**Сценарий родительского собрания в младшей группе «Наши пальчики играли»**

**Время проведения**: март-май.

**Форма проведения**: практический семинар.

**Цель**: сформировать у родителей представление о роли мелкой моторики в психофизическом развитии детей.

**Задача:** познакомить с приемами развития мелкой моторики рук у детей младшего дошкольного возраста, с некоторыми способами профилактики плоскостопия.

**Участники:** родители, воспитатель, инструктор по физическому воспитанию, музыкальный руководитель, воспитанники группы.

**Место проведения:** спортивный зал.

**План проведения**

1. Вступительный этап:

• упражнение на выяснение целей «Модель трех вопросов».

2. Основная часть:

• анализ результатов оценки развития координации движений рук малыша;

• разминка «Карандаши»;

• беседа с родителями;

• игровое занятие родителей вместе с детьми.

3. Подведение итогов собрания:

• упражнение «Спасибо».

**Ход мероприятия**

**I. Предварительный этап**

1. Приглашение родителей на собрание. Оповещение их, что они должны быть в спортивной одежде и обуви, а дети — в спортивной одежде и босиком.

2. Оценка развития координации движений рук малыша.

**Тест (диагностика по руке)**

***Цель:*** выявление сформированности пальцевой координации.

***Методика***. Усадите ребенка за стол напротив себя и попросите его протянуть руку вперед. Возьмите детскую руку в свою, обязательно загородив ее своим телом или экраном с отверстием для кисти. Другой рукой дотроньтесь до пальца малыша. Попросите ребенка на второй руке вытягивать такой же палец, который вы трогаете.

***Оценка***. Если координация в норме, то трехлетний ребенок правильно определит большой палец. В 5 лет ему не составит труда вытянуть мизинец и большой. Шестилетний ребенок должен свободно различать большой, указательный и мизинец. Средний и безымянный пальцы определят только дети с очень хорошей координацией.

3. Оформление буклетов с памяткой «Наши руки не знают скуки» (приложение 1) или «Упражнения для профилактики плоскостопия».

**lI. Организационный этап**

1. Оформление выставки по теме собрания (книги, пособия, оборудование, игры).

2. Музыкальное оформление семинара готовится инструктором по физкультуре и музыкальным руководителем на свое усмотрение.

3. Оформление цитат:

• «Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга» (И. Павлов).

• «Рука — это вышедший наружу мозг человека» (И. Кант).

• «Движения, особенно движения пальцев рук, сами по себе необыкновенно сильно стимулируют развитие мозга, разных его отделов. И чем раньше движения входят в жизнь ребенка, тем больших высот можно достигнуть» (Б. Никитин).

• «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев» (В. Сухомлинский).

• «Таланты детей находятся на кончиках их пальцев» (М. Монтессори).

**III. Вступительный этап**

(Воспитатель в произвольной форме объявляет тему собрания, сообщает его цель, программу и порядок совместных действий участников семинара.)

**Упражнение на выяснение целей «Модель трех вопросов»**

— Что вы знаете по теме собрания?

— Что вы хотите узнать?

— Что надо сделать для того, чтобы это узнать?

Ребенок не говорит или говорит плохо. В каждой семье по- разному относятся к этому явлению. Одних тревожит уже то, что малыш к году говорит лишь два-три слова. Другие спокойны, несмотря на то что трехлетний ребенок не может составить простейшую фразу, владеет лишь небольшим количеством обиходных слов. Такие родители считают, что со временем их ребенок догонит сверстников, заговорит сам. И очень ошибаются.

Развитие рук находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка. Уровень развития мелкой пальцевой моторики и координации движений рук — один из показателей интеллектуального развития и, следовательно, готовности к обучению в школе.

Тонкая моторика — это разновидность движения, в которых участвуют мелкие мышцы. Эти движения требуют специального развития. Развитие тонкой моторики ребенка связано с его общим физическим и нервно-психическим развитием, поэтому ребенку необходимы разнообразные физические упражнения, занятия физкультурой.

Ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно хорошо развиты внимание и память, связная речь. Неподготовленность к письму, недостаточное развитие мелкой моторики может привести к возникновению негативного отношения к учебе, тревожного состояния ребенка в школе.

**IV. Основная часть**

Анализ результатов оценки развития координации движений рук малыша

(Воспитатель знакомит родителей с обобщенными результатами обследования координации движений рук воспитанников группы. Обсуждение полученных результатов.)

