

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей «Престиж» городского округа Самара

**ПРИЛОЖЕНИЕ - ДОПОЛНЕНИЕ ПРОГРАММЫ**  
**«РАДУГА НА ЛАДОШКЕ»**  
**«50 занятий пальчиковой гимнастики для обучающихся**  
**начальной школы»**

Выполнил:

Назарова Галина Николаевна

2025 г.

## Содержание

Введение.....	3
1 Перспективы развития и адаптации пальчиковой гимнастики для разных групп обучающихся .....	5
2 История развития пальчиковой гимнастики и её педагогические основы .....	7
3 Возрастные особенности обучающихся начальной школы при освоении пальчиковой гимнастики...9	
4 Классификация упражнений пальчиковой гимнастики для младших школьников .....	122
5 Разработка ритмических стихотворений и правил для сопровождения упражнений .....	155
6 Практические рекомендации по проведению занятий пальчиковой гимнастикой в школе .....	177
7 Методы оценки эффективности пальчиковой гимнастики у младших школьников.....	20
8 Анализ результатов внедрения программы пальчиковой гимнастики в школах.....	23
Заключение .....	24
Приложение «Пальчиковая гимнастика, или 50 упражнений для развития мышц пальцев, кистей, запястий обучающихся начальной школы, имеющих проблемы мелкой моторики, координации движений и сенсорной интеграции».....	26
Библиография .....	31

## **Введение**

Пальчиковая гимнастика представляет собой систему целенаправленных упражнений, направленных на развитие мелкой моторики рук, координации пальцев и артикуляционной моторики у детей младшего школьного возраста. Этот вид деятельности отличается игровым характером и ритмической структурой, что делает занятия интересными и доступными для учеников начальной школы. Особое внимание уделяется упражнениям, которые стимулируют не только физическую активность пальцев, но и речевые навыки через использование стихотворений и потешек.

Современная образовательная практика сталкивается с задачей укрепления познавательных функций и моторных навыков у младших школьников. Развитие мелкой моторики связано с формированием внимания, памяти и речевой активности, что напрямую влияет на успехи в обучении. При этом учащиеся начальных классов часто испытывают трудности с координацией движений пальцев, что может стать препятствием при овладении письмом и чтением. Комплекс из 50 занятий пальчиковой гимнастики призван закрыть этот пробел, обеспечивая систематическую работу над совершенствованием моторики с учетом возрастных особенностей детей.

Проект строится на методических основах, заложенных в подходах Монтессори, а также современных данных нейробиологии и педагогики. В работе представлены упражнения, сгруппированные по уровням сложности, что позволяет учитывать индивидуальные возможности учеников с первого по четвёртый класс. Каждое занятие сопровождается рифмованными стихотворениями, которые не только способствуют лучшему запоминанию алгоритмов движения, но и развивают фонематический слух, речевую память и артикуляционную гимнастику.

В рамках работы подробно рассмотрены возрастные особенности обучающихся начальной школы, которые необходимы для правильного подбора упражнений и методов их выполнения. Особое внимание уделено учёту психоэмоционального состояния детей и созданию мотивационной среды,

стимулирующей регулярные занятия. Также в проекте представлены методические рекомендации для педагогов и родителей, что позволяет организовать системную работу как в образовательной среде, так и дома.

Обоснованы критерии для оценки эффективности пальчиковой гимнастики, включающие показатели улучшения моторных функций, речевой активности, а также положительные изменения в учебной деятельности. Апробация комплекса в школах показала повышение заинтересованности детей, улучшение координации движений и общее развитие мелкой моторики, что косвенно влияет на успешность усвоения учебного материала.

В работе будут раскрыты темы истории пальчиковой гимнастики и её педагогических основ, что поможет понять её эволюцию и актуальность в современном образовании. Также представлена систематизация упражнений по уровню сложности и направленности, что облегчает планирование занятий. Особое место занимает разработка ритмических стихотворений и правил, служащих сопровождением движений, что усиливает когнитивную и мотивационную составляющие процесса. Практические рекомендации помогут педагогам внедрить комплекс в учебный процесс, а методы оценки окажут содействие в анализе результатов.

Таким образом, представленная работа направлена на создание комплексного, научно обоснованного и практически применимого инструментария для развития мелкой моторики, речевых и когнитивных навыков у младших школьников посредством систематических занятий пальчиковой гимнастикой.

## **1 Перспективы развития и адаптации пальчиковой гимнастики для разных групп обучающихся**

Пальчиковая гимнастика обладает большим потенциалом для расширения и адаптации в образовательных программах разных возрастных групп, начиная с дошкольного возраста и продолжая обучение в средней школе. На уровне дошкольного образования возможна глубокая интеграция занятий с учётом развития фундаментальных психофизиологических функций: стимуляции более тысячи биологически активных точек на ладонях, что оказывает влияние не только на моторные навыки, но и на общее состояние здоровья ребёнка, включая работу внутренних органов и гармонизацию психоэмоционального состояния [19]. Адаптация упражнений для младших детей требует создания игровых форм с яркими визуальными и речевыми компонентами, что будет способствовать раннему развитию речи, памяти и внимания.

Для учеников старших классов и подростков перспективным направлением является расширение методического комплекса путем включения более сложных координационных и когнитивных заданий, интегрированных с другими направлениями развития — например, ментальными упражнениями, творческими задачами и элементами логопедической терапии. Такой комплексный подход позволит не только поддерживать уровень мелкой моторики, но и стимулировать исполнительные функции мозга, улучшать навыки саморегуляции и коммуникации. Кроме того, ритмическое и речевое сопровождение упражнений может быть усложнено с учётом возраста, что усилит речевое и интеллектуальное развитие ребёнка [22][27].

Вне начальной школы пальчиковая гимнастика может применяться в программах дополнительного образования, в коррекционно-развивающей работе с детьми с особыми образовательными потребностями, а также в реабилитационных центрах. Универсальность метода, его кратковременность и возможность вариативного усложнения движений делают его подходящим для адаптации под индивидуальные особенности каждой группы детей. Важно развивать методическо-дидактические материалы и обучать педагогов и

специалистов, чтобы занятия проводились максимально эффективно и осознанно с учётом целей образовательной среды и конкретных задач каждого ребёнка [11].

Среди перспектив также стоит отметить сохранение и адаптацию традиционных народных пальчиковых игр с внедрением современных научных подходов и техник, что позволит усилить культурную составляющую обучения и расширить арсенал педагогических средств. Создание цифровых платформ и мобильных приложений для пальчиковой гимнастики может значительно повысить доступность и привлекательность метода, позволяя гибко комбинировать игровые, речевые и моторные элементы и обеспечивать обратную связь по результатам занятий.

