

# 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.



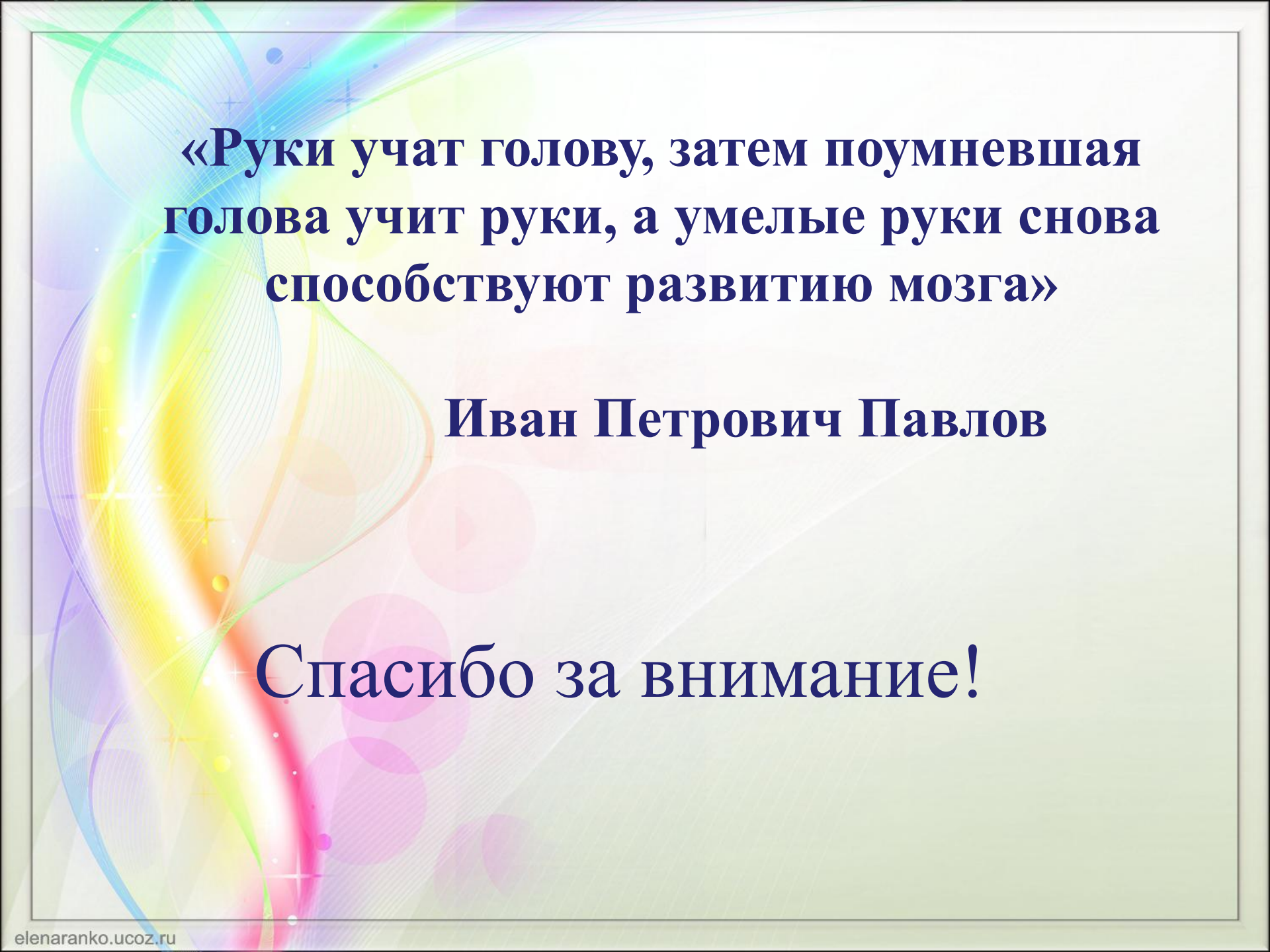
# Три важных правила пальчиковых игр

*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 feel. The overall composition is framed by a thin black border.

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

**Иван Петрович Павлов**

**Спасибо за внимание!**