Таким образом, можно сделать вывод: пока ребенок мал, не следует требовать от него слишком многого. Давайте вместе учить и развивать его в игровой форме.

**Разминка «Карандаши»**

***Цели***: снять эмоциональную напряженность, содействовать построению доверительных отношений, приобретению навыков межличностного общения на невербальном уровне.

***Материал:*** по два карандаша на каждую пару участников.

(Упражнение выполняется под медленную музыку. Родители стоят друг напротив друга на расстоянии 70—90 см и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев.)

***Задание.*** Не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад; сделать шаг вперед, шаг назад (сужение и расширение); наклониться вперед, назад, выпрямиться; присесть, встать. Можно сжимать карандаши не указательными, а безымянными пальцами или мизинцами; можно выполнять упражнение с закрытыми глазами.

— Какие действия должны выполнять родители, чтобы карандаши не падали?

— На что ориентироваться при выполнении этих действий?

**Беседа с родителями**

Пальчиковые игры — прекрасный способ развлечь малыша и с пользой провести время в очереди в поликлинике, во время путешествия на поезде или самолете. Но и в обычных ситуациях им чаще стоит уделять время.

— Занимались ли ваши родители с вами пальчиковой гимнастикой? Приведите примеры.

— Играли ли вы сами с вашими пальчиками в детстве? Приведите примеры.

— Как вы играете с пальчиками вашего ребенка?

И. Кант писал: «Рука — это вышедший наружу мозг человека». Движения пальцев и кистей рук имеют особое развивающее воздействие. На ладони и на стопе находится около 1000 биологически активных точек. Воздействуя на них, можно регулировать деятельность внутренних органов. Так, массируя пальцы, можно активизировать работу разных внутренних органов (безымянный — печень, средний — кишечник, указательный — желудок, большой — голова).

Сегодня мы приглашаем вас принять участие в совместном с детьми игровом занятии, которое посвящено развитию мелкой моторики рук. Данный вид деятельности способствует общему развитию дошкольников, развитию речи, координации движений, подготовке к письму.

(Педагогический всеобуч «Наши пальчики играли» (приложение 2).)

Игровое занятие родителей вместе с детьми (приложение 3)

(Занятие проводит инструктор по физическому воспитанию. Второй воспитатель приводит в спортивный зал детей.)

**V. Подведение итогов собрания**

(В конце встречи родителям и детям предлагается пожелать друг другу что-то хорошее, сказать ласковые, добрые слова.)

**Упражнение «Спасибо»**

(Родители встают в круг и благодарят друг друга за активное участие, говорят друг другу «спасибо», передавая движение по кругу. Движением может быть рукопожатие или похлопывание по плечу. Далее предлагается поблагодарить всех общими громкими аплодисментами.)

(Принятие решения собрания. Воспитатель в память о собрании дарит каждому буклет с памяткой «Наши руки не знают скуки» (приложение 1) или комплексом упражнений по профилактике плоскостопия, а детям — маленькие массажные мячики. Далее следуют решение текущих вопросов, индивидуальные беседы с родителями.)

**Приложение 1. Памятка «Наши руки не знают скуки»**

**Массаж ладоней и пальцев рук**

• Массаж пальцев (с большого и до мизинца).

Растирают сначала подушечку пальца, затем медленно опускаются к его основанию. Такой массаж желательно сопровождать веселыми рифмовками (приговорками).

• Массаж ладоней шестигранным карандашом.

Грани карандаша легко покалывают ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. Пусть ребенок поместит карандаш между ладонями и вращает, перемещая от основания ладоней к кончикам пальцев. Детей учат пропускать карандаш между одним и двумя-тремя пальцами, удерживать его в определенном положении в правой и левой руке.

• Массаж пальцев рук колечками.

Пять небольших колечек надеваем по одному на каждый пальчик левой руки, затем — на каждый пальчик правой. Надевая, называем пальчики: большой, указательный и т. д.

• Массаж грецкими орехами:

а) катать два ореха между ладонями;

б) прокатывать один орех между пальцами;

в) удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки;

г) удерживать несколько орехов между пальцами обеих рук.

• Массаж ладоней каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками.

Детям предлагаются шарики, которые можно просто вертеть в руках, щелкать по ним пальцами и «стрелять», направлять в специальные желобки и лунки, состязаясь в меткости. Закрепите маленький шарик на ниточке. Пусть ребенок щелчками (каждым пальцем по очереди) «отстреливает» этот шарик.

