

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

**ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С
ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНКЛЮЗИВНЫХ И
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ**

*Тема: «Пальчиковая гимнастика, как здоровьесберегающая технология
сохранения и стимулирования здоровья детей раннего дошкольного
возраста»*

Подготовила воспитатель: Ахметвалеева М.А.

г. Нижневартовск, 2022

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. А ранний и младший дошкольный возраст – период, когда закладываются первоначальные способности, обуславливающие возможность приобщения ребёнка к различным видам деятельности. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию.

Поэтому актуальным и востребованным становится поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях. Во время новых технологий требуется объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение и укрепление здоровья. Эти новые технологии получили название «здоровьесберегающие».

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

В ДОУ чаще всего используют здоровьесберегающие технологии по следующим направлениям:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

3. *Коррекционные технологии*: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

Пальчиковая гимнастика относится к направлению «Технологии сохранения и стимулирования здоровья» и «Коррекционные технологии».

Пальчиковая гимнастика рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Пальчиковые игры помогают совершенствовать движения рук, развивая психические процессы: произвольное внимание, логическое мышление; слуховое восприятие, память, речь детей; мелкую моторику пальцев, кистей рук.

Функции пальчиковой гимнастики

Пальчиковые упражнения выполняют ряд функций:

- способствуют развитию ловкости пальцев (этот фактор будет важен для освоения письма);
- активизируют речевые центры;
- развивают внимание, память, воображение;
- создают позитивную атмосферу в группе, вызывают положительные эмоции.

Задачи пальчиковой гимнастики в работе с дошкольниками

1,5–4 года (первая и вторая младшие группы)

- Развитие координации движений;
- Формирование чувства ритма;
- Развитие умения следить за действиями взрослого и воспроизводить их.

Виды пальчиковых игр

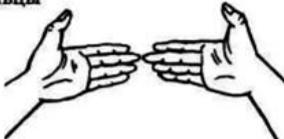
Классификация по технике исполнения пальчиковых игр строится на характере воспроизводимых движений:

- Игры и упражнения для кистей рук: ребёнок повторяет движения за взрослым, учится напрягать и расслаблять мускулатуру кистей.

ВОРОТА

1. Исходное положение. Ладони поставить на ребро, пальцами друг к другу — «ворота закрыты». Пальцы выпрямлены и напряжены.

Ворота крепко мы закрём —
Не сможет волк проникнуть в дом!
(Н. Тегинко)

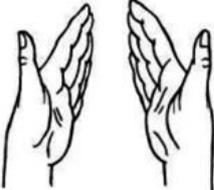


или

А ворота мы закроем на замок,
Чтобы волк зубастый в дом войти не смог.

2. Ворота открываются и закрываются.
Исходное положение см. пункт 1.
Затем развернуть ладони параллельно друг другу, пальцы направлены от себя. Вернуться в исходное положение.

Ворота открыты всегда для друзей,
Мы рады вам, гости! Входите скорей!
(Н. Тегинко)



- Пальчиковые упражнения статические: выполнение точных движений пальцами

САРАЙ

Пальцы рук соединить под углом — «крыша». Большие пальцы спрятать под «крышу» и прижать к ладоням.

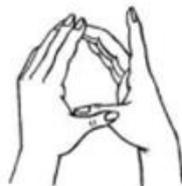
Этот домик называется сарай,
Кто живёт в сарае?
Ну-ка угадай!



ДОМ

1. Пальцы рук соединить под углом, большие пальцы положить один на другой. Указательный палец одной руки выпрямить — это «труба».

Посмотри на дом с трубой.
В нём мы будем жить с тобой.



2. Руки поднять над головой, пальцы соединить под углом.

Вот стоит огромный дом,
Дом ужасно важный.
Сто окошек в доме том!
Он многоэтажный.



(Н. Тегинко)

- Пальчиковые упражнения динамические: наиболее сложный вид гимнастики, в одном упражнении сочетаются различные движения пальцами.

ПТИЧКА ПЬЁТ ВОДИЧКУ

Исходное положение. Пальцы сложить «щепотью» — это «клюв».

Не отрывая локоть от стола, «клювом» коснуться стола. Далее — имитировать движения птицы: захватить «воду», поднять «голову», пощёлкать «клювом».

Наклонилась, захватила,
Подняла и проглотила.



