



МДОУ Октябрьский детский сад

Мастер-класс на тему
«Мудры - йога для пальцев рук»

Домнина Елена Сергеевна

В. А. Сухомлинский...«Ум ребенка находится на кончиках пальцев»



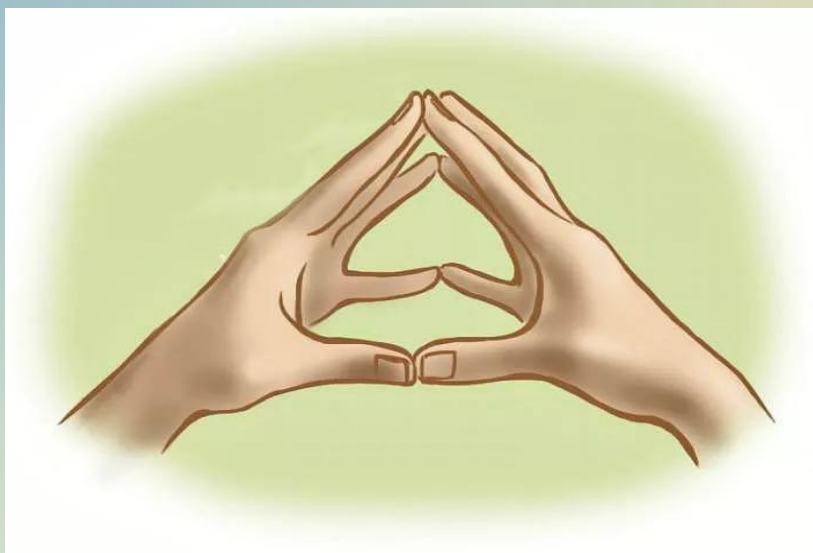
Философ И. Кант «Рука-это вышедший наружу мозг человека»



«Готовить глаз к видению, руку - к действию и душу к чувствованию»
М. Монтессори.



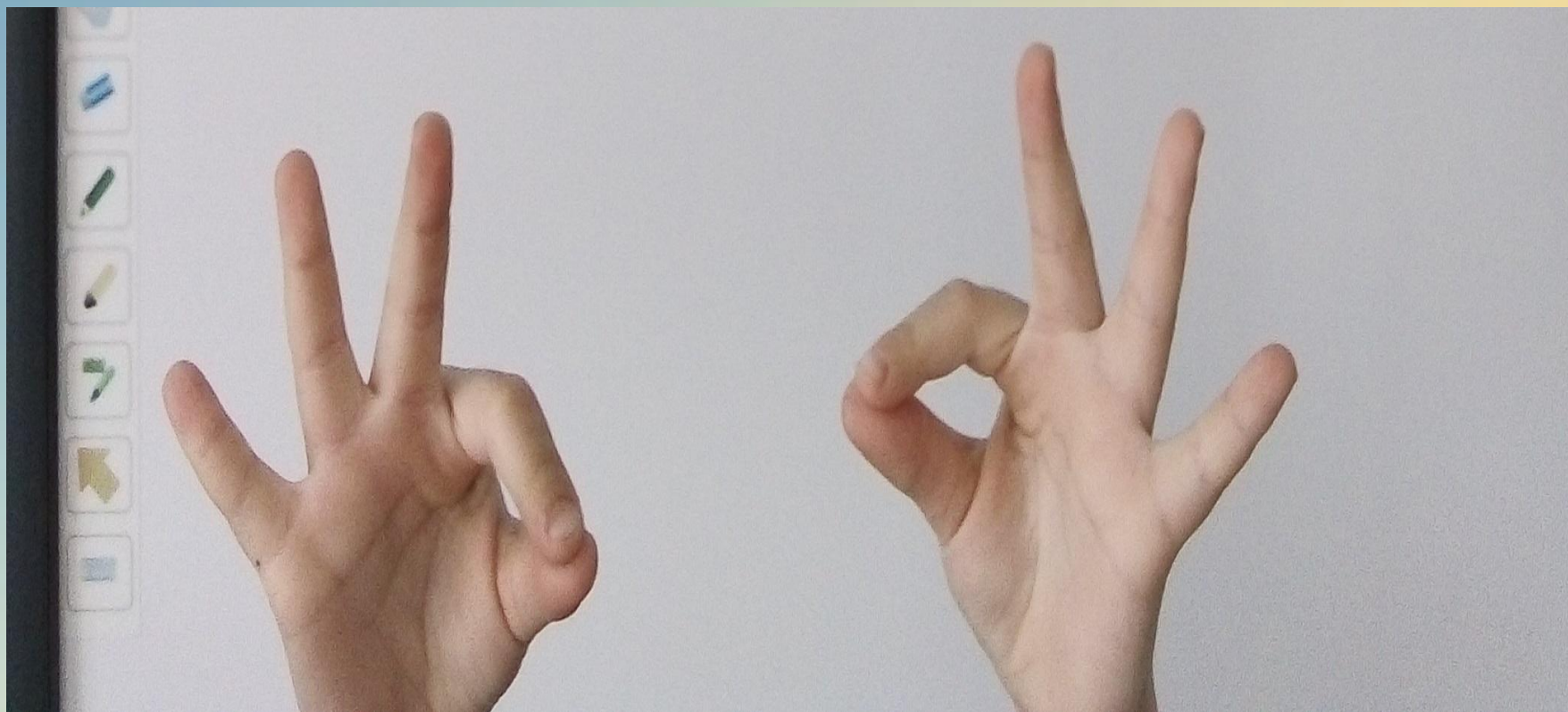
Мудры – йога для пальцев рук.