• Массаж ладоней щеткой или массажным мячиком.

• Массаж бусами.

Перебирание бус развивает пальцы, успокаивает нервы. В это время можно считать количество бусинок (в прямом и обратном порядке).

**Пальчиковые игры**

С помощью пальчиков передают события сказок и стихов — получаются своеобразные инсценировки. При проведении пальчиковых игр важно придерживаться принципа, который связан с возрастными особенностями речевого развития дошкольников: примерно до 4—5 лет дети только действуют пальчиками, а текст говорит взрослый; старшие дошкольники начинают сопровождать такие игры словами.

*Пальчиковые игры можно условно разделить на три группы:*

а) игры без предметов;

б) игры с предметами;

в) игры с использованием атрибутики.

**Пальчиковые игры без предметов**

Обычно сопровождаются стихотворениями, потешками. К ним относятся игры на загибание и разгибание пальцев рук («Пальчик, пальчик, где ты был?», «Раз, два, три, четыре, пять, хотят пальчики поспать» и игровые упражнения), например:

Раз, два, три, четыре, пять,

(Загибаются пальцы, начиная с большого.)

Будем листья собирать,

(Сжимаются и разжимаются кулаки.)

Листья березы, листья рябины, листья тополя, листья осины, листья дуба мы соберем,

(Загибаются пальцы, начиная с большого.)

Маме осенний букет отнесем.

(Шагают по столу средним и указательным пальцами.)

*Н. Нищева «Осенние листья»*

**Игры с использованием атрибутики**

Использование атрибутики повышает интерес к пальчиковым играм. При этом сами атрибуты никакой развивающей нагрузки не несут, они как бы украшают упражнение, делая его для ребенка более привлекательным. В качестве атрибутов можно использовать перчатки, где на каждом пальце вышиваются (приклеиваются) глаза, нос, рот или характерные для животных детали (усы, длинные уши и т. д.).

Детям очень нравится использовать изображения небольших фигурок (7—8 см), вырезанных из журналов, открыток, старых книг и т. д. Выбранный персонаж приклеивается на картон и вырезается по контуру. Затем к фигурке пришивают круглую резинку, диаметр которой должен быть таким, чтобы она плотно облегала основания детских пальцев (среднего и указательного или указательного, среднего и безымянного).

*Игра «Зарядка».* Дети выбирают понравившиеся им фигурки и закрепляют их на основания среднего и безымянного пальцев. Эти пальцы — ноги, указательный и мизинец — руки. Большой палец прижат к ладони. Взрослый предлагает сделать зарядку (на столе): ходьба — шагаем на месте, высоко поднимаем ноги (средний и безымянный пальцы); шагаем вперед; останавливаемся — раз, два.

**Пальчиковые игры с предметами**

Любимые колпачки для пальчиков. Для выполнения упражнения каждому ребенку понадобятся колпачки. Их можно сделать из бумаги или срезать кончики со старых детских перчаток. Дети выполняют действия по ходу рассказа: «Жили-были пальчики. Они многое умели делать: и трудиться, и веселиться. Очень любили пальчики наряжаться в свои любимые колпачки. Утром вставали и сразу колпачки надевали. Весело проходил день, а ближе к ночи пальчики уставали и ложились спать. Перед сном они снимали колпачки».

(Дети снимают каждый колпачок (шапочку) при помощи других пальцев этой же руки. Пальцы другой руки не помогают.)

**Варианты упражнений:**

• Разрывание бумаги на мелкие кусочки и создание аппликации.

• Обрывание листа бумаги. Эта работа связана с содружеством обеих рук. Желательно предлагать ребенку задания не только на произвольное обрывание, но и по контуру (геометрические фигуры, предметы, животные).

• Сложите бумажную салфетку вчетверо. Ребенок может выщипывать двумя пальцами полукружья со сгибов. Когда он развернет салфетку, то увидит кружевной узор.

• Попросите ребенка помочь вам собрать бусинки. Пусть он опускает их в коробочку с маленьким отверстием. Затем он может нанизать их на нитку в определенном порядке, чередуя по форме, цвету или величине.

• Предложите ребенку скатать шарики из пластилина. Затем — расплющить шарики в лепешки большим и указательным пальцами. Можно скатать жгутики, вылепить из них баранку, сплести канатик. Можно вылепить из шариков морковку, яблочко, грибок, змею с пятнышками из пластилина другого цвета.

