# Конспект занятия по развитию мелкой моторики рук и ног

# «Играем нашими пальчиками»

## Конспект занятия по развитию мелкой моторики рук и ног «Играем нашими пальчиками»

### Программное содержание:

Учить сюжетным пальчиковым упражнениям, развивать внимание, память, ориентировку в пространстве, быстроту;  
Учить детей элементам пальчиковой гимнастики «Театр в руке», которая развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение;  
Учить элементам самомассажа рук и ног;  
Учить профилактике плоскостопия, развивать мелкую моторику ног.

## Ход занятия:

Что умеют делать ваши пальцы на руках и на ногах? (ответы) Правильно! Рисовать, лепить, держать ложку, шалить. Давайте сейчас сыграем в пальчиковую игру «Как живешь?».

### Пальчиковая игра «Как живешь?»

### - Как живешь? - Вот так! (большие пальцы вперед) - Как плывешь? - Вот так! (имитация плавания) - Как бежишь? - Вот так! (указательные и средние пальцы «бегут») - Вдаль глядишь? - Вот так! («бинокль») - Ждешь обед? - Вот так! (Подпереть щеку кулачком) - Машешь вслед? - Вот так! (помахать кистью руки) - Утром спишь? - Вот так! (обе руки под щеку) - А шалишь? - Вот так! (хлопнуть по надутым щекам)

Молодцы! А хотите узнать, что еще умеют ваши пальчики? (Да) Тогда мы отправляемся в путешествие. Но сначала к нему надо подготовиться.

(дети выполняют самомассаж).

- Вы готовы, глазки?  
- Да! (поглаживание век)  
- Вы готовы, ушки?  
- Да! (поглаживание ушей)  
- Вы готовы, ручки?  
- Да! (поглаживание кистей рук)  
- Вы готовы, ножки?  
- Да! (поглаживание ног)  
- Вы готовы? (развести руки в стороны)  
- Да! (обнять себя руками)

А теперь садимся в поезд и отправляемся в путь. (родители и дети передвигаются друг за другом по ребристой доске, сцепившись, как вагоны, под музыкальное сопровождение)

Приехали!

## Станция «Лесная»

### Подвижная игра «Найди свою палатку»

Цель: Учить сюжетным пальчиковым упражнениям, развивать внимание, память, ориентировку в пространстве, быстроту.  
В разных сторонах зала находятся обручи с цветными ориентировками.

Посмотрите сюда, это палатки. Выберите каждый себе палатку и запомните свой цвет. По сигналу «Идем по лесу!» - вы ходите парами и изображаете животных и птиц в лесу. А по сигналу «По палаткам!» каждая пара должна занять свое место – встать в обруч со своим цветным сектором. Готовы? (музыка леса или подыгрывает музыкант).

Медведь – ходьба на внешней стороне стопы, руки перед собой, полусогнутые в локтях.  
Лиса – ходьба на носках «крадучись», плавные движения кистей рук перед собой.  
Олень – ходьба с высоким подниманием колен, руки над головой пересекаются, кисти изображают рога.  
Дикая лошадь – бег с высоким подниманием колен, кисти рук сжаты в кулаки.  
Филин – обычная ходьба, плавные движения рук в стороны, вверх, вниз.  
Побеждает команда, быстро и правильно выполнившая задание.

Поехали дальше? (Идут поездом по ребристым доскам).

## Станция «Театральная»

### Игра «Зеркало и обезьяны»

Цель: Научить детей элементам пальчиковой гимнастики «Театр в руке», которая развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение. (Взрослые и дети садятся в круг по-турецки, воспитатель показывает сюжетные пальчиковые упражнения на удержание позы кисти руки под стихотворные рифмовки, а дети выполняют упражнения, родители им помогают).

**Петушок:**

Петушок стоит весь яркий  
Гребешок он чистит лапкой.

**Гусь:**

Гусь стоит и все гогочет,  
Ущипнуть тебя он хочет.

**Кошка:**

У кошки ушки на макушке,  
Чтоб лучше слышать мышь в норушке.

Молодцы! Садимся в поезд и едем дальше!

### Станция «Массажная»

Цель: Научить элементам самомассажа рук и ног.  
(Используются массажные мячики или контейнеры от киндер-сюрпризов).