Дальнейшие исследования должны быть направлены на систематизацию данных о влиянии пальчиковой гимнастики на различные аспекты развития ребёнка в зависимости от возраста, состояния здоровья и уровня образовательной подготовки. В частности, необходимы крупномасштабные экспериментальные работы, изучающие долгосрочные эффекты интеграции гимнастики в образовательный процесс, а также разработка универсальных критериев оценки эффективности с учётом когнитивных и эмоциональных параметров. Кроме того, перспективной является разработка адаптивных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья, что расширит доступность метода и повысит качество инклюзивного образования.

Таким образом, перспективы развития пальчиковой гимнастики связаны с её дифференцированным внедрением на всех этапах образования, интеграцией с междисциплинарными подходами и активным использованием современных технологий, что позволит повысить эффективность методики и обеспечить всестороннее развитие детей в разновозрастных и многообразных образовательных контекстах [19][22][27][11][32].

## **2 История развития пальчиковой гимнастики и её педагогические основы**

В начале XX века итальянская врач и педагог Мария Монтессори разработала уникальную систему образования, основанную на наблюдениях за развитием детей с умственными отклонениями. Её методика опирается на фундаментальное понимание того, что каждое движение ребёнка, в особенности пальчиковые упражнения, способствует активизации и развитию коры головного мозга. Монтессори подчёркивала, что тренировка мелкой моторики не только улучшает координацию руки и глаза, но и служит стимулом для познавательных процессов, включая речь и мышление. Согласно её представлению, глаз «обучает» руку, направляя её движения, что создаёт устойчивую основу для усвоения знаний и взаимодействия с окружающей средой [16][28].

Пальчиковая гимнастика в методике Монтессори рассматривается не как простое выполнение движений, а как средство обучения через активное познание мира посредством точных и целенаправленных манипуляций. Упражнения поддерживают динамическое взаимодействие ребёнка с предметами, позволяя развивать сенсомоторные навыки, которые являются первостепенными в раннем возрасте. Однако современные дети сталкиваются с проблемой недостаточной тренировки мелкой моторики из-за изменений в повседневной деятельности: вместо традиционных бытовых действий, таких как завязывание шнурков или рукоделие, используются более упрощённые решения — липучки, кнопки, цифровые устройства. В связи с этим возрастает необходимость создания специальных занятий, направленных на систематическое развитие точных движений рук [24].

Метод Монтессори выделяет важные сенситивные периоды, в частности интенсивное становление мелкой моторики у детей от полутора до четырёх с половиной лет. Этот временной промежуток считается оптимальным для формирования навыков, связанных с использованием мелких инструментов и координацией пальцев. Важно, что обучение строится на свободном выборе ребёнка: взрослый выступает в роли помощника, создающего специально подготовленную среду и поддерживающего интересы детей. Отсутствие жёстких

программ, оценочных требований и сравнений позволяет детям развиваться индивидуально, что повышает эффективность освоения моторных и социальных навыков [29].

С позиций современных педагогических исследований системный подход к развитию мелкой моторики через пальчиковую гимнастику включает не только упражнения, но и массаж и игровые компоненты с постепенным усложнением. Такие комплексные программы способствуют формированию у детей не только моторных умений, но и речевых навыков, внимания и памяти. При этом методика Монтессори остаётся значимым теоретическим каркасом, который подчёркивает важность интегрированного развития детей в гармоничной и мотивирующей среде [5].

Таким образом, педагогические основы пальчиковой гимнастики тесно связаны с наследием Марии Монтессори. Её методы опираются на естественные потребности ребёнка в движении и познании, при этом развитие мелкой моторики рассматривается как ключ к комплексному развитию интеллектуальных и речевых функций. Понимание этой методологической базы значительно расширяет возможности организации эффективных практических занятий, направленных на всестороннее развитие младших школьников.

### **3 Возрастные особенности обучающихся начальной школы при освоении пальчиковой гимнастики**

Развитие мелкой моторики у детей начальных классов происходит на базе продолжающегося формирования общих двигательных навыков, однако его темпы и качество существенно различаются в зависимости от возраста. Уже с раннего детства, начиная с младенчества, наблюдается последовательное освоение движений: от простых хватательных жестов до освоения более точных — например, пинцетного захвата, что формирует основу для последующего обучения письму и другим видам деятельности. У первоклассников, обычно в возрасте 6–7 лет, отмечается резкое ускорение развития мелкой моторики, связанное с активацией корковых зон мозга, отвечающих за координацию движений пальцев и ладони[26].

Физиологически дети этого возраста обладают ещё не полностью сформированными мышцами кистей и пальцев, что требует соответствующего строения упражнений — вначале несложных, помогающих укрепить базовые двигательные навыки. Кроме того, у младших школьников продолжается формирование нервных связей, что влияет на точность и координацию тонких движений. Именно поэтому упражнения пальчиковой гимнастики должны учитывать постепенное усложнение, позволяя ребёнку адаптироваться и развивать контроль над движениями поэтапно.

Психологические особенности детей 1–4 классов также влияют на процессы освоения пальчиковой гимнастики. В младших классах дети склонны к быстрому утомлению и обладают ограниченной концентрацией внимания, следовательно, продолжительность занятий должна быть оптимальной и сопровождаться элементами игровой мотивации. Кроме того, младшие школьники легче осваивают новые задачи, если они сопровождаются музыкальным или речевым сопровождением — стихотворениями или ритмическими текстами, что усиливает память и помогает лучше запомнить последовательность движений[15]. По мере взросления наблюдается увеличение объёма внимания и самостоятельности в выполнении упражнений.

Сложность заданий в пальчиковой гимнастике для детей начальной школы следует выстраивать в соответствии с возрастными особенностями. В первом классе упражнения преимущественно направлены на закрепление базовых навыков: захваты, простые манипуляции и ритмичные последовательности, доступные для понимания и исполнения малыми моторными группами. К третьему-четвёртому классу можно включать более сложные упражнения, требующие высокой координации, плавности и точности движений, а также интеграции речевых и двигательных компонентов, что помогает развивать синхронную работу мозга и рук[33].

Также необходимо учитывать индивидуальные особенности развития каждого ребёнка, поскольку темпы формирования моторных способностей могут значительно варьироваться. Наличие введённых уровней сложности позволяет педагогам адаптировать программу пальчиковой гимнастики под конкретные потребности группы или отдельного ученика, обеспечивая постепенный прогресс и предотвращая перегрузки. Такой подход способствует гармоничному развитию мелкой моторики, что, в свою очередь, оказывает положительное влияние на учебные успехи и общее психическое развитие ребёнка.

## Пальчиковая гимнастика

Поочередно пригибать пальцы к ладошке, начиная с мизинца. Затем большим пальцем касаться всех остальных — «будить». Одновременно с восклицанием «Ура!» кулачок разжать, широко расставив пальцы в стороны.