• С вашей помощью ребенок может «соткать» маленький коврик из материи или цветной бумаги: сделать внутри прямоугольника параллельные надрезы на расстоянии 1,5 см, затем по поперечным направлениям продевать цветные шнурки или полоски бумаги, переплетая ими полоски прямоугольника поочередно сверху и снизу.

• «Волшебные спички» (составление картинок по образцу, по памяти, произвольно). Ребенок способен выкладывать из спичек простейшие геометрические фигуры: квадраты, прямоугольники, треугольники. На этой основе можно создавать изображения предметов, интересных для него. Из спичек можно строить башни, домики, колодцы.

• Детям нравится демонстрировать свою силу. Попросите ребенка крепко сжать вашу руку, перетянуть пальцами ваши пальцы (поочередно сгибать и разгибать каждый палец).

• Игры на выкладывание узора (со шнурками, камешками, пуговицами, крупными семенами (бобы, фасоль, горох)).

• Рисование по шаблону.

• Штриховка.

• Вырезание. Работа с ножницами упражняет ребенка в быстрой смене напряжения и расслабления мелкой мускулатуры руки. Поэтому чем больше ребенок действует ножницами, тем лучше получаются его работы, тем совершеннее смена тонуса руки.

• Раскрашивание.

• Мозаика.

• Складывание разрезных картинок.

• «Сложи картинки из геометрических фигурок».

• Пальчиковый театр, теневой театр.

• Оригами (складывание листа бумаги в разных направлениях, изготовление поделок из бумаги).

• Ниткопись (выкладывание ниток по контуру какого-либо изображения) и др.

**Подвижные игры**

• «Шоферы» (дети двумя руками накручивают на палочку веревку, к концу которой привязана машина).

• С тряпичными мячами (дети подбрасывают и ловят их).

• «Бильбоке» (деревянная чашечка на палочке и шарик, укрепленный на шнуре и привязанный к концу палочки). Играющие подбрасывают шарик и ловят его чашечкой.

• «Собери мелкие предметы» (дети собирают мелкие предметы, разбросанные по полу).

**Дидактические игры**

• «Помоги Золушке разложить семена» (сортировка макарон, круп, крупных семян). Для этого родители сначала смешивают все семена, а ребенок раскладывает их по отдельным ячейкам.

• «Завяжи узелок». Для этого понадобятся деревянная рамка, шнуры разной толщины, длины. Ребенку предлагают завязывать разные узлы по примеру и по желанию. Цель: развивать умение вязать различные узлы.

• «Поймай колобок из воды». Для этого понадобятся сосуд с водой, разливная ложка, игрушечные колобки. Нужно выловить колобок разливной ложкой, слить с нее воду и положить колобок на поднос без воды.

• Игры с прищепками. Для этого понадобятся прищепки разных цветов, величины, контуры солнышка, тучки, звезды, ежика, круги разных цветов. Детям надо сделать лучик солнышку, дождик из тучки, украсить звезду, составить цветок, сделать ежику иголки. Цель: развивать умение работать с прищепками и создавать образ.

**Приложение 2. Педагогический всеобуч «Наши пальчики играли»**

В определенном смысле подготовку к школе можно начинать с младенчества. И пальчиковые игры для этого незаменимы: есть много шансов, что кроха научится связно говорить, а затем читать и писать раньше сверстников.

Занятия с пальчиками лучше всего начинать с трехмесячного возраста. Пока ребенок сосет грудь, возьмите его ручку и помассируйте каждый пальчик, погладьте ладошку. Поглаживать следует в направлении от кончиков пальцев к запястьям, а каждый пальчик ребенка сгибать и разгибать по очереди. Эти занятия полезно проводить ежедневно в течение 2—3 минут. Такие простые упражнения благотворно скажутся на здоровье малыша, будут способствовать раннему развитию речи. Используйте всем известные стихотворения: «Сорока-белобока» и «Ладушки». Они и станут первыми пальчиковыми играми вашего крохи.