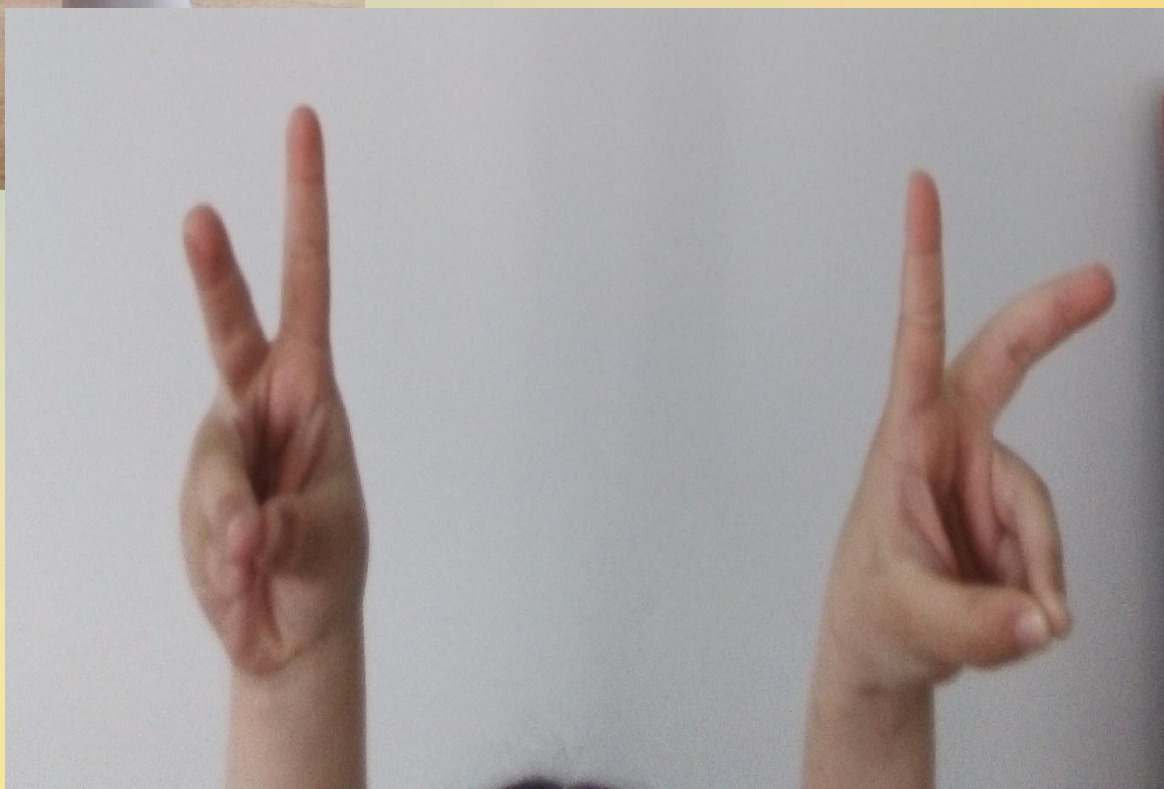
Преимущества пальчиковой йоги:

