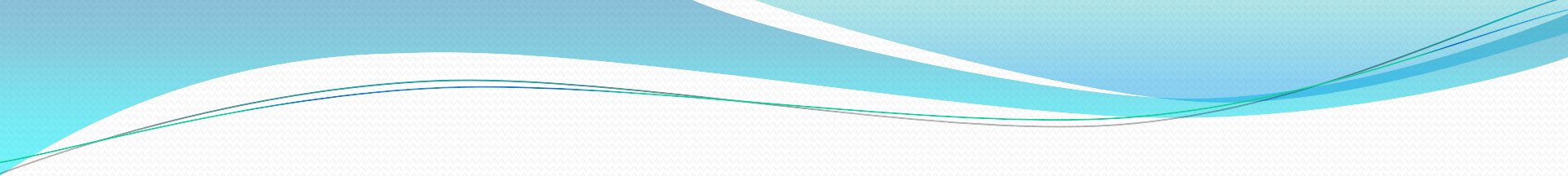


Современные здоровьесберегающие технологии в Детском саду

Технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей.

Автор: Тиверёва Ольга Анатольевна





Подробнее о пальчиковой гимнастике

Пальчиковая гимнастика

«Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев». В. А. Сухомлинский

Дождик капает

Дождик
капает,
Дождик
капает.

Кап - кап - кап.

Кап - кап - кап.

(Пальчики обеих
рук
постукивают по
столу).



Пальчиковая гимнастика-

это инсценировка стихов или каких-либо историй при помощи пальцев.

Такая тренировка движений пальчиков и кистей рук является мощным средством развития мышления ребенка.

В момент этой тренировки повышается работоспособность коры головного мозга.

Из истории возникновения педагогической технологии пальчиковых игр

Приоритет признания пальчиковых игр официальной педагогикой принадлежит немецким специалистам. Еще в 1873 году выдающийся немецкий педагог Фридрих Фребель выделил воспитательное значение пальчиковых игр и включил их в учебный план созданных им детских садов. Фребель высказал предположение, что именно ассоциация звука и смысла слов с собственным телом ребенка наилучшим образом подходит для стиля обучения маленьких детей. В те времена не могло существовать теоретического обоснования этого способа, Фребель делал заключения на основе собственных наблюдений и интуиции. Ранее существовало множество народных пальцевых игр, потешек, сопровождающих детство наших прабабушек и бабушек, игр теперь уже забытых или полузабытых. В течение последнего десятилетия специалисты занимаются поиском, возрождением таких игр, обращаясь за помощью к этнографам, фольклористам, филологам, используя специальную литературу, проводя опросы в различных регионах России.

Замок

На двери висит замок. Кто его открыть бы мог?

(Руки складываются в замок, пальцы переплетаются. «Замок» ритмично раскачивается в такт чтению стишка.)

Постучали.

(Не расцепляя пальцев, ритмично постукиваем друг о друга основаниями ладоней.)

Покрутили.

Не расцепляя пальцев, крутим руками от «себя к себе».)

Потянули.

(Тянем руки в разные стороны, выпрямляя пальцы, но не отпуская их полностью.)

И открыли!

(Резко разводим руки в стороны. Обычно это любимое движение у малышей – им нравится показывать, как широко они открыли замок.)



Польза пальчиковой гимнастики:

Развиваем речь. Упражня и ритмично двигая пальчиками, малыш активизирует речевые центры головного мозга.

Развивает умение малыша подражать взрослым, учит вслушиваться в нашу речь и ее понимать, повышает речевую активность крохи.

Учит ребенка концентрировать внимание и правильно его распределять.

Речь становится более четкой, ритмичной, яркой.

Служит для развития памяти малыша. Помогает развивать фантазию и воображение.

Кисти и пальцы рук станут сильными, подвижными и, гибкими.

Отряд

*Пальцы –
маленький отряд
Бодро выстроились
в ряд.*

*Все из нашего
полка*

*Достают до
потолка.*

*(Упражнение
выполняют сидя.
Дети поднимают
руки над головой и
тянутся вверх,
вытягивая пальцы).*



Правила пальчиковой игры:

- Начинать пальчиковую гимнастику лучше с «разогревки» – сгибания и разгибания пальцев (можно постучать пальчиками, изображая «дождик» или клюющих курочек и т.д)
- Чтобы увлечь малыша – произносим текст игры очень выразительно – повышая и понижая голос, делая паузы, подчеркивая отдельные слова. И синхронно с текстом показываем движения. Когда малыш начнет сам хорошо выполнять игру – даем только словесные указания без показа. Поначалу движения выполняются медленно. Если у малыша не получается то или иное упражнение – можно взять его ручку и помочь ему сделать всё правильно.
- Если он, например, придумал свое собственное движение или стишок – поощрим его. Да здравствует творчество!!! Не будем принуждать малыша, когда ему не хочется – сменим игру или выберем другое время. И если играть с удовольствием – наша увлеченность обязательно заразит его.

