – уровень развития не сформирован.

1 балл – с заданием справился с помощью педагога: основные элементы движения выполнены, но присутствуют неточности выполнения – уровень развития сформирован в недостаточной мере.

2 балла – с заданием справился полностью: точное воспроизведение движений – уровень развития сформирован в достаточной мере.

Низкий уровень (средний балл равен 0) – у таких детей мелкая моторика недостаточно развита. Движения скованные, содружество пальцев, ловкость не наблюдаются. Координация движений рук нарушена. Нарушена общая координация движений, их целенаправленность, точность. Дети затрудняются

в подражательных движениях, в выполнении действий по образцу, упускают их элементы.

Средний уровень (средний балл равен 1) – У детей общая и мелкая моторика развита достаточно хорошо. Но бывает, что дети испытывают не большие трудности при быстрой смене упражнений из пальчиков.

Высокий уровень (средний балл равен 2) – У детей общая и мелкая моторика сформированы хорошо. Хорошо развита отчётливость и координация движений. Движения пальцев и кистей рук точные, ловкие, со всеми заданиями справляются быстро и легко.

### **Список используемой литературы.**

1. Каган В. Е. Аутизм у детей. Л., 1981.
2. Мамайчук И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. - СПб., 2003.
3. Хилтунен Е.А.- «Дети Монтессори» - М.: Астрель: АСТ, 2008
4. Бакушева В.Ю. Коррекционно-воспитательная работа с аутичными детьми. М.: Лотос. 2004. с. 91.
5. Башина В.М. Ранний детский аутизм. // Исцеление. -- М., 1993. -- С. 154-165.
6. 3. Богдашина О. Аутизм: Определение и диагностика. - Донецк: Перспектива, 1999. - 304 с.
7. Гайдукевич С.Е. «Средовой подход в инклюзивном образовании» // Инклюзивное образование: состояние, проблемы, перспективы. -- Минск: Четыре четверти, 2007, с. 34.