**Пальчиковые игры** — это, как правило, инсценировка детских стихов. Они хорошо развивают произвольное внимание, координацию и мелкую моторику, которая тесно связана с речью и мышлением, подготовкой к письму. До тех пор пока движения пальцев не станут свободными, развития речи и мышления добиться не удастся. В коре головного мозга отделы, отвечающие за тонкую ручную моторику и артикуляцию, находятся рядом и тесно связаны. Рука в процессе онтогенеза развивается раньше, и ее развитие как бы подталкивает формирование речи. Следовательно, тренируя тонкую ручную моторику у ребенка, мы стимулируем его речь. А благодаря пальчиковым играм кисти приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений.

Разучивая тексты с гимнастикой, малыш не только станет лучше говорить, но и разовьет воображение и память. Кроме того, подобные занятия помогают развить творческие способности детей.

Однако пальчиковые игры — это прежде всего веселые занятия, а уж потом развитие и обучение. Основная деятельность дошкольника, как известно — это игра. А если игра содержит в себе рифмованную речь и движения, то она полностью соответствует потребностям, присушим дошкольному возрасту, и нравится детям.

**«Волна».** Расположить руки перед собой ладонями вниз. Развести пальцы и рисовать по очереди каждым пальцем отдельно волну сверху вниз. Можно сочетать чтение стихотворения с движениями как одной, так и двумя руками.

По земле ползет червяк,

(Большим пальцем.)

По реке плывет моряк,

(Указательным.)

Дым клубится из трубы,

(Средним.)

Лыжник катится с горы,

(Безымянным.)

В лес ведет тропинка —

(Мизинцем.)

Все одна картинка!

(Всеми пальчиками, собранными вместе.)

Для разнообразия занятий следует использовать различные предметы. Существует много игр, где используются карандаши, шнурки, платок.

**«Медведь»**. Медленно засовывайте платочек одним пальцем в кулак.

Лез медведь в свою берлогу,

Все бока свои помял,

Эй, скорее на подмогу,

Мишка, кажется, застрял!

Теперь нужно с силой вытянуть платочек из кулака, затем повторить сначала.

Малыши от года до двух хорошо могут выполнять движения одной рукой, а трехлетние дети уже легко справляются с более сложными вариантами, такими, как в игре «Осьминог».

**«Осьминог».** Положите обе кисти на стол, касаясь его подушечками восьми пальцев (кроме больших). Пальцы врозь. Нужно выполнять движение двумя руками одновременно.

Как же трудно осьминогу

Обувать сапожки,

(«Шагаем» пальцами по столу в ритме стиха, начиная с мизинцев.)

Если даже не могу

(Постукивание большими пальцами по столу вместе.)

Я обуть две ножки!

(Постукивание большими пальцами по столу поочередно.)

Детям 4 лет становятся доступны игры с использованием различных мелких предметов.

Маленькие пальчики могут показать жест «отлично», попрощаться или позвать к себе, одобрить аплодисментами, пригрозить и многие другое.

**«Утки».**

Только поднялась заря,

(Поднимаем руки ладошками вверх.)

Во дворе: кря-кря, кря-кря!

(Разворачиваем ладони и соединяем ритмично большой палец с остальными.)

Кря — «пока» и кря — «привет»,

(Еще два движения.)

Кря — вопрос и кря — ответ,

(Еще два движения.)

Кря да кря — язык такой,

(Еще два движения.)

Уткам, селезням родной.

(Пожимаем руки, как бы здороваясь.)

«Если ребенок, поступающий в 1 класс, не различает пальцы рук, — это верный признак ожидающих его трудностей в обучении и математике, и чтению», — утверждают психологи. Игры, направленные на различение пальцев рук, выполняются каждым пальчиком отдельно, по очереди, как в игре «Соки».

**«Соки».** Загибаем пальчик при произнесении названия каждого сока на одной, а затем на другой руке, начиная с мизинца:

На здоровье соки пейте,

Но ни капли не пролейте:

Апельсиновый, вишневый,

Виноградный и грушевый.

Абрикосовый, клубничный.

Вкус у каждого отличный!

Можно выпить сок томатный,

Он особенно приятный.

Сок моркови и граната

Так полезен вам, ребята!

(Показываем большой палец.)

Обязательно используйте игры на симметричное изображение одновременно двумя руками. Такие занятия направлены на координацию действий обоих полушарий мозга. По возможности старайтесь предлагать ребенку работать двумя руками. Достаточно часто неуспеваемость детей и нарушение функций обучения связаны с неспособностью к взаимодействию левого и правого полушарий, которая может быть устранена путем овладения специальными двигательными упражнениями.

