Мастер класс для родителей КМП «Пальчиковая гимнастика»

Цель – построение эмоционально-доверительных взаимоотношений, способствующих полноценному развитию здорового ребёнка и позитивной самореализации взрослых.

Задачи:

1. Формирование элементарных представлений о здоровьесберегающих технологиях и о возможности их применения.

2. Показать значимость развития мелкой моторики детей.

3. Научить элементам пальчиковой гимнастики для развития речи, внимания, памяти, воображения.

4. Показать способ профилактического самомассажа ушей

5. Продолжать устанавливать доверительные отношения с родителями.

Оборудование:

-Цветные карандаши по количеству участников;

-Су-джок по количеству участников;

-Массажные мячи с колючками по количеству участников;

-Фрутокрышки по 2 на каждого.

Ход консультации:

Здравствуйте уважаемые родители. В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребёнка – это самая главная задача для родителей и сотрудников детского сада. Для эффективного решения данной задачи в детских садах используются здоровьесберегающие технологии.

Что же это такое? Это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействия всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Другими словами, это все формы, средства и методы, используемые в образовательном учреждении, для укрепления и сохранения здоровья. Такие, как физкультурные занятия, динамические паузы, разные виды закаливания, дыхательная гимнастика, самомассаж и многие другие.

Один из видов здоровьесберегающих технологий – пальчиковая гимнастика.

«Рука – это вышедший наружу мозг человека» Кант.

На ладони много биологически активных точек. Воздействуя на них можно регулировать функционирование внутренних органов. Например,

Мизинец - сердце,

Безымянный палец - печень,

Средний палец - кишечник,

Указательный палец - желудок,

Большой палец - голова.

Поглаживание по ладони нормализует работу всего желудочно-кишечного тракта.

Беседа с родителями:

1. Играли ли ваши родители с вашими пальчиками? Как?

2. Как вы играете сами с пальчиками вашего ребёнка?

Пальчиковая гимнастика:

• Способствует овладению навыками мелкой моторики;

• Помогает развивать речь и умственные способности ребёнка;

• Повышает работоспособность коры головного мозга;

• Развивает у ребёнка психические процессы: мышление, внимание, память, воображение;

• Помогает снимать тревожность.

Сейчас, я хотела бы показать Вам несколько вариантов пальчиковой гимнастики. Первый раз я покажу, а второй раз - попробуйте повторить за мной.

Варианты пальчиковой гимнастики.

Наши предки наверняка о чем-то таком догадывались. Ведь хорошо знакомые нам «Сорока-ворона», «Ладушки», «Коза-рогатая» не что иное, как оздоравливающий и тонизирующий массаж.

Только задумайтесь: такие простые манипуляции с пальчиками, а сколько пользы!

Положительное воздействие на внутренние органы, тонизирующий, иммуностимулирующий эффект — это раз.

Стимуляция мыслительных функций и речи — это два.

Заряд положительных эмоций — это три.

Думаю, этого вполне достаточно, чтобы упражнения с пальчиками обосновались в арсенале ваших с ребёнком игр.

На кистях рук расположено большое количество точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы.

Уважаемые родители я предлагаю вам посмотреть, а затем поиграем вместе со мной в пальчиковую игру Сорока-белобока».

Первый этап. В игре «Сорока-белобока» водить пальцем нужно по часовой стрелке, от центра ладони, постепенно увеличивая круги к внешним контурам ладони. Дело в том, что в центре ладони находится протекция толстого кишечника (текст нужно произносить не торопясь, разделяя слоги). Закончить варить кашу надо на слове КОРМИЛА, проведя линию от развернувшейся спирали между средним и безымянным пальцами: здесь проходит линия прямой кишки.

Давайте повторим упражнение все вместе. Молодцы, спасибо.

Второй этап. Давайте продолжим, оказывается не все так просто!

Описывая работу той самой «Сороки белобоки» на раздаче каши деткам не стоит халтурить, указывая лёгким касанием «этому дала, этому дала». Каждого «детку», то есть каждый пальчик ребёнка, надо взять за кончик слегка сжать и загнуть.

Не забывайте играть поочередно то с правой, то с левой ручкой.

Молодцы, хорошо постарались.

Кстати эта игра совершенно не противопоказана взрослым. Только Вы сами решайте, какой пальчик нуждается в максимально эффективном массаже.

Работа с предложенным материалом.