ПТЕНЧИКИ В ГНЕЗДЕ

Пальцы правой руки собрать в «щепотью» — это «птены».левой рукой сбоку обхватить пальцы — это гнездо. Попеременно чередовать положение рук.

Вот птенцы, а вот — гнездо.
Всем птенцам в гнезде тепло.



ПТИЧКА ЛЕТИТ

(усложнённый вариант)

Исходное положение. Руки расположить перед собой (ладонями к себе). Большие пальцы переплести — это «голова» птицы. Остальные пальцы — «крылья». Помахивать ими.

Птички летели,
(помахать «крыльями»)
Сели — посидели,
(прижать ладони к груди)
Дальше полетели.



По характеру сопровождающего материала пальчиковые игры и упражнения делятся на 3 вида:

- Игры со стихотворным сопровождением. Благодаря ритмичному звучанию стихотворные игры быстро запоминаются, дети воспроизводят их самостоятельно. Подвидом считаются игры с песенным сопровождением, их разучивают дошкольники среднего и старшего возраста.

НОЖКИ

Нарядили ножки
В новые сапожки.
Вы шагайте, ножки,
Прямо по дорожке.
Вы шагайте-топайте,
По лужам не шлёпайте,
В грязь не заходите,
Сапожки не рвите.



- Игры-манипуляции: в пальчиках ребёнок представляет называемых персонажей (члены семьи, люди разных профессий) или животных.

ПОВСТРЕЧАЛИСЬ

Повстречались два котенка: «Мяу-мяу»

(Ладони рук раскрыты. Соединяем мизинцы обеих рук друг с другом)



Два щенка: «Гав-гав!»

(Соединяем вместе безымянные пальчики, при этом мизинцы не отрываем друг от друга)



Два жеребёнка: «И-го-го!»

(Соединяем средние пальцы вместе.)



Два тигрёнка: «Ррр - ррр!»

(Соединяем указательные пальцы обеих рук.)



Два быка: «Му-у-у!»

(Соединяем большие пальчики обеих рук вместе. Теперь все пальцы соединены друг с другом.)



Смотри, какие рога!

(На обеих руках вытянуть вперед указательные пальчики и мизинцы - "показываем рога".)



- Игры-инсценировки, так называемый пальчиковый театр: ребёнок пальчиками изображает сказочных персонажей и разыгрывает знакомый сюжет.

«Репка»

Тянут, тянут бабка с дедкой, (Дети вытягивают большие пальцы)

Из земли большую репку. (Указательные.)

К ним пришла тут внучка, (Средние.)

Подбежала Жучка, (Безымянные.)

Кошка тоже потянула. (Мизинцы.)

Хоть держалась крепко, (Берут репку.)

Вытянута репка! (Поднимают руки вместе с репкой.)

Подготовка и проведение занятия по пальчиковой гимнастике

С воспитанниками первой младшей группы (дети 1,5–3 лет) я разучиваю упражнения-имитации. Дошкольники пробуют самостоятельно повторить движения, которые показывает воспитатель. В играх воспроизводятся движения, похожие на махи птичьих крыльев, повадки домашних и диких животных. Кисти принимают форму знакомых предметов: замочка, пирамидки, молоточка, фонарика, цветка и др. Воспитатель следит за точностью выполнения движений, поправляет и помогает своим подопечным прямым показом. Разучивать упражнение с малышами стоит отдельно с каждым. Когда движения разобраны и ребята их запомнили, пальчиковая гимнастика проводится в подгруппе.

Продолжительность пальчиковой гимнастики

Оптимальная длительность пальчиковой гимнастики — 5 минут. За это время ребята проигрывают несколько упражнений и делают самомассаж.

Обучение новой пальчиковой игре проводится в медленном темпе, с повтором движений от начала до конца. На первоначальное освоение игры отводится 2–3 минуты.

Использование наглядного материала во время пальчиковой гимнастики

Рассматривание картинок, плакатов, книжных иллюстраций является составляющей частью большинства занятий в детском саду. Во время проведения пальчиковой гимнастики также рекомендуется привлекать наглядные материалы. Яркие и понятные образы помогают дошкольникам в исполнении гимнастических движений, активизируют воображение. Дети легче включаются в игровую ситуацию.

Вывод: Таким образом, очень важно использовать пальчиковые и словесные игры во всех видах деятельности, так как они дают положительный результат в развитии детей раннего дошкольного возраста.