

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.



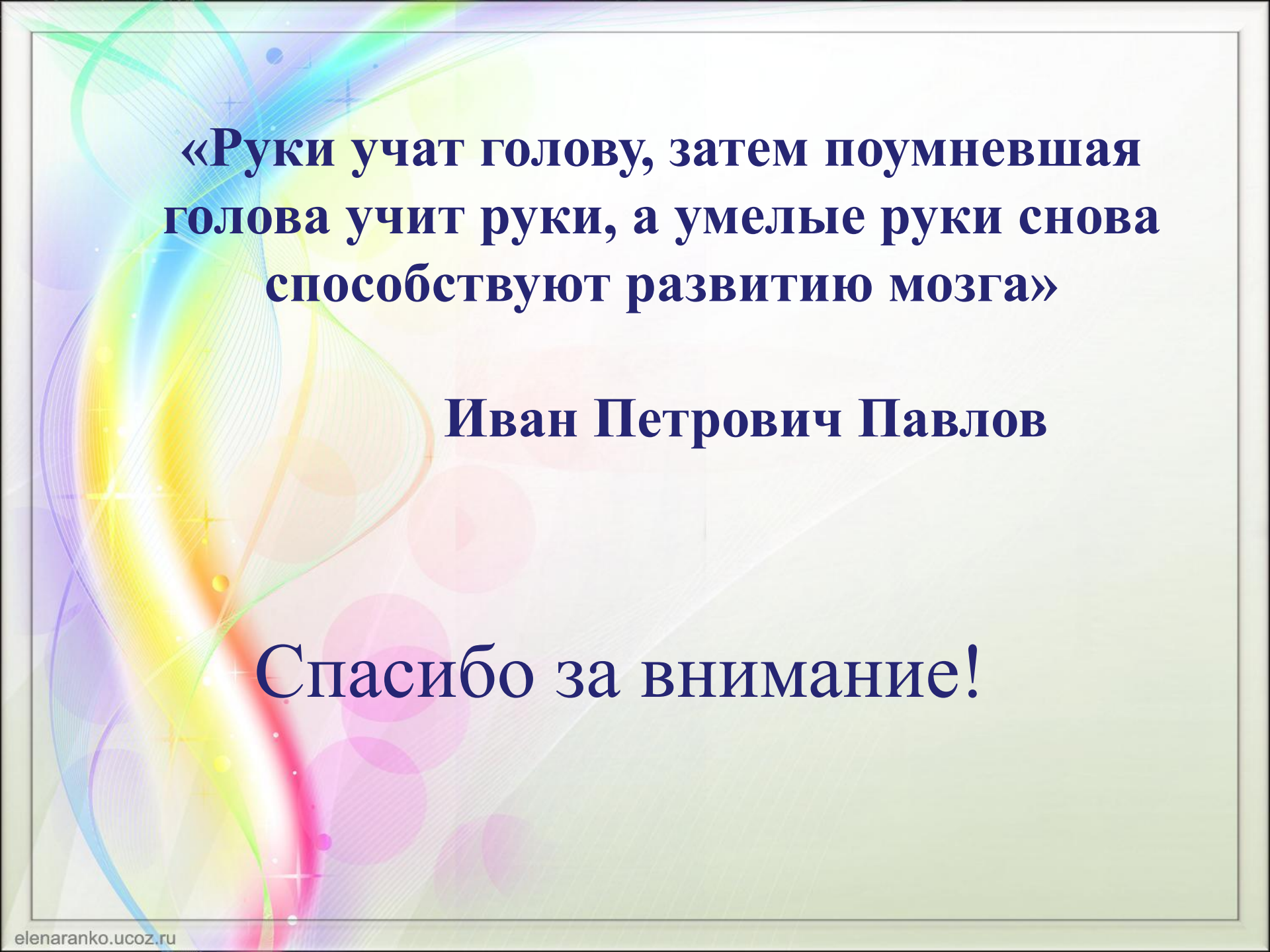
Три важных правила пальчиковых игр

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. Interspersed among these lines are various sized circles and dots in soft colors like pink, orange, and light blue, creating a dynamic and artistic feel.

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

Иван Петрович Павлов

Спасибо за внимание!