

Где использовать такие игры



Использовать их можно в течение дня многократно:

- утром в классе на уроке или индивидуально;
- во время утренней гимнастики; (дома)
- на физкультминутках;
- на физкультурных занятиях (в начале комплекса обще-развивающих упражнений; в заключительной части – самомассаж кисти и с помощью массажных мячей);
- перед обедом, когда дети ожидают приглашения к столу;
- на прогулке в теплое время года;
- в зачине подвижных игр или в ходе игры; на досугах, праздниках, развлечениях.

Пальчиковая гимнастика позволяет активизировать левое полушарие головного мозга (логическое, «рассудочное», обрабатывающее информацию, поступающую в мозг, последовательно, аналитически), которому свойственен аналитический подход к решению задач по принципу индукции (от частного к общему) у левшей, т.к. у них преобладает правое полушарие (невербальное, образное), которому свойственен в отличие от левого полушария синтетический подход по принципу дедукции.



«Ум ребенка находится на кончиках его пальцев».

Педагог

В.А. Сухомлинский

«Рука – это инструмент всех инструментов».

Аристотель

«Рука – это своего рода внешний мозг, это вышедший наружу мозг человека».

И. Кант



Педагог-психолог МАОУ
СОШ № 5:

Голова Наталья Игоревна
По всем вопросам вы
можете обращаться в каб. 3
Тел. 32-50-00

Нижний Тагил
2020

МАОУ СОШ № 5 с углубленным
изучением отдельных предметов
им. Г.Н. Зайцева

Веселые пальчики

Рекомендации родителям



*Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик - прыг в кровать,
Этот пальчик прикорнул,
Этот пальчик уж заснул.
Встали пальчики - "Ура!"
В школу нам идти пора!*

«Истоки способностей и дарований детей на кончиках их пальцев»

Пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика предназначена для того, чтобы помочь

поставить детям правильный почерк. Ее упражнения дают пальцам полноценный отдых, развивают их ловкость, подвижность, а веселые стишки помогают снять напряжение.

Но это еще не вся польза, какую приносит пальчиковая гимнастика. Дело в том, что на пальцах и на ладонях есть «активные точки», массаж которых положительно сказывается на самочувствии. Улучшает работу мозга. Регулярные занятия по предложенной системе будут способствовать поддержанию хорошего тонуса.

Рекомендации для выполнения гимнастики:

1) после каждого упражнения необходимо расслабить пальцы (потрясти кистями рук);

2) пальцы лучше загружать равномерно;

3) поскольку пальчиковая гимнастика оказывает комплексное воздействие она может быть использована на уроках русского языка, математики, чтения, труда и физкультуры.

На уроках математики и чтения фокус внимания следует перенести с разминки пальцев и ладоней на их массаж, т.е. здесь лучше выбирать упражнения на различные растирания и на статическое напряжение. Хотя конечно не стоит пренебрегать и остальными упражнениями.



Упражнения

Осенние листья.

Раз, два, три, четыре, пять – *(Сжимают и разжимают кулачки.)*

Будем листья собирать.

Листья берёзы, – *(Загибаютна каждую строчку по одному пальцу.)*

Листья рябины,

Листики тополя,

Листья осины,

Листики дуба мы соберём,

Маме осенний букет отнесём.—*(Сжимают и разжимают кулачки.)*

Дерево.

У дерева ствол, – *(Прижимают руки тыльной стороной друг к другу.)*

На стволе много веток,

А листья на ветках

– *(Пальцы растопырены и подняты вверх, шевелят пальцами.)*

Жёлтого цвета.

Ягоды.

Раз, два, три, четыре, пять, *(Пальчики обеих рук «здороваются».)*

В лес идём мы погулять *(Обе руки «идут» указательным и средним пальцами по столу.)*

За черникой, за малиной, *(Загибают пальчики, начиная с большого.)*

За брусникой, за калиной,

Землянику мы найдём

И братишке отнесём.

Упражнения

Зверьки.

Сидит белка на тележке, *(Хлопки ладонками и удары кулачками друг о друга.)*

Продает она орешки

Лисичке-сестричке, *(Загибают по одному пальчику, начиная с большого.)*

Воробью, синичке,

Мишке толстопятаму,

Заиньке усатому,

Кому в платок, *(Ритмичные хлопки ладонками и удары кулачками.)*

Кому в зобок,

Кому в лапочку.

Снеговик.

Раз, два, три, четыре, пять, *(Загибают пальчики по одному, начиная с большого.)*

Мы во двор пришли гулять. *(«Идут по столу» пальчиками.)*

Бабу снежную лепили, *(«Лепят» комочек двумя ладонками.)*

Птичек крошками кормили, *(Крошащие движения всеми пальчиками.)*

С горки мы потом катались, *(Ведут*

указательным

пальцем правой

руки по ладони

левой руки.)

А ещё в снегу

валялись.

(Кладут ладони на

стол то одно, то

другой стороной.)

Все в снегу домой

пришли.

(Отряхивают

ладошки.)

