

«ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА — ТЕХНОЛОГИЯ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСЛОГО ВОЗРАСТА»



ПОДГОТОВИЛА ВОСПИТАТЕЛЬ
МДОУ №17 с. ПУШКАРНОЕ
ЧЕБОТАРЕВА А. М.



Здоровье-

ЭТО

Здорово!



Физическое и психологическое здоровье воспитанников в ДООУ значительно ухудшилось в последнее время. В связи с этим в ДООУ необходимо уделить особое внимание воспитанию физически здорового и социально адаптированного ребенка, обеспечению его психического благополучия, а также формированию у дошкольника ответственности за свое здоровье.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья.
- Технологии обучения здоровому образу жизни.
- Коррекционные технологии.



Пальчиковая гимнастика

**– здоровьесберегающая технология
сохранения и стимулирования
здоровья детей дошкольного возраста**

Представляет собой набор упражнений, направленных на развитие мелкой моторики руки, т.е. совместных действий систем организма человека (мышечной, зрительной, нервной, костной), формирующих способность выполнять точные, мелкие движения пальцами и кистями.





- «Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие нити – ручейки, которые питают ум ребенка. Другими словами, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок».

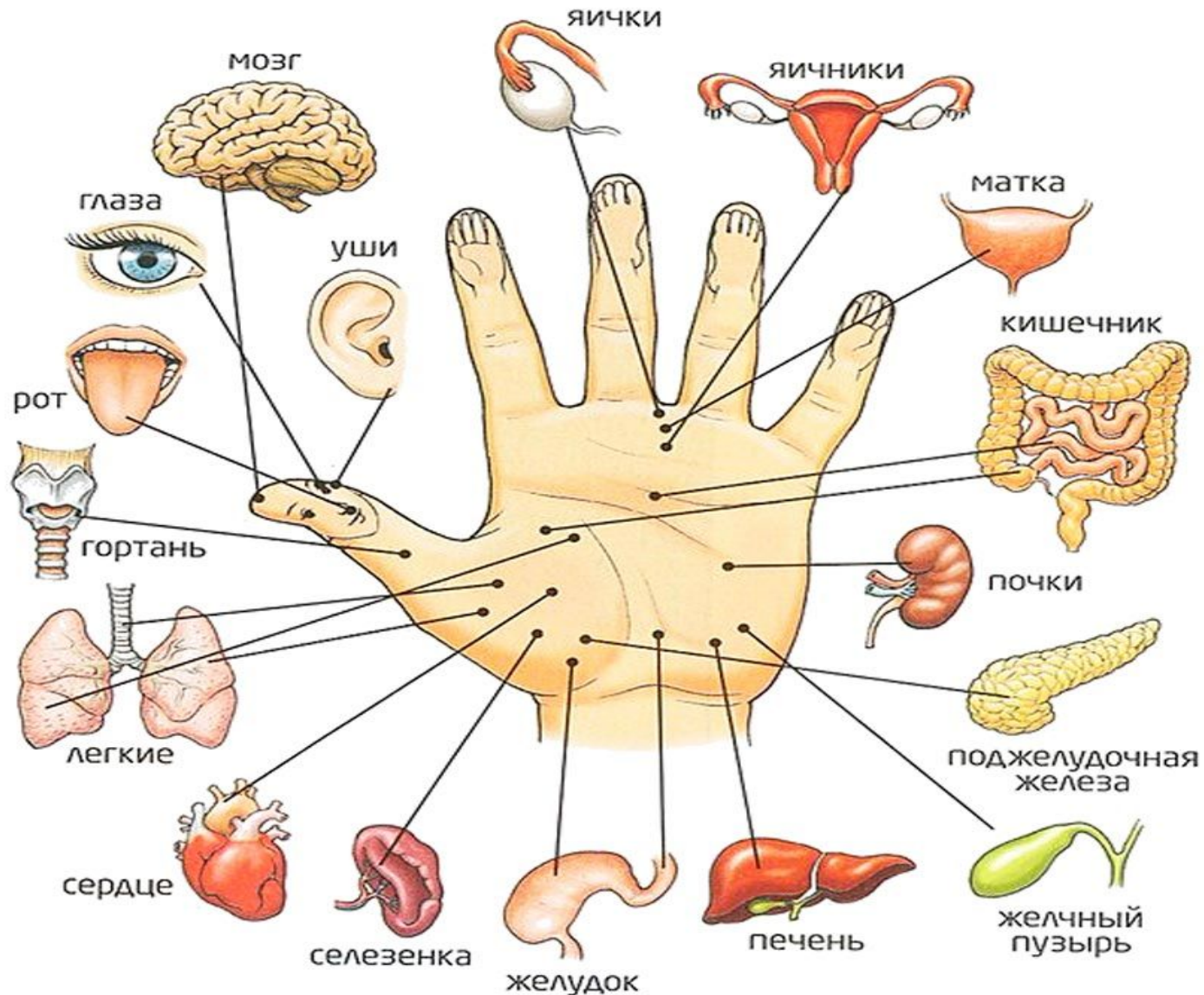
В. Сухомлинский



«УМ РЕБЁНКА НАХОДИТСЯ НА КОНЧИКАХ ЕГО

ПАЛЬЦЕВ.»

В. СУХОМЛИНСКИЙ



ПАЛЬЧИКОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ВЫПОЛНЯЮТ РЯД ФУНКЦИЙ:

- способствует укреплению мышц кистей рук, развивает координацию движений
- повышает работоспособность головного мозга;
- развивает психические процессы: внимание, память, мышление, воображение;
- помогает развивать речь;
- развивает тактильную чувствительность;
- снимает тревожность, таким образом, выполняет оздоровительную функцию.

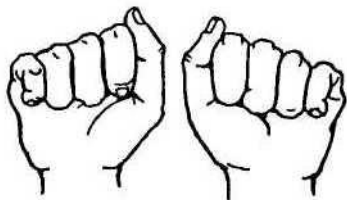
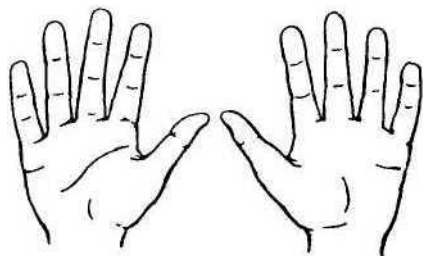


Рекомендации по проведению пальчиковых игр

- Перед игрой с детьми необходимо обсудить её содержание, сразу при этом отрабатывая необходимые жесты, комбинации пальцев, движения.
- Выполнять упражнение следует вместе с учащимися, при этом демонстрируя собственную увлечённость игрой.
- Не ставьте перед ребятами несколько сложных задач сразу (к примеру, показывать движения и произносить текст).



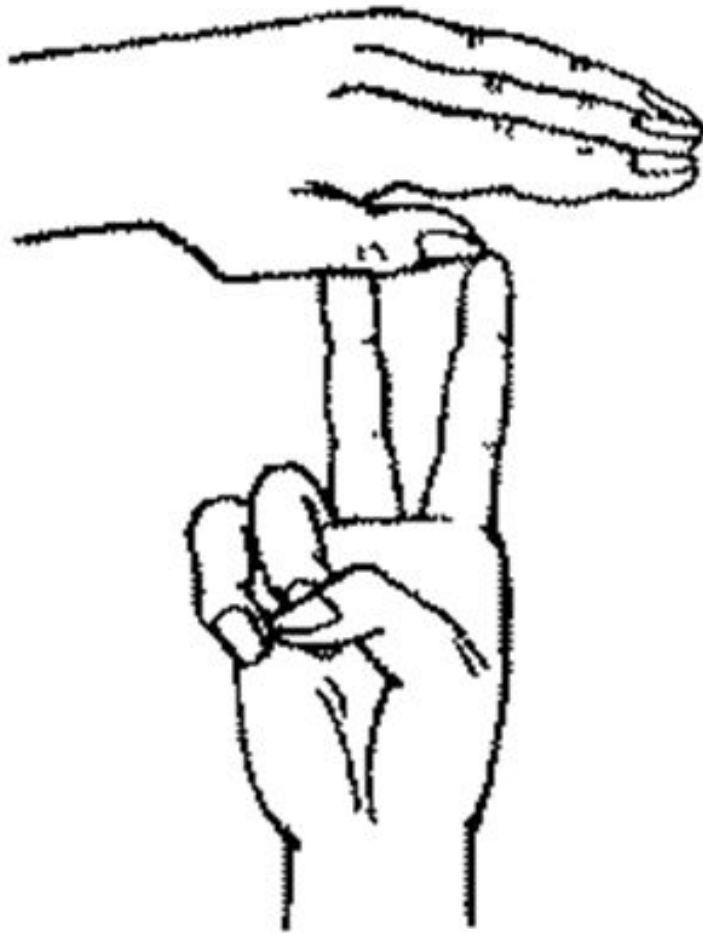
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КИСТЕЙ РУК