Эта станция непростая. Сейчас мы будем делать массаж рук и ног. А в этом нам помогут вот такие контейнеры из-под игрушек от киндер-сюрпризов. Они хорошо массируют ладошки и пальчики.

### Игра-массаж «Китайские шары»

Вы видали циркача?  
Мяч идет вокруг мяча!  
Кружит с видом знатока,  
Будто шмель вокруг цветка.  
(сначала катаем шарики между двумя ладонями, а после каждой рукой по очереди)

Ну а теперь можно приступить к основному массажу. Садитесь по-турецки на пол напротив своего ребенка. Готовы?  
(разминание, растирание, надавливание, пощипывание ладоней, стоп пальцами рук от периферии к центру)

Разотру ладошки сильно,  
Каждый пальчик покручу,  
Поздороваюсь с ним сильно  
И вытягивать начну.  
(растираем ладони, захватываем каждый пальчик у основания и выкручивающим движением доходим до ногтевой фаланги)

Затем руки я помою  
(«моют» руки)

Пальчик в пальчик я вложу,  
На замочек их закрою  
И тепло поберегу.  
(пальцы в «замок»)

Выпущу я пальчики,  
Пусть бегут, как зайчики.  
(расцепить пальцы и перебирать ими)

А теперь переходим на массаж стопы.  
(родители делают массаж стопы своему ребенку)

Пальчики на ножках,  
Как на ладошках,  
Вместе я их соберу  
И поглаживать начну.  
(поглаживание стопы и пальцев ног)

Каждый пальчик разотру,  
Каждый пальчик покручу.  
(растирание каждого пальчика)

Разведу вперед, назад и сожму руками.  
(руками тянуть пальцы на себя, от себя)

Здравствуйте, пальчики! Гномики лесные!  
Здравствуйте, пальчики! Игрушки заводные!

Молодцы! Массаж научились делать. Поехали дальше?

## Станция «Джунгли»

### Подвижная игра «Ловля обезьян»

(под песню «Чунга-чанга»)

Цель: Развитие быстроты и мелкой моторики рук.

Дети сейчас будут обезьянками, а взрослые будут изображать их родителей и находиться на одной стороне площадки. А на противоположной стороне находится ловец, который показывает обезьянкам движения, те их повторяют. По сигналу «Ловец» дети бегут к своим родителям. Тех, кто не успел, ловец уводит к себе.

1. Руки согнуты в локтях и разведены в стороны – сжимание и разжимание пальцев.  
2. Руки согнуты в локтях перед собой, перекрестное движение рук и одновременное сжимание и разжимание пальцев.  
3. руки разведены в стороны, наклоны влево и вправо и поднимание левой и правой ноги, локоть тянется к колену.  
4. Руки разведены в стороны, ходьба на полусогнутых ногах вокруг себя.  
5. ходьба «Обезьянки» - на прямых руках и ногах, опираясь на пальцы рук и ног.

Ловец!  
(дети убегают к своим родителям)

Хорошо поиграли! Забавные обезьянки, шустрые! Поехали дальше.

## Станция «Игровая»

Цель: Научить профилактике плоскостопия, развивать мелкую моторику ног.  
Материал: Большой носовой платок, мелкие игрушки из киндер-сюрпризов.

1) Упражнения для профилактики плоскостопия (разминка):  
«Гусеница» - сгибание и разгибание пальцев ног, выдвижение стопы вперед, выпрямление коленей.  
«Барабанные палочки» – постукивание пальцами ног.  
«Пальчики поссорились и помирились» - размыкание и смыкание пальцев ног.  
«Пальчики играют» - волнообразные движения пальцами.

Вот наши пальчики размялись, пора им поиграть.

2) Захватывание, поднимание мелких игрушек пальцами ног.

3) Игра с носовым платком: собрать его ногами, сложить – «уголок к уголку».

Вот и подошло к концу наше путешествие. Вы имели возможность убедиться: пальцы ног и рук могут играть, изображать животных, показывать театр; они любят соревнования и массаж. Играть с пальцами рук и ног вы можете с друзьями и родителями, в гостях и дома. А сейчас давайте пожелаем друг другу что-то хорошее