Как вы уже смогли убедиться, пальчиковые игры – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Кроме того, что игры совершенствуют ловкость, они улучшают память, речь и вырабатывают усидчивость, пробуждают фантазию ребенка.

Первый вид- пальчиковые игры с предметами. Они развивают мышление, повышают эластичность мышц, вызывают положительные эмоции и стойкий интерес к деятельности. В качестве предметов можно использовать массажные мячи, карандаши, прищепки. Предлагаю вам проиграть одну из таких игр с карандашом.

Карандаш в руках держу

Поиграть я с ним хочу.

Карандаш в ладони взяли

И немного пошуршали

Карандашик я возьму-

Непременно каждый пальчик

Быть послушным научу.

Также при развитии мелкой моторики очень эффективны пальчиковые игры с элементами самомассажа. В данных играх используются традиционные для массажа движения – разминание, растирание, надавливание, пощипывание – такие движения выполняются от периферии к центру. Так же игры, с элементами самомассажа можно выполнять с помощью различных предметов, это могут быть деревянные грибочки, массажные мячи, карандаши и т.д. Например: Пальчиковая игра «Крышки»:

Пальчики обули, (в перевёрнутые дном крышки, стоящие на столе, вставляем указательные пальцы рук)

Смело в них вперёд шагнули, (передвигаем пальцы поочерёдно вперёд)

И пошли по переулку

На весёлую прогулку. (пальчики шагают).

Игры с мячиками.

Также мы используем массажные гладкие и колючие мячики. (Можно катать по ладошке, столу, коврику)

С мячиком- ёжиком:

Маленький колючий ёж,

До чего же ты хорош (катаем мячик -ёжик по столу правой рукой)

Покажи свои иголки,

Хоть они и очень колки. (катаем мячик по столу левой рукой).

Су-джок:

Прыгал мячик по дорожке, (катаем мячик между ладоней)

И попал в мои ладошки, (спрятали мячик в ладошках)

Будем мы с тобой играть. (перекладываем с одной руки в другую)

Мои ручки развивать.

Массаж ушей.

По количеству биологически активных точек с руками могут поспорить только уши.

Ещё в древнем Египте, Персии массаж ушей считался лучшим способом оздоровления организма. Этот вид оздоровления основан на стимуляции биологически активных точек расположенных в ушной раковине и связанных рефлекторно почти со всеми органами тела. Общая схема расположения точек на ушной раковине напоминает ребёнка, свернувшегося в эмбриональной позе. Можно представить себе, что голова его лежит на мочке уха, руки сложены вдоль тела и оказываются вместе с ногами в верхней части ушной раковины.

Массаж этих точек полезен в частности для быстрой мобилизации сил организма, улучшения работы органов дыхания и для защиты организма от простуды.

Массировать необходимо оба уха, движения по часовой стрелке пробуждает и активизирует, в противоположном направлении – успокаивает и умиротворяет.

Профилактический гармонизирующий массаж – растирание ушной раковины по все площади.

Если Вас одолевает усталость, вы чувствуете себя вялыми и сонными, массаж нужно начать с мочек и козелка.

Если к вечеру у вас болят, отекают ноги и руки, то во время массажа воздействуйте на области верхнего края ушей, так вы поможете ногам выдержать нагрузки рабочего дня.

Надавливание на центр мочки снимает усталость с глаз.

При проблемах с внутренними органами помассируйте среднем и указательным пальцем центральную углублённую часть ушных раковин.

Детям мы можем предложить этот массаж в виде игры.

Следует помнить, что массаж ушей никогда не нанесёт вреда, но всегда приведёт к улучшению физического и эмоционального состояния.

Поиграем с ушками.

«Погреем ушки»

Приложить ладони к ушам и тщательно тереть ими всю ушную раковину.

«Похлопаем ушками»

Заводим ладони за уши, и загибает их вперёд сначала мизинцем, а потом всеми остальными пальцами. Прижав ушные раковины к голове, резко отпускаем их. При этом вы должны почувствовать хлопок.

«Потянем ушки»

Захватить кончиками большого и указательного пальцев обе мочки ушей с силой тянем их вниз, а затем отпускаем.

На заключительном этапе мастер- класса нам бы хотелось, чтобы все участники поделились своими впечатлениями, высказали свое мнение- что Вам понравилось, что не понравилось, почему не понравилось, было ли Вам интересно или не очень.

На сегодня все. Всем большое спасибо за участие.