- развивают раздражительную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;
- учат напрягать и расслаблять мышцы;
- развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;
- учат переключаться с одного движения на другое



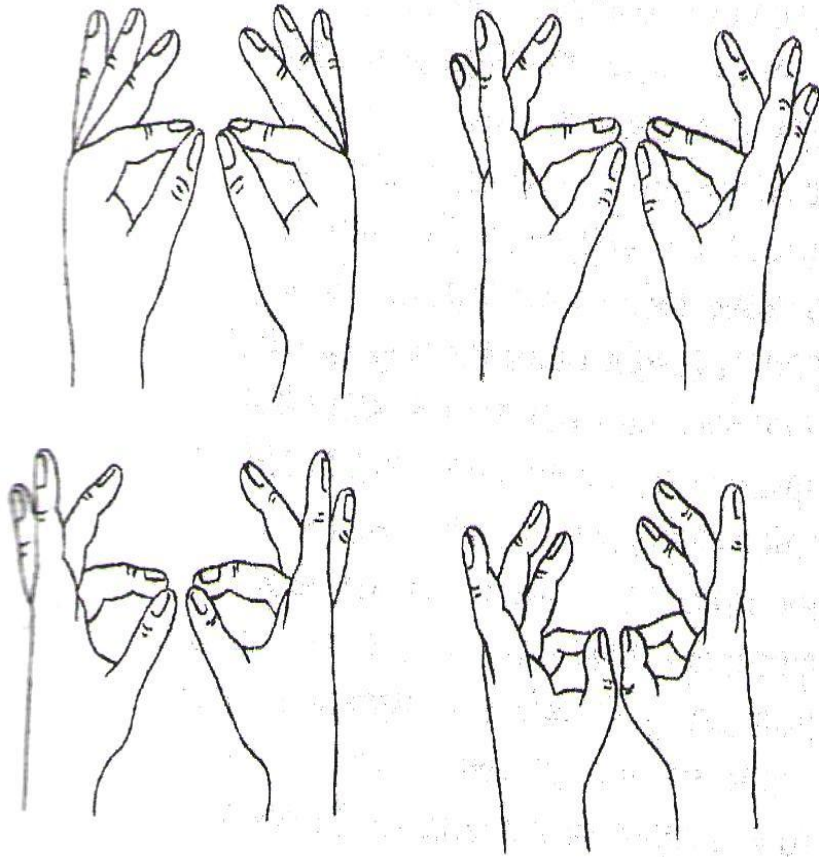
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПАЛЬЦЕВ УСЛОВНО СТАТИЧЕСКИЕ:



- совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений



УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПАЛЬЦЕВ ДИНАМИЧЕСКИЕ



- развивают точную координацию движений;
- учат разгибать и сгибать пальцы рук;
- учат противопоставлять большой палец остальным.



ЗНАЧЕНИЕ ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ



- Оздоровление ребенка.
- Обогащение игрового опыта.
- Развитие памяти, речи.
- Подготовка руки к письму.
- Мышечное и психическое расслабление.

