



*Пальчиковая гимнастика,  
как средство  
здоровьесберегающей технологии*

**Выполнила: Пфецер Е. В.**



*Если ручки неумелы,  
Если пальчики не смелы,  
Трудно ручку удержатъ,  
Буквы ровно написать  
Не удержишь карандаш-  
Не получится пейзаж.*



## Цель пальчиковой гимнастики



*Развитие мелкой и общей моторики дошкольников.*

*Развитие тонких движений пальцев рук.*

### *Задачи:*

*1. Развивать мелкую мускулатуру пальцев руки, точную координацию движений.*

*2. Совершенствовать зрительно-двигательную координацию и ориентировку в микропространстве.*

*3. Совершенствовать умение детей учитывать сенсорные свойства предметов в различных видах деятельности: пальчиковые игры с предметами, изобразительной, конструктивной.*

*4. Совершенствовать умение подражать взрослому, понимать смысл речи.*

*5. Совершенствовать произвольное внимание, зрительную память, аналитическое восприятие речи.*



## *Здоровьесберегающие Технологии -*

*это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития*

*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

«Налим»

Жил в реке один налим,

Два ерша дружили с ним.

Прилетали к ним три утки

По четыре раза в сутки,

И учили их считать

Раз, два, три, четыре, пять.

## Методические указания

Медленные движения соединенными ладонями, имитирующие плавание.

Движения ладонями с двух сторон.

Взмахи ладонями.

Согнуть кулачки.

Разгибать пальчики из кулачков, начиная с больших.







## Пальчиковая гимнастика

### «Десять котят»

У Мурочки нашей есть десять котят,

Сейчас все котята по парам стоят:

Два толстых, два ловких,

Два длинных, два хитрых,

Два маленьких самых

И самых красивых.

## Методические указания

Ребенок складывает ладошки, пальцы прижимает друг к другу. Локти должны опираться на стол.

Ребенок покачивает из стороны в сторону, не разъединяя пальцев.

Ребенок постукивает соответствующими пальцами друг о другу – от большого к мизинцу.





## Пальчиковая гимнастика «Осень»

Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем листья собирать,  
Листья березы, листья рябины,  
Листья у тополя  
И у осины,  
Листики дуба мы соберем,  
Маме осенний букет соберем.

## Методические указания

Ребенок по очереди загибает пальчики, начиная с большого.

Ребенок сжимает и разжимает кулачки.

Ребенок загибает пальчики, начиная с мизинца.





## Пальчиковая гимнастика

### Варим, варим мы компот

Будем мы варить компот,  
Фруктов надо много. Вот.

Будем яблоки крошить,  
Грушу будем мы рубить,  
Отожмем лимонный сок,  
Слив положим и песок,

Варим, варим мы компот  
Угостим честной народ

## Методические указания

(левую ладонку держать «ковшиком»,  
а указательным пальцем правой руки  
мешать)

(загибать пальцы по одному, начиная  
с большого)

(правую ладонку держать  
«ковшиком», а указательным пальцем  
левой руки мешать)







## Пальчиковая гимнастика

### «Муравьишка» (насекомые)

Муравьишко по тропинке  
На плече несет травинку.  
К домику не близок путь,  
Помогите кто –нибудь.

## Методические указания

(дети пробегаются пальцами правой руки по левой от кисти к плечу)  
(пробегают пальцами левой руки по правой)

(прижимают ладони друг к другу и сильно трут их)

