



**Инновационные практики
для оздоровления детей дошкольного возраста
в работе инструктора по физической культуре**

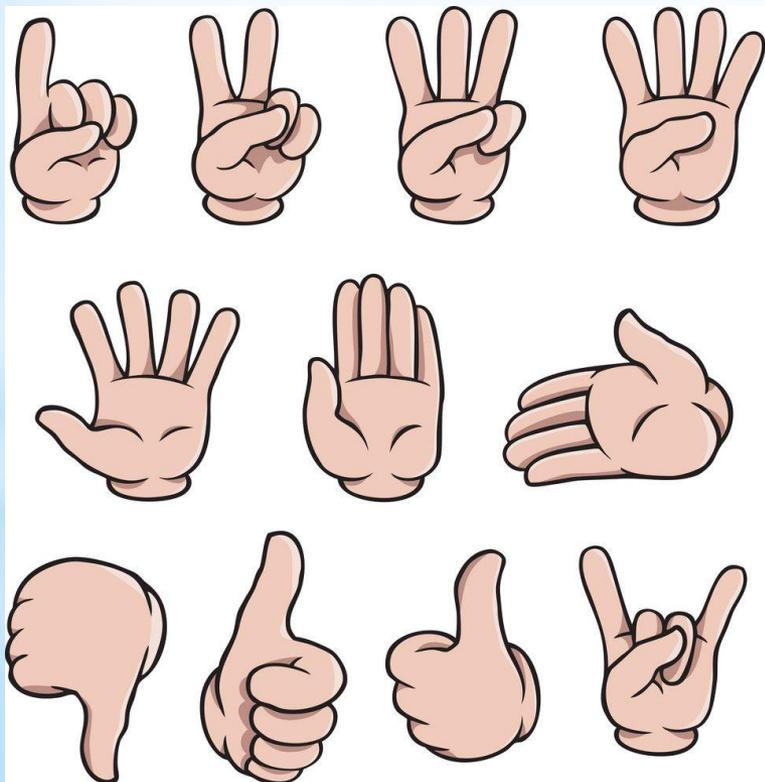
Подготовила: Воронова И.Ю.
инструктор по ф. к., I КК

Мир на кончиках пальцев!

«Истоки творческих способностей и дарований детей на кончиках пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Другими словами: чем больше мастерства в детской ладошке, тем умнее ребенок»

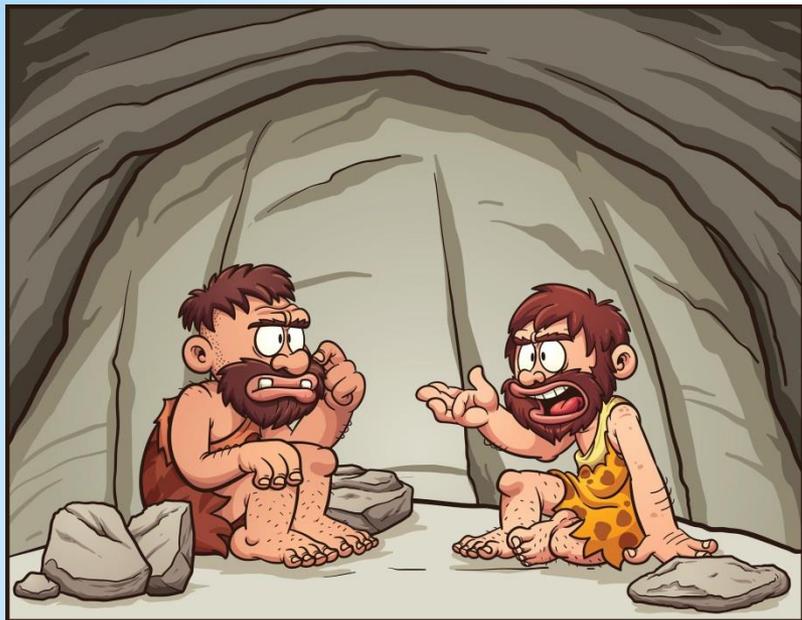
Сухомлинский В.А.