### ***Встали пальчики***

Этот пальчик хочет спать,  
Этот пальчик — прыг в кровать,  
Этот пальчик прикорнул,  
Этот пальчик уж заснул.  
Встали пальчики — «Ура!»  
В детский са



Рисунок 1 — Пальчиковая гимнастика для развития мелкой моторики у младших школьников

Таким образом, эффективное освоение пальчиковой гимнастики учащимися начальной школы требует учёта как физиологических, так и психологических особенностей детей 6–10 лет, постепенной дифференциации упражнений по сложности и применения мотивационных средств обучения. Это позволяет выстроить систему занятий, способствующих развитию мелкой моторики и подготовке к более сложным видам деятельности, таким как письмо и творческая работа с материалом[17].

#### **4 Классификация упражнений пальчиковой гимнастики для младших школьников**

Классификация упражнений пальчиковой гимнастики для младших школьников включает системное распределение по категориям сложности и видам движений, что обеспечивает последовательное развитие моторных навыков и возможность адаптации занятий под индивидуальные потребности ребёнка. Все упражнения ориентированы на активацию мозговой деятельности через развитие мелкой моторики и подготовку руки к письму, что является основой педагогической стратегии данной гимнастики [1].

Первая категория — упражнения на разогрев мышц кистей и пальцев. В эту группу входят движения, имитирующие работу с пластилином: скатывание шариков, брусочков, разминание лепёшек между ладонями, а также аналогичные движения между большим и остальными пальцами. Кроме того, включается упражнение «греем ладоши», заключающееся в интенсивном растирании ладоней друг о друга до появления тепла. Эти упражнения выполняются в самом начале комплекса и подготавливают мышцы и суставы к более сложным движениям, повышая их эластичность и снижая риск травм во время занятий [20][1].

Основной блок упражнений посвящён развитию мелкой моторики, который систематизирован по четырём уровням сложности и локализации движений: от кончиков пальцев к кисти, затем предплечью и плечевому поясу. Такое построение позволяет последовательно тренировать различные мышечные группы и нервные связи. Среди упражнений для кончиков пальцев выделяют поочерёдные касания большим пальцем каждого из остальных пальцев, моделирование различных фигур или форм; для кисти — сжатия и разжатия кулака, вращения и вибрационные движения; для предплечья — сгибание и разгибание руки в запястье, а для плечевого пояса — круговые и маятниковые движения. При этом упражнения могут выполняться как одной рукой, так и двумя одновременно, что развивает симметрию и координацию обеих сторон тела [18][1].

Третья категория — упражнения на напряжение и расслабление мышц. Они направлены на повышение контроля над двигательным аппаратом, снятие мышечных зажимов и профилактику переутомления. Например, напряжение пальцев с последующим медленным расслаблением или вибрационные движения кистью создают мышечный тонус и улучшают трофику тканей. Важно, что такие упражнения способствуют формированию осознанного движения, что является залогом успешного освоения последующих моторных навыков и подготовки к письму [20].

Все упражнения пальчиковой гимнастики разделены по уровню сложности с учётом возможности усложнения движений: от простых скатываний и растираний до координационных задач с использованием обеих рук, ритмичных последовательностей и интеграции речевого сопровождения. Это позволяет педагогам и родителям гибко подбирать упражнения для каждого этапа освоения гимнастики, обеспечивая плавный прогресс и развитие как моторики, так и когнитивных функций.

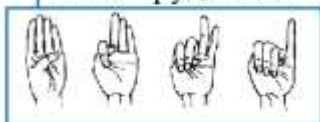
Продолжительность каждого комплекса составляет от полутора до трёх минут и включает 4–6 упражнений, что оптимально для поддержания концентрации детей и предотвращения переутомления. Цикличность занятий и чередование упражнений с различной направленностью улучшают как физическую, так и эмоциональную восприимчивость ребёнка, способствуя раскрытию творческих способностей и развитию художественного мышления [10][1].

Данная классификация создаёт методологическую основу для последующего практического раздела работы, где представлен подробный разбор каждого упражнения, инструкции по выполнению и рекомендации по реализации в условиях образовательного процесса. Такая систематизация облегчает педагогам планирование занятий и обеспечивает преемственность в освоении движений, что отражается на общей эффективности комплекса пальчиковой гимнастики для младших школьников.



## Пальчиковая гимнастика

Кто в деревне живет?  
 Лежебока – рыжий кот.  
 Маленький теленок,  
 Желтенький цыпленок,  
 Белая овечка,  
 Мышка под крылечком!  
 Раз, два, три, четыре, пять,  
 Их не трудно сосчитать!



Дождик, дождик, что ты льешь?		Показываем брызги пальчиками.
Погулять нам не дашь?		Шагаем пальчиками.
Я водою дождевою Землю мою, мою, мою.		Складываем ладошки и потираем руки друг о друга.
Мою крышу и забор,		Показываем крышу.
Мою улицу и двор.		Показываем, какой большой двор.

Рисунок 2 — Классификация и примеры упражнений пальчиковой гимнастики с разбивкой по уровню сложности и техническим характеристикам

## **5 Разработка ритмических стихотворений и правил для сопровождения упражнений**

Музыкально-ритмическое сопровождение является важным элементом пальчиковой гимнастики для младших школьников, поскольку оно создаёт эмоционально положительный фон, способствует вовлечённости детей и повышает эффективность усвоения двигательных навыков. Ритм и мелодика стихотворений задают темп выполнения упражнений, формируют у детей чувство ритма и способствуют слаженным действиям в группе, что особенно важно для развития координации и внимательности [13]. При этом стихотворные тексты могут использоваться не только как средство мотивации, но и как удобный инструмент для проговаривания последовательности движений.

При разработке рифмованных стихов особое внимание уделяется их игровому характеру и яркой образности. В стихах часто фигурируют знакомые детям персонажи и предметы — «Петрушка», «Зайка», «Мячик», «Снежинка» — что вызывает положительный эмоциональный отклик и побуждает к активному участию в гимнастике. Повторяющиеся рифмы и ритмичные фразы облегчают запоминание текстов и помогают детям лучше ориентироваться во времени исполнения движений. Кроме того, включение в стихи команды и обращения к «друзьям» создаёт атмосферу игрового общения и поддерживает желание двигаться [14][31].

Использование рифмованных стихотворений способствует развитию не только моторики, но и речевых навыков, поскольку при проговаривании движений у детей тренируется аудиовосприятие, речевая память и фонематический слух. Простая и ясная структура ритмических текстов, содержащая чёткие инструкции по выполнению, облегчает детям понимание и выполнение упражнений и стимулирует самостоятельность. Частая смена ритмических комплексов с включением различных игровых образов обеспечивает разнообразие занятий и снижает утомляемость, поддерживая мотивационный потенциал гимнастики [4].

