

ББК 74.100.5
Н60

Нищева Н. В.

Н60 Пальчиковая гимнастика с карандашами, мячиками су-джок, природными материалами. С 5 до 8 лет. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2026. — 32 с., цв. ил.

ISBN 978-5-908088-11-4

В книжке представлены упражнения пальчиковой гимнастики, которые способствуют развитию межполушарного взаимодействия, мелкой моторики, ловкости, координации речи с движением, воспитанию чувства ритма. Они помогут подготовить руку ребенка к процессу формирования графомоторных навыков.

Рекомендовано педагогам ДОУ и детских развивающих центров, родителям дошкольников.

Главный редактор С. Д. Ермолаев
Редактор Е. А. Ушакова
Художник Н. Эрстед
Корректор Т. В. Никифорова
Дизайн, верстка С. А. Козубченко

ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
194044, г. Санкт-Петербург, а/я 858. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru
www.detstvo-press.ru

Подписано в печать 29.01.2026.
Формат 70×100 $\frac{1}{16}$. Бумага офсетная. Печать офсетная.
Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 2,0. Тираж 1 500 экз. Заказ №

Отпечатано в типографии: «ПК Эталон»,
198097, Россия, г. Санкт-Петербург,
ул. Трефолева 2БН, тел. (812) 603-777-9
www.etalon.press



ISBN 978-5-908088-11-4

© Н. В. Нищева, 2026
© Н. Эрстед, иллюстрации, 2026
© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», оформление, 2026

Уважаемые педагоги и родители!

В последнее время все больше учащихся начальной школы испытывает трудности при обучении письму. Учителя жалуются на то, что у детей непонятный почерк. Дети пишут медленно, коряво, не понимают сами, что написали, а потому допускают огромное количество ошибок.

Но готовить руку ребенка к процессу овладения письмом нужно, начиная с раннего детства. Для этого существуют игрушки-вкладыши, мозаика, пазлы, разнообразные конструкторы. Уже в два года малыш будет с удовольствием рисовать пальчиками специальными красками, вместе с мамой лепить из теста, глины, пластилина. Следует помнить и о том, что развитие мелкой моторики пальцев рук тесно связано с развитием речи.

В три года уже можно научить ребенка держать кисточку и рисовать красками, а потом цветными мягкими карандашами и фломастерами.

К четырем годам дошкольник с легкостью овладевает ножницами и техникой вырезания из бумаги. Он с удовольствием выполняет аппликацию на разные сюжеты, что помогает ему научиться ориентироваться на плоскости и готовит к работе в тетради.

Все это время с малышами делают пальчиковую гимнастику с веселыми игрушками или картинками, сопровождая выполнение упражнения забавными стишками.

Старшим дошкольникам с пяти до семи лет доступны техники оригами и макраме. Они выполняют сложные аппликации и коллажи. Предшкольники рисуют в альбомах на столе или на листах бумаги на мольберте, начинают работать в тетради в крупную клетку, выполняют узоры в полосе, печатают первые буквы и пишут цифры.

В это время готовить руку ребенка к формированию графо-моторных навыков помогает специальная пальчиковая гимнастика с предметами: с природным материалом (желудями, каштанами, шишками, чурочками, кубиками льда, камешками), с яркими пластиковыми пробками от бутылок, с массажными мячиками, карандашами.

В настоящем пособии представлена пальчиковая гимнастика с карандашами, мячиками су-джок, каштанами, грецкими орехами, шишками. Упражнения подробно описаны, сопровождаются веселыми картинками и стихотворными текстами. Надеемся, что они помогут вашим детям в подготовке к школе.

Желаем вам и вашим детям успехов!



Вертолетик, вертолет
Отправляется в полет.
Винт огромный закрутил,
Прямо в небо улетел.



- Предложите ребенку вращать карандаш в воздухе по часовой стрелке тремя пальцами (большим, указательным и средним) сначала правой, а потом левой руки, произнося текст упражнения.



Щиплет травку серый гусь.
Очень я его боюсь.
Больно щиплет гусь за пятки.
Убегайте без оглядки.



- Предложите ребенку зажать карандаш в горизонтальном положении ближе к грифелю между указательным и средним пальцами, ритмично покачивать его и ударять грифелем по столу. Упражнение выполняется сначала одной, потом другой рукой.