При таких играх расслабляются глаза и руки, деятельность обоих полушарий синхронизируется. Кроме инсценировки стихов, вы можете попросить ребенка нарисовать на листе бумаги простые симметричные изображения, буквы или восьмерки одновременно двумя руками или попробовать вместе с малышом выполнить упражнение «Ухо — нос». Левой рукой возьмитесь за кончик носа, правой — за ухо. Одновременно отпустите ухо и нос. Хлопните в ладоши и поменяйте положение с точностью до наоборот - это вовсе не просто.

**Как проводить занятия?**

• Прежде чем предлагать пальчиковую игру малышу, познакомьтесь с ней сами, разберитесь с движениями пальцев.

• Для разминки и подготовки к проведению игр предложите крохе пальчиком правой, а затем и левой руки нарисовать круг, линию — вертикальную и горизонтальную. Если игра предполагает движения одной рукой, то постепенно малыш должен научиться выполнять движения пальцев и правой, и левой рукой. Пусть малыш сжимает и разжимает кулачок.

• После такой разминки прочитайте стихотворение и покажите движения пальцев и кистей. Покажите малышу, как «рассказывать» стихи руками. Пусть он повторяет за вами, а затем постепенно выполняет упражнение самостоятельно. Хорошо, если ребенок сможет придумать новые игры, слова, образы и движения. Выучив одну игру, кроха обязательно постарается инсценировать другие стишки и песенки. Если малыш не выполняет упражнение в точности, а фантазирует, не сердитесь, отнеситесь к этому как к творческому подходу. Если у него плохо получается повторять за вами, помогите ему. При возникновении трудностей можно взять руку ребенка и сделать движение вместе с ним. После заучивания движений можно обходиться только словесным описанием.

• Сразу много игр давать не стоит, ограничьтесь одной-двумя в день. Лучше повторите каждую игру два-три раза. И старайтесь найти удобное время, когда и вы, и малыш готовы с удовольствием провести несколько минут вместе за интересным и полезным занятием.

**Приложение 3. Игровое занятие родителей вместе с детьми**

Инструктор по физическому воспитанию. Что умеют делать ваши пальчики на руках? (Ответы детей.)

Правильно! Рисовать, лепить, держать ложку, шалить.

— А что умеют делать ваши пальчики на ногах?

(Ответы детей.)

— Хотите узнать, что еще могут делать ваши пальчики? Тогда мы отправляемся в путешествие. Но сначала к нему надо подготовиться.

**1. Самомассаж**

(Выполняют взрослые и дети.)

***Вариант 1***

Вы готовы, глазки?

(Поглаживание век.)

Да!

(Прикладывание ладоней к глазам.)

Вы готовы, ушки?

(Поглаживание ушей.)

Да!

(Прикладывание ладоней к ушам.)

Вы готовы, ручки?

(Поглаживание кистей рук.)

Да!

(Хлопки в ладоши.)

Вы готовы, ножки?

(Поглаживание ног.)

Да!

(Притопывание.)

Вы готовы?

(Развести руки в стороны.)

Да!

(Обнять себя руками.)

***Вариант 2***

(Дети и родители сжимают пальцы поочередно в кулак — сначала на одной руке, затем на другой.)

Этот пальчик — дедушка.

Этот пальчик — бабушка.

Этот пальчик — папочка.

Этот пальчик — мамочка.

Этот пальчик — я,

Вот и вся моя семья.

Инструктор по физическому воспитанию. А теперь садимся в поезд и отправляемся в путь.

(Звучит аудиозапись «В деревню к бабушке поеду» из альбома «Ладушки», серия «Ритмика для детей».)

**2. Первая станция — «Лесная»**

Подвижная игра «Найди свой домик» (модифицированная игра «Найди свой цвет»)

*Цели:*научить выполнять сюжетные упражнения для пальчиков; развивать быстроту, ориентировку в пространстве, внимание, память.

*Оборудование:* круги и эмблемы красного, желтого, зеленого, синего цвета; аудиозаписи: «Веселые шаги» из альбома «На зарядку становись» (серия «Ритмика для детей»), «Птицы лесные» (аудиокассета «Природа, птицы, животные»).

*Организация*. В разных концах зала находятся цветные круги («домики»). Играющие располагаются вокруг них: сначала дети, за ними родители. У родителя и ребенка на руке эмблема определенного цвета.