Кроме того, стихотворные сопровождения создают у детей положительную установку к движению, помогая формировать привычку к активной жизненной позе. Взаимодействие речи и движения усиливает интеграцию сенсорных и моторных функций, что положительно сказывается на общем развитии ребёнка. Игровой элемент, заложенный в стихотворных текстах, также способствует социализации и развитию коммуникативных навыков, поскольку дети учатся совместным действиям, имитации и согласованным движениям в группе [7].

Таким образом, создание ритмических стихотворений и правил для сопровождения пальчиковой гимнастики является эффективным способом повышения интереса и мотивации младших школьников к занятиям. Музыкально-ритмическое сопровождение облегчает процесс запоминания последовательности движений, улучшает координацию и речевое развитие, а также способствует формированию положительных эмоциональных и коммуникативных навыков, что в комплексном подходе повышает качество и результативность гимнастических занятий.

## **6 Практические рекомендации по проведению занятий пальчиковой гимнастикой в школе**

Оптимальные условия для проведения занятий пальчиковой гимнастикой в начальной школе включают комфортное, хорошо освещённое и просторное помещение, где дети могут свободно размещать руки и удобно сидеть за партами. Желательно организовать группу так, чтобы педагог имел возможность наблюдать за каждым ребёнком, своевременно корректируя выполнение упражнений. Важна предварительная подготовка: руки должны быть чистыми и тёплыми, а пространство — без излишних отвлекающих факторов. Это способствует концентрации внимания и созданию спокойной атмосферы, необходимой для эффективной тренировки мелкой моторики[21].

Частота проведения занятий должна быть регулярной и систематической — оптимально включать пальчиковую гимнастику в структуру каждого учебного дня. Рекомендуется выделять время для упражнений как минимум дважды: в начале урока для активации моторных и когнитивных функций, а также в середине, чтобы снять напряжение и восстановить внимание. Такой подход помогает повысить работоспособность и способствует профилактике утомления, связанного с длительным сидением и концентрацией учебной деятельности[23]. Включение гимнастики в динамические паузы между уроками или во время утренней зарядки усиливает её положительное влияние на организм и мозговую деятельность.

Длительность каждого занятия следует планировать с учётом возрастных особенностей детей: для учащихся 1–2 классов общий комплекс должен занимать не более 3–5 минут, что соответствует оптимальной продолжительности концентрации внимания у младших школьников. Для детей 3–4 классов разрешена постепенная увеличенная длительность — до 7 минут, с обязательным разбиванием упражнений на небольшие блоки с паузами для расслабления. Это помогает избежать переутомления и сохранить интерес к занятиям на протяжении всего учебного процесса[12].

При организации последовательности упражнений важно начинать с лёгких и разогревающих движений — мягкого массажа и поглаживания кистей и пальцев, что улучшает кровообращение и подготавливает мышцы к более активной работе. Следующие упражнения включают игровые движения с последовательным усложнением, сочетаемые с речевым сопровождением для развития координации и речевых навыков. Завершать занятие полезно расслабляющими движениями и лёгким растиранием, что нормализует мышечный тонус и снижает напряжение. Такая структура занятий учитывает физиологию и психологию младших школьников, способствует формированию устойчивых навыков и мотивации[30].

Применение разнообразных игровых элементов и предметов в ходе занятий стимулирует интерес и обеспечивает широкое развитие моторных и когнитивных функций. Педагогу рекомендуется активно использовать стихотворные тексты и ритмичные фразы для сопровождения движений, что повышает вовлечённость и помогает детям легче запоминать последовательность упражнений. Важно чередовать упражнения с активной речевой составляющей и более спокойными, расслабляющими, поддерживая динамичность и эмоциональный подъём[21].

Адаптация занятий под конкретную классную динамику требует учёта индивидуальных особенностей развития каждого ребёнка и общего настроения коллектива. При выявлении усталости или снижения интереса к гимнастике рекомендуется сокращать продолжительность комплексов или вводить игровые паузы. В случае необходимости можно разделить группу на подгруппы, предлагая дифференцированные комплексы упражнений с разным уровнем сложности. Также важно поощрять детей за активность и правильное выполнение упражнений, что усиливает мотивацию и положительное отношение к занятиям[8].

Таким образом, организация пальчиковой гимнастики в начальной школе должна базироваться на систематическом и регулярном проведении коротких, структурированных и эмоционально насыщенных занятий, совмещающих

массаж, игровые упражнения и речевое сопровождение. Гибкий подход к выбору упражнений и их последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей класса создаёт условия для устойчивого развития мелкой моторики и речевых навыков, подготавливая младших школьников к успешному обучению и творческому развитию[21][23][12][30][8].

## **7 Методы оценки эффективности пальчиковой гимнастики у младших школьников**

Оценка эффективности пальчиковой гимнастики у младших школьников требует комплексного подхода, включающего количественные и качественные методы измерения изменений в развитии мелкой моторики и когнитивных функций. Основными инструментами служат специальные диагностические задания, адаптированные под возраст детей, а также наблюдение и анализ исполнения упражнений. Важно помнить, что диагностика должна проводиться регулярно для отслеживания динамики и своевременной коррекции занятий, что соответствует рекомендациям по организации практических занятий в школе[28].

Среди диагностических методик выделяются задания, направленные на оценку автоматизации движений и координации пальцев. Например, тест «Давай поздороваемся» по Артемьевой А.В. позволяет выявить уровень развития исполнительских навыков ведущей руки, что связано с моторной автоматизацией[6]. Задание «Уложи монеты в коробку», разработанное Н.О. Озерецким и Н.И. Гуревичем, оценивает способность точного и согласованного управления пальцами при работе с мелкими предметами. Использование подобных тестов позволяет объективно зафиксировать изменения в ловкости, точности и скорости движений после прохождения комплекса пальчиковой гимнастики[3][6].

Пальчиковая гимнастика сопровождается речевой активностью — чтением стихов и потешек, что активизирует не только моторику, но и когнитивные функции: внимание, память, речь и мышление. Регулярная оценка этих показателей осуществляется через наблюдение и педагогическую диагностику, которые фиксируют качество словесной регуляции движений ребёнка, способность к концентрации и разнообразию моторных реакций. Такой интегрированный подход к оценке позволяет выявить положительную корреляцию между развитием мелкой моторики и улучшением учебной деятельности в целом[32].

Практические рекомендации по проведению занятий предусматривают систематическую и регулярную диагностику с учётом индивидуальных особенностей детей. Важно адаптировать уровень сложности тестовых заданий и упражнений, чтобы избежать перегрузок и сохранить мотивацию. Это позволяет создать условия для эффективного отслеживания прогресса и внесения необходимых корректив в программу, что особенно актуально при групповой работе с младшими школьниками[28][9].