Наша семья

(По очереди разгибайте
пальчики, начиная с
большого)

Этот пальчик большой -

Это папа дорогой.

*Рядом с папой - наша
мама.*

*Рядом с мамой - брат
старшой.*

*Вслед за ним сестренка -
Милая девчонка.*

*И самый маленький
крепыш -*

*Это славный наш
малыш.*



Пальцы левой и
правой рук следует
нагружать
равномерно

The diagram consists of four circles arranged in a diamond shape. The central circle is light blue and contains the text 'Необходимо помнить:'. The three surrounding circles are a darker shade of blue. The top circle contains text about loading fingers. The bottom-left circle contains text about the benefits of finger gymnastics. The bottom-right circle contains text about relaxing fingers after exercises. All circles are connected to the central one by thin lines.

**Необходимо
помнить:**

Поскольку
пальчиковая
гимнастика оказывает
комплексное
воздействие, она
должна
использоваться на
всех занятиях.

После каждого
упражнения нужно
расслаблять пальцы
(например, потрясти
кистями рук)

Семья

Этот пальчик — дедушка.

(можно заменить именами родственников в ласкательной форме)

Этот пальчик — бабушка.

Этот пальчик — мамочка.

Этот пальчик — папочка.

**Этот пальчик — я,
Вот и вся моя семья!**
(растопырить ручки малыша или свои)



Кроме огромной пользы для развития познавательных способностей ребенка, **пальчиковые игры также помогают наладить с ребенком доброжелательные отношения.** А еще для ребенка они - интересный мостик между ним и окружающим миром. Ведь в пальчиковой гимнастике, по обыкновению, отображается мир реальный - люди, животные, явления природы.

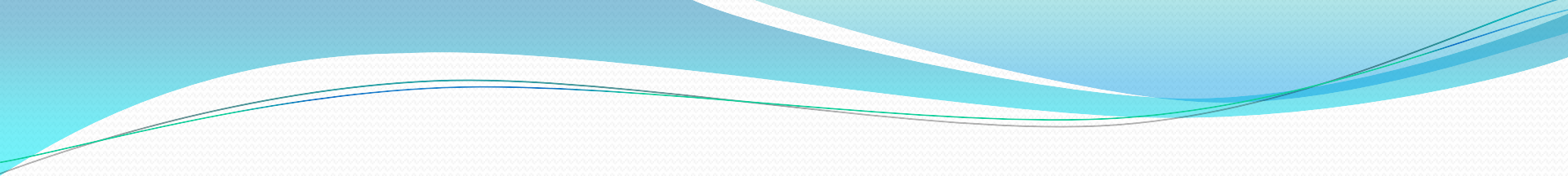
Кулачок

**Раз, два, три,
четыре, пять!**
(собрать ручку в
кулачок)

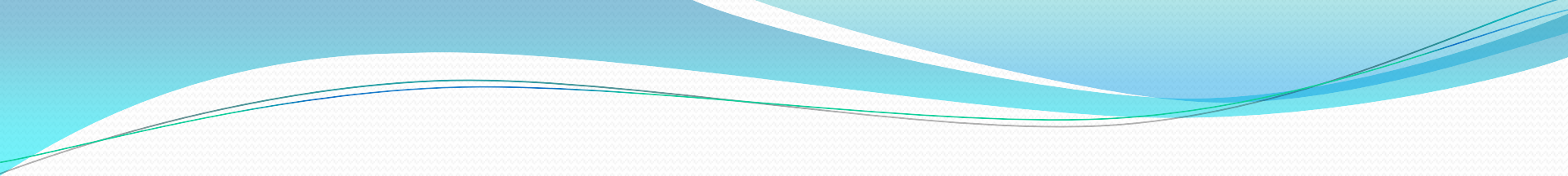
**Вышли пальчики
гулять!**

(раскрыть кулачок)
**Раз, два, три,
четыре, пять!**
(погладить ладошку)
**В домик
спрытались опять.**
(свернуть в кулачок)





*"Рука – это своего
рода внешний
мозг", - писал
Кант.*



*Рука имеет большое
"представительство" в коре
головного мозга, поэтому
пальчиковая гимнастика
имеет большое значение для
развития ребенка.*