Первой формой общения первобытных людей были жесты. Особенно велика была роль руки — она дала возможность путем указывающих, оборонительных, угрожающих и других движений развить тот первичный язык, с помощью которого люди объяснялись

Позднее жесты стали сочетаться с возгласами, выкриками



Движения пальцев рук у людей совершенствовались из поколения в поколение, так как люди выполняли руками все более тонкую и сложную работу

«Не интеллектуальные преимущества сделали человека властелином над всем живущим, но то, что одни мы владеем руками - этим органом всех органов»
Джордано Бруно.



В процессе эволюции кисть становится не только исполнительницей воли, но и созидательницей, воспитательницей мозга.. Функции кисти уникальны и универсальны. Она — основной орган труда во всем его многообразии



Рука настолько связана с мышлением, с переживаниями, что стала вспомогательной частью нашего языка. Все, что есть в человеке неуловимого, невыразимого, что не находит слов, ищет выражения через руку

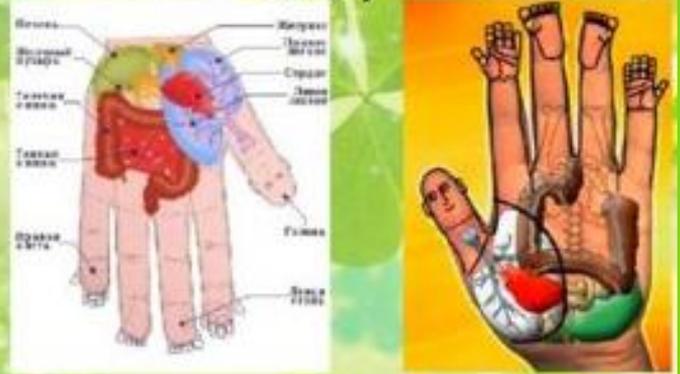


ОТ ПАЛЬЧИКОВ К ГОЛОВЕ

Мелкая моторика - это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной



Су (кисть)- Джок (стопа)
Разработал профессор Пак
Чже Ву



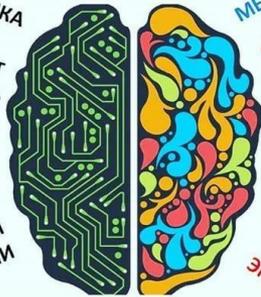
У мелкой моторики есть очень важная особенность. Она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Развитие мелкой моторики и развитие речи очень тесно связаны

Здоровым людям не стоит отказываться от возможности «прокачать» свой мозг — укрепить память, улучшить свои когнитивные и творческие способности — тем более, для этого обычно не требуется никаких специальных инструментов