Педагогические наблюдения подтверждают, что применение пальчиковой гимнастики способствует значительному повышению ловкости рук, улучшению координации и концентрации внимания детей. По результатам исследований, раннее выявление и развитие мелкой моторики снижает вероятность возникновения трудностей с письмом и речевой активностью. Таким образом, систематическая диагностика и оценка эффективности занятий играют роль ключевых инструментов повышения качества обучения и поддержки психомоторного развития школьников[32][9].

Использование комплексного подхода к оценке, включающего тестовые задания, наблюдение за движениями и анализ речевых показателей, позволяет сформировать объективную картину развития ребёнка. В дальнейшем это станет основой для обсуждения практических результатов применения пальчиковой гимнастики, определения её влияния на учебные успехи и общее психофизическое состояние младших школьников. Такая методологическая подготовка обеспечит обоснованное внедрение гимнастики в образовательный процесс и оптимизирует работу педагогов и родителей по развитию ключевых навыков у детей[3][32].

## **8 Анализ результатов внедрения программы пальчиковой гимнастики в школах**

Пилотные исследования по внедрению программы пальчиковой гимнастики в школьных учреждениях показали положительные изменения у детей младшего возраста в нескольких ключевых направлениях развития. Во-первых, отмечено существенное улучшение мелкой моторики рук, что значительно облегчает процесс обучения письму. Дети стали более уверенно владеть кистью и пальцами, уменьшилась утомляемость при выполнении письменных заданий. Такая моторная тренировка способствует не только развитию ручных навыков, но и укрепляет сенсомоторные связи, необходимые для эффективного усвоения учебного материала.

Во-вторых, выполнение комплекса упражнений в игровой форме способствовало улучшению когнитивных функций: внимания, памяти и мышления. Усталость снизилась, а дети стали демонстрировать более высокий уровень концентрации на уроках, что положительно отражается на качестве их учебной деятельности. В процессе занятий наблюдалось улучшение речевых навыков: тренировка пальцев и одновременное проговаривание стихотворений способствовали коррекции произношения звуков, уменьшению речевых затруднений, с которыми сталкиваются около половины учеников начальных классов.

Кроме того, систематическое использование пальчиковой гимнастики усилило эмоциональный комфорт детей в классе. Игровые упражнения поддерживали положительный эмоциональный настрой и способствовали формированию коммуникативных навыков, что отражалось в улучшении взаимоотношений как среди сверстников, так и с педагогами. Родительская активность в поддержании занятий дома усиливала эффект от комплекса, способствуя закреплению положительных изменений и созданию благоприятной среды для развития ребёнка.

Полученные данные подтверждают, что интеграция пальчиковой гимнастики в режим уроков русского языка, математики, изобразительной

деятельности и трудового обучения существенно повышает эффективность образовательного процесса. Методика помогает адаптировать младших школьников к требованиям учебы, поддерживает развитие моторики и речи, формирует устойчивую мотивацию к обучению. На основании полученных результатов программа рекомендована к широкому применению педагогами начальной школы как действенный инструмент повышения качества образования и комплексного развития детей[22][8][25][2].



Рисунок 3 — Формы работы и упражнения пальчиковой гимнастики в начальной школе

## Заключение

В ходе подготовки и внедрения комплекса из 50 занятий пальчиковой гимнастики для обучающихся начальных классов была решена задача систематизации упражнений с учётом возрастных особенностей и уровней сложности. Такой подход обеспечил последовательное и многоуровневое развитие мелкой моторики, что стало основой для формирования у детей координации движений и речевых навыков. Разработка ритмических стихотворений и правил сопровождения придала занятиям игровую и эмоционально насыщенную форму, повысив мотивацию младших школьников и облегчая запоминание последовательности движений. Это подтвердило необходимость интеграции речевых компонентов в гимнастику для комплексного формирования психомоторных и когнитивных функций.

Теоретические основы, опирающиеся на методики Марии Монтессори и современные педагогические исследования, позволили выявить ключевые принципы эффективного развития мелкой моторики у детей 6–10 лет. Учет возрастных и индивидуальных особенностей обеспечил адаптацию упражнений под разные уровни готовности и личные потребности обучающихся, что исключило избыточные нагрузки и способствовало позитивному эмоциональному восприятию занятий. Практические рекомендации для педагогов и родителей создали условия системного и комплексного внедрения гимнастики в учебный процесс и домашнюю среду.

Применение методик оценки эффективности включало как количественные, так и качественные показатели, что позволило судить о положительной динамике в развитии движений, улучшении координации и речевой активности. Анализ результатов апробации комплекса в образовательных учреждениях подтвердил улучшение моторных умений детей, повышение внимания, памяти и общей учебной успешности. Помимо физических изменений, занятия пальчиковой гимнастикой положительно сказались на эмоциональном состоянии детей, формировании коммуникативных

навыков и укреплении мотивации к обучению, что важно для гармоничного развития младших школьников.

Таким образом, комплекс пальчиковой гимнастики доказал свою эффективность как многофункциональный педагогический инструмент, способствующий развитию ключевых психомоторных и когнитивных навыков у начальных школьников. Его систематическое использование может стать важной составляющей образовательной программы, направленной на успешную адаптацию детей к школьным требованиям и стимулирование их творческого и умственного потенциала. Продолжение исследований и совершенствование методического обеспечения позволит расширить применение гимнастики, учитывая разнообразие индивидуальных особенностей и образовательных контекстов.

Реализация проекта внесла значимый вклад в повышение качества начального образования и дала практические инструменты педагогам и родителям для развития мелкой моторики и речевых навыков у младших школьников. Полученные результаты свидетельствуют о важности интеграции пальчиковой гимнастики в повседневную учебную практику, что способствует своевременному развитию необходимых ребёнку умений и поддерживает положительную динамику обучения и общего развития.

## **Приложение «Пальчиковая гимнастика, или 50 упражнений для развития мышц пальцев, кистей, запястий обучающихся начальной школы, имеющих проблемы мелкой моторики, координации движений и сенсорной интеграции»**

### **Упражнения разогрева мышц и суставов кистей рук**

1. Вращение в запястьях, пальцы сцеплены в замок — 15 раз.
  2. Вытягивание рук со сцепленными пальцами перед собой или вверх, до максимального растяжения — 10 раз, в каждом повторении нужно удерживать позицию не менее 5 секунд.
  3. Медленное сгибание всех пальцев и медленное распрямление, запястья неподвижны — 20 раз.
  4. Медленное сгибание и распрямление каждого пальца отдельно — по 10 раз для каждого пальца.
  5. Сгибание и разгибание в запястье — 15 раз для каждой руки.
  6. Отведение и приведение в запястье (боковые наклоны) — 15 раз для каждой руки.
  7. Растирание ладоней.
  8. Разминание каждого пальца от кончика к основанию
  9. Катание массажных мячиков с шипами или грецких орехов.
- Движения должны быть плавными и без резких рывков, их нужно. Каждое упражнение заканчивать расслаблением кисти (например, потрясти рукой).