По сигналу «Идем по лесу!» взрослые и дети идут парами и изображают животных и птиц, обитающих в лесу:

• медведя (ходьба на внешней стороне стопы, руки, полусогнутые в локтях, перед собой);

• лису (ходьба на носках «крадучись», плавные движения кистями рук перед собой);

• тигра (обычная ходьба, кисти рук перед собой округлены, пальцы растопырены);

• волка (обычная ходьба, руки перед грудью и соединены между собой в запястье — одна ладонь над другой, пальцы размыкаются и смыкаются);

• дикую лошадь (ходьба на коленях, руки опираются на кулачки);

• оленя (ходьба с высоким подниманием коленей, руки над головой пересекаются);

• филина (обычная ходьба, плавные движения рук в стороны, вверх, вниз).

По сигналу «В домики!» каждая пара (взрослый и ребенок) должна занять свое место — встать напротив такого цветового сектора, который соответствует цвету их эмблемы. Побеждает команда, быстро и правильно выполнившая задание.

**3. Вторая станция — «Театральная»**

Здравствуйте, пальчики,

Гномики лесные!

Здравствуйте, пальчики,

Игрушки заводные!

Игра малой подвижности «Зеркало и обезьянки»

*Цель:*научить детей элементам пальчиковой гимнастики «Театр в руке», которая развивает внимание и память, снимает психоэмоциональное напряжение.

*Организация*. Взрослый стоит напротив детей, боком к центру круга. Все участники сидят по-турецки. Ведущий показывает сюжетные пальчиковые упражнения под речитативы (автор В. Цвынтарный), дети выполняют, а родители им помогают.

**Петушок**

Петушок стоит весь яркий,

Гребешок он чистит лапкой.

(Кисть вверх. Ладонь раскрыта. Указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в стороны и подняты вверх.)

**Гусь**

Гусь стоит и все гогочет,

Ущипнуть тебя он хочет.

(Предплечье вертикально. Кисть под прямым углом. Большой палец отставлен, остальные четыре прижаты друг к другу.)

**Кошка**

У кошки ушки на макушке,

Чтоб лучше слышать мышь в норушке.

(Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец согнуты в дуги и прижаты к среднему и безымянному пальцам.)

**4. Третья станция — «Эстафетная»**

*Цель:* развивать быстроту, ловкость, мелкую моторику рук и ног.

*Оборудование:* канаты (2 шт.), цветные резиновые диски, ребристые доски (2 шт.), мячи диаметром 15 см (по количеству детей), корзина, гимнастические палки (2 шт.); аудиозапись «Рожки и копытца» из альбома «Прыг-скок» (серия «Ритмика для детей»).

*Организация.* Участники стоят в двух колоннах (за каждым взрослым — ребенок). Родители помогают детям выполнять задания эстафеты.

Задание для родителей. Найти и взять резиновый диск та кого цвета, который соответствует цвету его эмблемы, пройти приставным шагом по канату, пройти по ребристой доске, положить диск возле гимнастической палки и вернуться бегом в колонну.

Задание для детей. Пройти приставным шагом по канату, пройти по ребристой доске, взять из корзины мяч и положить его на диск.

**5. Четвертая станция — «Массажная» Самомассаж.**

*Цель:* научить элементам самомассажа пальцев рук и ног. Оборудование: массажные мячики.

*Организация.*Взрослый располагается напротив ребенка, боком к центру круга. Все участники сидят по-турецки.

а) Разминание, растирание, надавливание, пощипывание ладоней, стопы пальцами рук (от периферии к центру).

Разотру ладошки сильно,

Каждый пальчик покручу,

Поздороваюсь с ним сильно

И вытягивать начну.

(Растирание ладоней, захватить каждый пальчик у основания и выкручивающим движением дойти до ногтевой фаланги.)

Затем руки я помою.

(«Моет» руки».)

Пальчик в пальчик я вложу,

На замочек их закрою

И тепло поберегу.

(Пальцы в замок.)

Выпушу я пальчики,

Пусть бегут, как зайчики.

(Расцепить пальцы и перебирать ими.)

б) В положении сидя поглаживание и растирание голени, бедра.

Трем рукой-мочалкой — вверх-вниз,

вверх-вниз — пятки и носочки.

Вверх-вниз, вверх-вниз —

ножку до колена —

Вверх-вниз, вверх-вниз —

мы помоем чистенько.

Вверх-вниз, вверх-вниз —

а бедро разотрем.

