

# Пальчиковая гимнастика

— здоровьесберегающая технология  
сохранения и стимулирования здоровья  
детей дошкольного возраста

Воспитатель Шейкина Л.И.

МБДОУ «Центр развития ребёнка-

детский сад №133»

*«Если руки неумелы,  
Если пальчики несмелы,  
Трудно ручку удержать,  
Буквы ровно написать  
Не удержишь карандаш  
Не получится пейзаж».*

*В. Лирясов*

# 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.

# Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка:

- ❖ помогает развивать речь;
- ❖ развивает эмоциональную выразительность;
- ❖ повышает работоспособность головного мозга;
- ❖ развивает внимание, память, воображение;
- ❖ способствует развитию пространственного мышления;
- ❖ снимает тревожность.



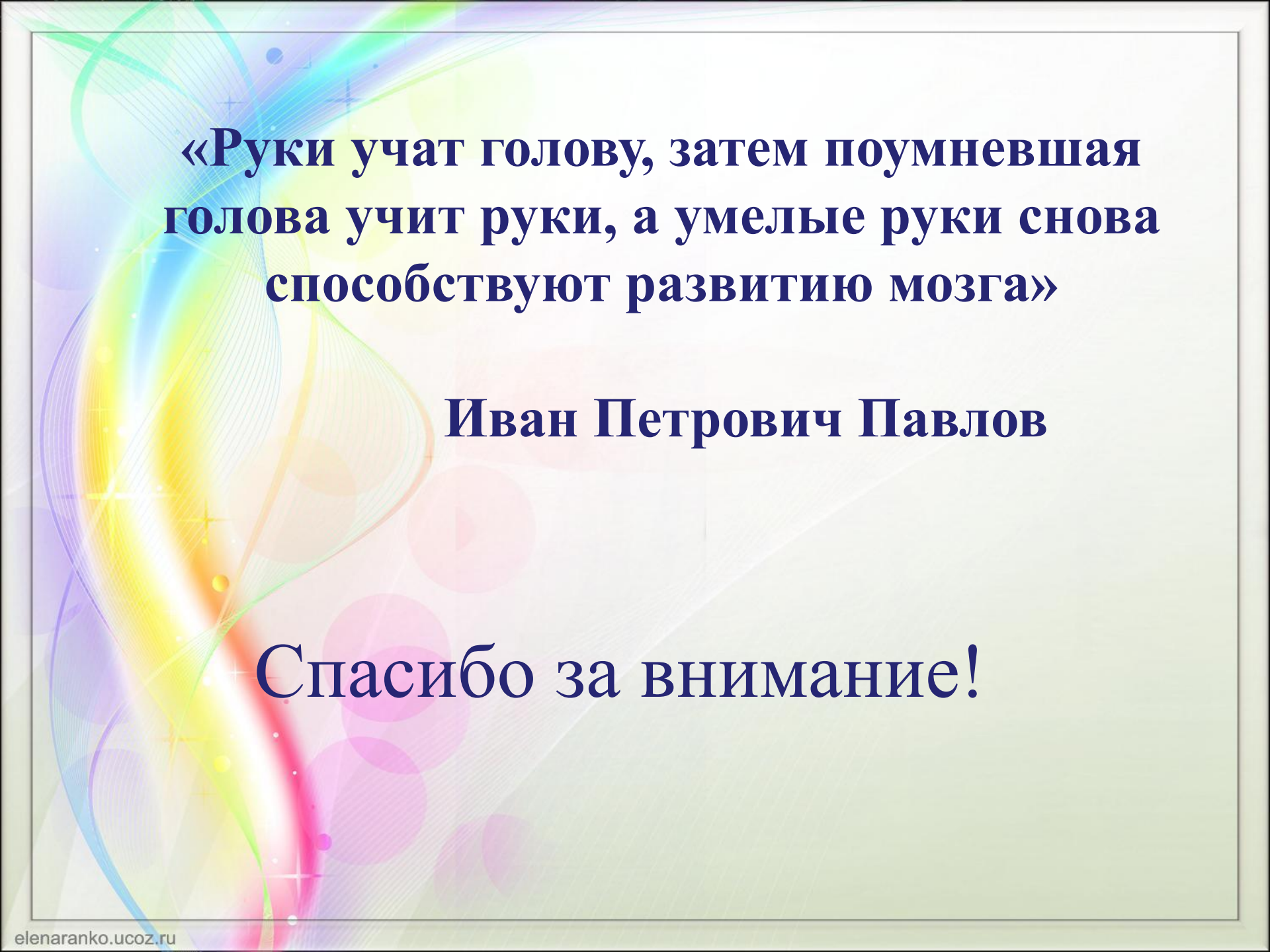
# Три важных правила пальчиковых игр

*Необходимо помнить три важных правила:*

- **Первое:** пальцы правой и левой рук следует нагружать равномерно;
- **Второе:** после каждого упражнения нужно расслаблять пальцы (например, потрясти кистями рук);
- **Третье:** поскольку пальчиковая гимнастика оказывает комплексное воздействие, она должна использоваться на всех образовательных деятельности в ДОУ

# Воздействие массажа пальцев рук на внутренние органы человека



The background features a vibrant, abstract design with flowing, multi-colored lines in shades of blue, green, yellow, and purple. These lines are interspersed with soft, glowing circles and starburst patterns, creating a dynamic and artistic atmosphere. The overall color palette is bright and cheerful, with a gradient effect from light blue on the left to a pale yellow-green on the right.

**«Руки учат голову, затем поумневшая  
голова учит руки, а умелые руки снова  
способствуют развитию мозга»**

**Иван Петрович Павлов**

**Спасибо за внимание!**