### **Игры**

1. «Сорока-ворона». Взрослый водит указательным пальцем по ладонке ребёнка круговыми движениями и рассказывает стихотворение. По очереди берёт кончик каждого пальчика, покачивает и загибает его к ладонке.
2. «Пальчики в лесу». Взрослый по очереди трогает пальцы ребёнка, двигаясь от мизинца к большому: «Этот пальчик ел малинку, этот пальчик нес корзинку, этот пальчик в мяч играл, этот книжку им читал. Ну а этот к ним пришёл, на поляне их нашёл».

**3.«Наши пальчики».** Взрослый складывает пальчики ребёнка в кулачок и затем разгибает их, начиная с большого и заканчивая мизинцем: «Этот пальчик самый главный, этот пальчик самый славный, этот пальчик всех длинней, этот пальчик всех умней, ну а этот — самый младший. Где же будет пальчик старший?»).

**4.«Пластилиновые колбаски».** Предложить ребёнку отщипнуть от пластилина небольшой кусочек, затем покатавать его ладонью так, чтобы получилась длинная колбаска, затем свернуть колбаску в спираль. Сделать несколько колбасок разной толщины и сравнить, какую оказалось легче катать и сворачивать.

**5.«Пластилиновые точки».** Слепить животное или растение и добавить несколько мелких деталей: глазки и носик, точки-украшения. Чтобы разместить пластилиновые точки в нужных местах, требуется ловкость: сначала кончиками пальцев отщипнуть кусочки нужного размера, затем с помощью подушечек пальцев скатать из кусочков шарики, аккуратно сплющить каждый шарик и разместить точку на нужном месте и аккуратно прижать.

**6.«Нарезка».** Потребуется одноразовый пластиковый ножик или специальный стек для лепки. Предложить ребёнку слепить несколько фигур — шар, колбаску, плоский квадрат, а затем нарезать их на части с помощью ножа. Так тренируются мышцы кисти и пальчиков.

**7.«Мазки».** Для упражнения лучше выбрать мягкий и достаточно липкий пластилин. Попросить ребёнка оторвать побольше маленьких кусочков, а затем размазывать их по одному по специальной подложке или картону. Движение должно получиться таким: сначала подушечка пальца ставится на пластилин, затем одним мягким нажатием он расплющивается в виде «капельки».

**8.9.Игры «Волшебный мешочек» и «Узнай, что это».**

### **Материалы для тактильных игр**

*Природные материалы:* сухие листья различных деревьев, семена гороха, тыквы, кукурузы, фасоли и т. д., трава (верхушки), сосновые шишки, папоротник, кора, желуди, веточки, цветы, галька, ракушки, водоросли, камни,

пучки травы, соломинки, перья, рыбная чешуя, скорлупа грецких орехов и яиц, мох, кукурузная шелуха, дробленый горох, обрезки тростника, кокосы, рис и др.

*Упаковочные материалы:* веревочки, крышки, стружка, бечевка, опилки, лотки для мяса, этикетки, нитки, сеточки для лука, крышки от банок и бутылок, пробки, консервные банки, гофрированный картон, упаковки от яиц, картонные коробки, папиросная бумага, пакеты от печенья, пенопласт, полиэтиленовые пакеты с пузырями, полистирол, палочки от мороженого, пластиковые части от сумок, картонные трубки от рулонов фольги и маленьких пакетов, фантики от леденцов, фольга, лента, игральные карты, части коробок от шоколада, цветочная упаковка, упаковочная бумага, целлофан и др.

*Бытовые мелочи:* губка, мех, шерсть, кожа, войлок, замша, наждачная бумага, линолеум, цепочки, тесьма, соломинки от веника, кружево, гвозди, нитки из хлопка, пуговицы, чулки, носки, обои, мягая газета, монетки, зубочистки, ершики для трубок, резинка, пряжки, катушки, полотенца, бусины, заколки, бумажные стаканчики, мраморные шарики, конфетти, стразы, прищепки, салфетки, бумажные полотенца, бумажные формочки от пирожных, пемза и др. Можно использовать: разные по качеству щетки для одежды (мягкие, жесткие, с густой или редкой щетиной), зубные щетки, пуховку, метелочку из перьев, помпоны, бутылочный ершик, кондитерскую кисть, кисточку от лака для ногтей, кисточки для макияжа и т. п.

### **Упражнения на напряжение и расслабление мышц**

1. Руки прямые лежат на столе. Поднимаем кисти вверх и вниз. Повторяем 10 раз.
2. Кисти на край стола. Большой палец отводим вниз за край стола и обратно в и.п. Повторяем 10 раз.
3. Кисти на столе, большой палец отведен, поднимаем только пальцы вверх и вниз (ладони не отрываем от стола).
4. Кисти на столе, параллельно друг к другу. Приведение в луч. зап. суставе (внутри)

5. Кисти на столе. С напряжением собрать пальцы в неполный кулачок и расслабить.
6. Кисти на столе. Развести пальцы в стороны и соединить.
7. Быстро растереть ладони, похлопать. Руки опустить и расслабить.
8. Локти на столе и вместе. Ладони тоже вместе. Разводим локти в стороны до упора (ладони не разъединяем) и соединяем.
9. Локти вместе, ладони вместе. Развели пальцы в стороны и с напряжением сжали в кулачок.
10. Локти вместе, ладони вместе. Делаем цветочек (раскрываем бутончик).
11. Локти вместе, ладони вместе. Развели пальцы веером и соединили вместе.
12. Локти на столе и вместе, ладони вместе, наклоны вправо и влево.
13. Локти на столе. Тянемся пальцами вверх, напрягая и расслабляя.
14. *Быстро растереть ладони, похлопать. Руки опустить и расслабить.*
15. Ладони на ребре. Делаем воротики пальцами, открыли воротики и закрыли.
16. Ладони на ребре. Воротики всей кистью.
17. Ладони на ребре, поднимаем большой палец вверх и опускаем.
18. Ладони на ребре. Отведение каждого пальца вверх (кроме мизинца).
19. Ладони на ребре, круговые движения большим пальцем к себе.
20. Ладони на ребре, каждый пальчик здоровается с большим пальцем.
21. Ладони на ребре, пальцы в полсилы сжать и выпрямить.
22. Руки вперед, пальцы в кулаке, круговые движения кистью к себе.

