

МБДОУ «Детский сад №39»



Сохраним здоровье играя!



Беречь **здоровье** важно и нужно, а когда это происходит в игре, это польза вдвойне. Ведь играя, мы не только помогаем сохранить здоровье, но еще и положительно влияем на развитие всего организма и самое главное интеллекта.



Уважаемые родители, мы подобрали для вас самые интересные направления по сохранению и приумножению здоровья!



Подготовила:

Татьяна Юрьевна Коклягина учитель-логопед 9 логогруппы



Адрес: 385011, Республика Адыгея, город Майкоп, ул. 9 Января, 179Б. Телефон: 8 (8772)

55-61-03.





Сенсомоторные игры с бытовыми предметами.

Игры с помощью:

- 1. массажных мячиков;
- платочков;
- 3. ковриков;
- 4. крупных бигуди;
- 5. прищепок;
- 6. счётных палочек;
- 7. зубных щёток;
- 8. бус;
- 9. резинок для волос;
- 10. шестигранных карандашей.

Упражнение «Карусель» с шестигранным карандашом.

Цель: снять напряжение, развить мелкую моторику рук, развить коммуникативную функцию речи, закрепить сенсорные навыки.

Взрослый раздает шестигранные карандаши всем детям. Затем сопровождает действие с карандашами проговариванием стихотворного текста. Дети повторяют текст и движения за ведущим.

Карусели, карусели, Сели, сели, полетели, Завертелись, закрутились, Зажужжали, покатились! Задрожали, завизжали, Вместе за руки держались.

Как захватывает дух, Ух!

А. Кулешова



Берут в руки шестигранный карандаш.

Вращают карандаш пальчиками обеих рук, вверх — вниз, вправо — влево.

Затем вращают карандаш пальчиками одной руки.





Кинезиологические методы развитии интеллекта дошкольников.

Кинезиология — это наука о развитии головного мозга через движение или по-другому «Гимнастика мозга». Состоит из определенных упражнений для крупной и мелко моторики, которые синхронизируют работу одновременно двух полушарий головного мозга, улучшают память, внимание, развивают моторику, речь. Предлагаем пальчиковую гимнастику с элементами кинезиотерапии.

Упражнение «Колечко»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела). Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим паль-

цем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале движения выполняются каждой рукой отдельно, затем вместе.



Упражнение «Зеркальное рисование»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, произ-

вольности и самоконтроля, элиминация зеркального восприятия. Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру. Необходимо рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется,



заметно увеличится эффективность работы всего мозга.





Технологии снятия психоэмоционального и физического напряжения в работе с дошкольниками.

Релаксация.

Упражнения направленные на снятие физического и психологического напряжения, создание позитивного эмоционального настроя, овладение простыми умениями коррекции собственного психо-эмоционального состояния.

Упражнение на расслабление всего организма «Снежная баба»

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает



таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная

баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