Вверх-вниз, вверх-вниз —

и гулять пойдем.

Вверх-вниз, вверх-вниз.

*Родители делают массаж стопы своему ребенку.*

Пальчики на ножках

Как на ладошках.

Вместе я их соберу

И шагать начну.

(Поглаживание пальцев ног.)

Каждый пальчик разотру,

Каждый пальчик покручу.

(Растирание каждого пальчика стопы.)

Разведу вперед, назад

И сожму руками.

(Руками тянуть пальцы от себя, на себя.)

**6. Пятая станция - «Джунгли»**

**Подвижная игра «Ловля обезьян»**

*Цель:*развивать быстроту, мелкую моторику рук.

*Организация.*Звучит музыка. Дети, изображающие обезьян, и взрослые, изображающие их родителей, располагаются на одной стороне площадки. На противоположной стороне находится ловец (инструктор по физкультуре), который показывает обезьянкам движения, те повторяют их:

• Руки согнуты в локтях и разведены в стороны - сжимание и разжимание пальцев.

• Руки согнуты в локтях перед собой, пере крестное движение рук, сжимание и разжимание пальцев.

• Руки разведены в стороны, наклоны влево (вправо) и поднимание левой (правой) ноги, локоть тянется к колену.

• Руки разведены в стороны, ходьба на полусогнутых ногах вокруг своей оси.

• Ходьба на прямых руках и ногах, опираясь на пальцы рук и пальцы ног.

По сигналу «Ловец!» обезьяны бегут к своим местам (к родителям). Тех, кто не успел убежать, ловец уводит к себе.

**7. Шестая станция — «Игровая»**

*Цели:*научить профилактике плоскостопия; развивать мелкую моторику ног.

*Оборудование:* большой носовой платок, мелкие игрушки (из киндер-сюрпризов).

*Организация.* Взрослый располагается напротив ребенка, боком к центру круга. Все участники сидят по-турецки.

**Упражнения для профилактики плоскостопия**

• «Мельница». Сидя на коврике (ноги вытянуты вперед), ребенок производит круговые движений ступнями в разных направлениях.

• «Гусеница». Сгибание и разгибание пальцев ног, выдвижение стопы вперед, выпрямление коленей.

• «Художник». Рисование карандашом, зажатым пальцами левой (правой) ноги, на листе бумаги, который придерживается другой ногой.

• «Утюжки». Сидя на полу, потирать стопой правой ноги стопу левой ноги и наоборот. Производить скользящие движения стопами по голеням, затем круговые движения.

• «Барабанные палочки». Постукивание пальцами ног.

• «Пальчики поссорились и помирились». Размыкание и смыкание пальцев ног.

• «Пальчики играют». Волнообразные движения пальцами ног.

• Захватывание, поднимание и перекладывание мелких игрушек. Собирание пальцами босых ног с пола или ковра небольших предметов и шариков. Можно устроить семейные соревнования: кто больше перенесет пальцами ног игрушек на свой коврик или кто больше соберет шариков в миску и т. д.

• Игра с носовым платком. Собрать его ногами, сложить — уголок к уголку.

• Упражнения для ног (средний и безымянный пальцы). Вытянуть вперед одну ногу, согнуть в коленке, опустить; вытянуть другую ногу, согнуть в коленке, опустить. Повторить один-два раза.

• Ходьба летом босиком по песку, камешкам, траве; дома босиком по шершавой поверхности, например по ворсистому или массажному коврику; топтание в тазике, наполненном раскрывшимися еловыми шишками (мощный фактор предупреждения плоскостопия).

• Попеременное катание ногами деревянных или резиновых шипованных мячей (валиков) в течение трех минут.

• Из положения сидя на полу (на стуле) придвигать пальцами ног под пятки разложенное на полу полотенце (салфетку), на котором лежит какой-нибудь груз (например, книга).

• Хождение на пятках, не касаясь пола пальцами и подошвой.

• Хождение по гимнастической палке, лежащей на полу, боком приставным шагом.

• Хождение на внешней стороне стопы.

**Воспитатель**(обращается к детям). Вы имели возможность убедиться: пальцы рук и ног могут играть, изображать животных, они любят соревнования, массаж. Играть с пальцами рук и ног вы можете с родителями и друзьями, дома и в гостях, на улице и в транспорте... Исходные положения для этих упражнений можно выбирать разные: стоя, сидя на стуле, на полу в «позе Факира».