**Упражнения для пальцев с мелкими предметами** помогают развивать мелкую моторику, координацию движений и точность хвата.

**1. Игры с крупами.** В ёмкости смешивают два вида крупы, например, рис и гречку, и предлагают рассортировать их по разным контейнерам. Усложнить задание можно, добавив в смесь бусины, пуговицы или мелкие камешки.

**2. Складывание мелких игрушек** в прозрачную ёмкость попеременно правой и левой рукой тренирует координацию и ловкость.

**3.Сортировка мелких предметов** по цвету, форме, размеру. Важно, чтобы ребёнок захватывал предметы щепотью (тремя пальчиками) или способом «пинцетного захвата» (двумя пальчиками — большим и указательным).

**4.Пересыпание** разных сыпучих веществ из одной посуды в другую с помощью воронки, совка или ложки. Можно пересыпать песок, крупу, горох, чечевицу.

**5.Наполнение бутылки мелкими предметами.** В пластиковую бутылку можно опускать фасоль, камешки, шарики. Важно показать ребёнку, как правильно выполнять упражнение: захватывать мелкие предметы щепотью или двумя пальцами, придерживать бутылку одной рукой, а другой рукой брать по одной детали.

**6.Выкладывание по определённому направлению** из мелких предметов: дорожки, геометрических фигур, изображения предмета (можно произвольно, можно по начерченному на листе бумаге контуру).

**Важно:** подобные занятия стоит проводить аккуратно, не оставляя ребёнка без присмотра, чтобы он не проглотил, не вдохнул мелкий предмет и не поранился.

**7. Игра с использованием пинцета.** Понадобится много мелких предметов, хорошо, если они будут разными (пуговицы, бусины, крупа). При помощи щипцов или пинцета можно перекладывать их из одной ёмкости в другую, разделять по категориям или даже складывать в разные формы.

**8.«Ванна» из крупы или камешков.** Насыпать в глубокую миску крупу или камушки, погрузить ладони в «ванну» и перебирать пальцами содержимое.

**9.Упражнения с прищепкой.** Собирать мелкие предметы прищепкой и перекладывать из одной кучки в другую. Если сложно сжимать прищепку, можно использовать щипцы.

**Рекомендации:** выполнять упражнения сначала ведущей рукой, затем противоположной, после обеими руками. Расслаблять руки после каждого упражнения. Также упражнения следует сочетать с массажем: растирать, поглаживать, разминать руки, сжимать и разжимать пальцы.

## Библиография

1. Microsoft Word - ДУД°Д»ЅЅЅ... [Электронный ресурс] // school46.tgl.ru - Режим доступа: [https://school46.tgl.ru/sp/pic/File/PDF/Methodicheskie\\_dokumenty/Palchikovaya\\_gimnastika.pdf](https://school46.tgl.ru/sp/pic/File/PDF/Methodicheskie_dokumenty/Palchikovaya_gimnastika.pdf), свободный. - Загл. с экрана
2. Актуальность пальчиковой гимнастики и роль ее в режиме... [Электронный ресурс] // domznaniya.ru - Режим доступа: <https://domznaniya.ru/page/aktualnost-palchikovooy-gimnastiki-i-rol-ee-v-rejime-nachalnoy-shkoly-3503981857/>, свободный. - Загл. с экрана
3. Аналитическая справка по результатам анкетирования... [Электронный ресурс] // ds124.centerstart.ru - Режим доступа: <https://ds124.centerstart.ru/sites/ds124.centerstart.ru/files/archive/%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D1%80.pdf>, свободный. - Загл. с экрана
4. Веселая зарядка в стихах | Дефектология Проф [Электронный ресурс] // www.defectologiya.pro - Режим доступа: [https://www.defectologiya.pro/zhurnal/veselaya\\_zaryadka\\_v\\_stixah/](https://www.defectologiya.pro/zhurnal/veselaya_zaryadka_v_stixah/), свободный. - Загл. с экрана
5. Вспоминается известное высказывание Л. Н. Толстого о пер [Электронный ресурс] // detstvo-press.ru - Режим доступа: <https://detstvo-press.ru/upload/iblock/8dd/8ddd05f1765aabad3f9cd44e9bbfcbd9.pdf>, свободный. - Загл. с экрана
6. Выявление уровня развития мелкой моторики рук дошкольников... [Электронный ресурс] // solncesvet.ru - Режим доступа: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/vyyavlenie-urovnya-razvitiya-melkoj-moto.16054839225/>, свободный. - Загл. с экрана
7. Зарядка в стихах для детей 3-4 лет в детском саду [Электронный ресурс] // kladraz.ru - Режим доступа: <https://kladraz.ru/blogs/kryuchkovoi-svetlany/vesyolaja-zarjadka-dlja-detei-mladshego-vozrasta-v-detskom-sadu.html>, свободный. - Загл. с экрана

8. Использование пальчиковой гимнастики в работе с учащимися... [Электронный ресурс] // [www.azbyka.kz](http://www.azbyka.kz) - Режим доступа: <https://www.azbyka.kz/ispolzovanie-palchikovoy-gimnastiki-v-rabote-s-uchashchimisya-mladshih-klassov>, свободный. - Загл. с экрана

9. Исследование эффективности пальчиковой гимнастики... [Электронный ресурс] // [nagoroh.ru](http://nagoroh.ru) - Режим доступа: <https://nagoroh.ru/p/project/issledovanie-effektivnosti-palcikovoi-gimnastiki-v-razvitii-melkoi-motoriki-ruk-u-detei-doskolnogo-vozrasta>, свободный. - Загл. с экрана

10. Картинки по запросу "классификация упражнений пальчиковой гимнастики для детей начальной школы" [Электронный ресурс] // [yandex.ru](http://yandex.ru) - Режим доступа: <https://yandex.ru/images/search?text=%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%84%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F+%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9+%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%87%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9+%D0%BD%D0%B0%D1%87%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B9+%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8B>, свободный. - Загл. с экрана

11. Картинки по запросу "перспективы развития методов пальчиковой гимнастики в образовании" [Электронный ресурс] // [yandex.ru](http://yandex.ru) - Режим доступа: <https://yandex.ru/images/search?text=%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D1%8B+%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F+%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%B2+%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%87%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8+%D0%B2+%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8>, свободный. - Загл. с экрана

12. Картинки по запросу "проведение пальчиковой гимнастики в начальной школе советы педагогам" [Электронный ресурс] // yandex.ru - Режим доступа:

<https://yandex.ru/images/search?text=%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5+%D0%BF%D0%B0%D0%B%D1%8C%D1%87%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8+%D0%B2+%D0%BD%D0%B0%D1%87%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B9+%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B5+%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%8B+%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC>,

свободный. - Загл. с экрана

13. Комплексы утренней гимнастики в стихотворной форме для... [Электронный ресурс] // ped-kopilka.ru - Режим доступа: <https://ped-kopilka.ru/blogs/elena-vasilevna-oleinikova/kompleksy-utrennei-gimnastiki-v-stihotvornoj-forme-dlja-detei-mladshego-doshkolnogo-vozrasta.html>, свободный. - Загл. с экрана

14. Комплексы утренней гимнастики со стихами [Электронный ресурс] // [www.art-talant.org](http://www.art-talant.org) - Режим доступа: <https://www.art-talant.org/publikacii/19099-kompleksy-utrenney-gimnastiki-so-stihami>, свободный. - Загл. с экрана

15. Жиркова А.М. МЕЛКАЯ МОТОРИКА У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. 2013. №17. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/melkaya-motorika-u-detej-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (10.12.2024).