- подготовить руку к письму;
- развить внимание, терпение, внутренний тормоз – умение сдерживаться именно тогда, когда это необходимо;
- стимулировать фантазию, проявление творческих способностей;
- научиться управлять своим телом, чувствовать себя уверенно в системе «*телесных координат*», что предотвращает возможность возникновения неврозов;
- ощутить радость взаимопонимания без слов, понять возможности несловесного общения.

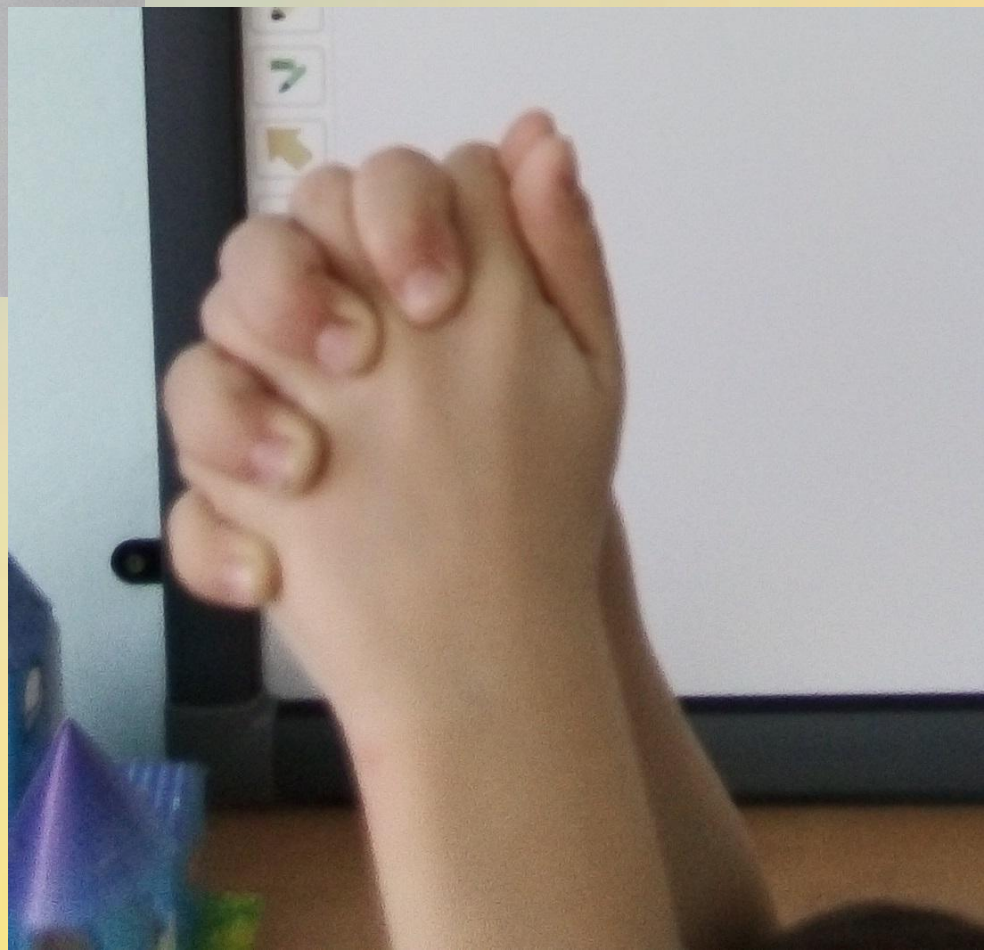
Мудра «Жизни»



Мудра «Энергии»



Мудра «Черепашка»



Мудра «Стрела Ваджра»



A circular border of many hands giving thumbs up, surrounding the central text.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

dreamstime.