16. Методика Монтессори | Nutrilak [Электронный ресурс] // [nutrilak.com](http://nutrilak.com) - Режим доступа: [https://nutrilak.com/article/metodika\\_montessori/](https://nutrilak.com/article/metodika_montessori/), свободный. - Загл. с экрана

17. Методическая рекомендация «Развитие мелкой моторики...» [Электронный ресурс] // [www.art-talant.org](http://www.art-talant.org) - Режим доступа: <https://www.art-talant.org/publikacii/8947-metodicheskaya-rekomendaciya--razvitie-melkoy->

motoriki-u-detey-mladshego-shkolynogo-vozrasta-na-zanyatiyah-izobrazitelynogo-iskusstva, свободный. - Загл. с экрана

18. Мини-сборник упражнений пальчиковой гимнастики [Электронный ресурс] // урок.рф - Режим доступа: [https://урок.рф/library/mini\\_sbornik\\_uprazhnenij\\_palchikovoj\\_gimnastiki\\_181812.html](https://урок.рф/library/mini_sbornik_uprazhnenij_palchikovoj_gimnastiki_181812.html), свободный. - Загл. с экрана

19. Опубликованные материалы: Актуальность пальчиковой... [Электронный ресурс] // solncesvet.ru - Режим доступа: <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/aktualnost-palchikovoy-gimnastiki-v-rabo.12164405680/>, свободный. - Загл. с экрана

20. Пальчиковая гимнастика для [Электронный ресурс] // school136.ucoz.ru - Режим доступа: [https://school136.ucoz.ru/vasia/palchikovaja\\_gimnastika\\_dlja\\_mladshikh\\_shkolnikov.pdf](https://school136.ucoz.ru/vasia/palchikovaja_gimnastika_dlja_mladshikh_shkolnikov.pdf), свободный. - Загл. с экрана

21. Пальчиковая гимнастика как коррекционно... [Электронный ресурс] // педпроект.рф - Режим доступа: <https://педпроект.рф/conf-07-2023-pb-5818/>, свободный. - Загл. с экрана

22. Гимальдинова З.Р. Пальчиковая гимнастика как метод развития моторики рук в начальной школе // Наука и современность. 2013. №24. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/palchikovaya-gimnastika-kak-metod-razvitiya-motoriki-ruk-v-nachalnoy-shkole> (10.12.2024).

23. Пальчиковая гимнастика как основной вид упражнений для... [Электронный ресурс] // urok.1sept.ru - Режим доступа: <https://urok.1sept.ru/publication/122591>, свободный. - Загл. с экрана

24. Развитие мелкой моторики [Электронный ресурс] // madou29.kiredu.ru - Режим доступа: <http://madou29.kiredu.ru/wp-content/uploads/2017/02/Razvitie-melkoj-motoriki.pdf>, свободный. - Загл. с экрана

25. Развитие мелкой моторики для развития речи детей начальных... [Электронный ресурс] // урок.рф - Режим доступа:

[https://урок.пф/library/razvitie\\_melkoj\\_motoriki\\_dlya\\_razvitiya\\_rechi\\_detej\\_n\\_082043.html](https://урок.пф/library/razvitie_melkoj_motoriki_dlya_razvitiya_rechi_detej_n_082043.html), свободный. - Загл. с экрана

26. Развитие мелкой моторики руки у младших школьников [Электронный ресурс] // [www.defectologiya.pro](http://www.defectologiya.pro) - Режим доступа: [https://www.defectologiya.pro/zhurnal/razvitie\\_melkoj\\_motoriki\\_ruki\\_u\\_mladshix\\_shkolnikov/](https://www.defectologiya.pro/zhurnal/razvitie_melkoj_motoriki_ruki_u_mladshix_shkolnikov/), свободный. - Загл. с экрана

27. Роль пальчиковых игр в развитии мелкой моторики рук детей... [Электронный ресурс] // [scienceforum.ru](http://scienceforum.ru) - Режим доступа: <https://scienceforum.ru/2021/article/2018028176>, свободный. - Загл. с экрана

28. СОДЕРЖАНИЕ [Электронный ресурс] // [elib.pnzgu.ru](http://elib.pnzgu.ru) - Режим доступа: <https://elib.pnzgu.ru/files/eb/doc/h2FY1FBQuN5e.pdf>, свободный. - Загл. с экрана

29. Система Монтессори: суть, принципы, достоинства и недостатки [Электронный ресурс] // [gb.ru](http://gb.ru) - Режим доступа: <https://gb.ru/blog/sistema-montessori/>, свободный. - Загл. с экрана

30. Советы специалистов [Электронный ресурс] // [korolevedu.ru](http://korolevedu.ru) - Режим доступа: [https://korolevedu.ru/education/additional/advice/index.php?ELEMENT\\_ID=2708](https://korolevedu.ru/education/additional/advice/index.php?ELEMENT_ID=2708), свободный. - Загл. с экрана

31. Стихи с движением для детей [Электронный ресурс] // [smeshariki-volokdou9.edumsko.ru](http://smeshariki-volokdou9.edumsko.ru) - Режим доступа: <https://smeshariki-volokdou9.edumsko.ru/folders/post/2673898>, свободный. - Загл. с экрана

32. Федеральное государственное бюджетное образовательное... [Электронный ресурс] // [vkr.pspu.ru](http://vkr.pspu.ru) - Режим доступа: [https://vkr.pspu.ru/uploads/10253/Zapol'skih\\_vkr.pdf](https://vkr.pspu.ru/uploads/10253/Zapol'skih_vkr.pdf), свободный. - Загл. с экрана

33. Федеральное государственное бюджетное образовательное... [Электронный ресурс] // [elib.kspu.ru](http://elib.kspu.ru) - Режим доступа: <https://elib.kspu.ru/get/122362>, свободный. - Загл. с экрана