РАБОТА МОЗГА ЧЕЛОВЕКА

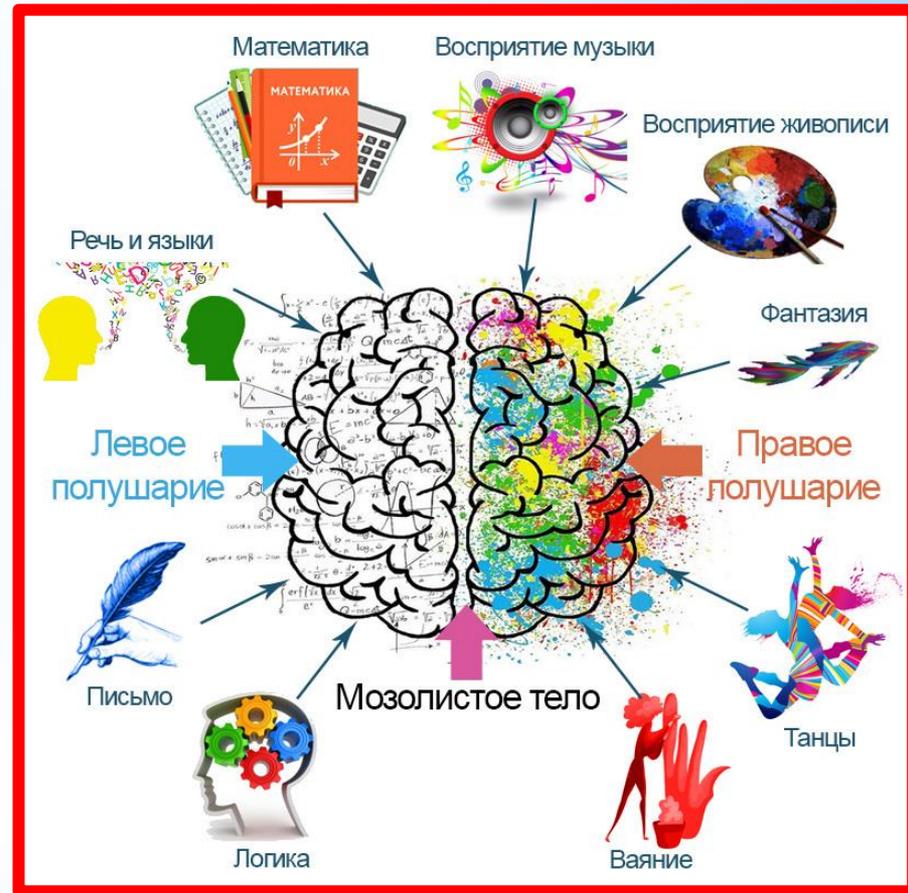
ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ

ЛОГИКА
ПОМОГАЕТ ГОВОРИТЬ И ПИСАТЬ
РАЦИОНАЛЬНОСТЬ
АНАЛИЗ РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ
РЕШАЕТ ПРИМЕРЫ С ЧИСЛАМИ



ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ

МЕЧТЫ
ФАНТАЗИИ
ВООБРАЖЕНИЕ
ОРИЕНТИРОВАНИЕ В 3-D ПРОСТРАНСТВЕ
ЧУВСТВО РИТМА
ИНТУИЦИЯ
ЭМОЦИИ



Итак, формируя и совершенствуя тонкую моторику пальцев рук, мы усложняем строение мозга, развиваем психику и интеллект ребенка. Через развитие мелкой моторики мы совершенствуем психические процессы и речевую функцию ребенка

Предлагаемое нестандартное оборудование способствует не только развитию мелкой моторики ребенка, но образному мышлению, восприятию, координации движений в целом







"КАПАЛ ДОЖДИК"



"ПАРАХОД ПЛЫВЁТ ПО РЕЧКЕ"



"СИЛАЧИ"



"ПЕРНАТЫЕ"



"МЯЧИ"



Пальчиковая гимнастика. Эмодзи танец «Повторяй за мной»
Занятия очень интересные! Поднимается настроение!!!!
Синхронизируется работа обоих полушарий головного мозга,
успокаивается нервная система, но при этом развивается мелкая
моторика соответственно и интеллект станет выше, больший объем
информации будет легче усваиваться! Одним словом это круто!!!
Для детей и взрослых!!!

Педагог Сергей Копылов. YouTube канал Палец вверх





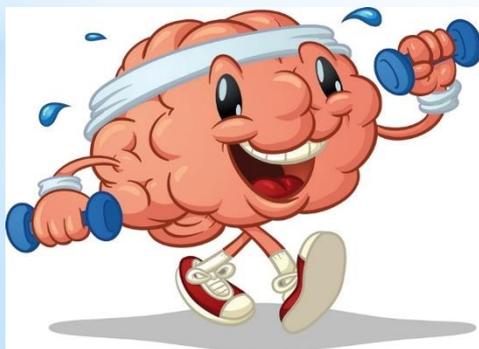


КИНЕЗИОЛОГИЯ
здоровьесберегающая
технология



- НАУКА О РАЗВИТИИ
УМСТВЕННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
ЧЕРЕЗ ОПРЕДЕЛЁННЫЕ
ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

- НАУКА О РАЗВИТИИ
ГОЛОВНОГО МОЗГА ЧЕРЕЗ
ДВИЖЕНИЕ

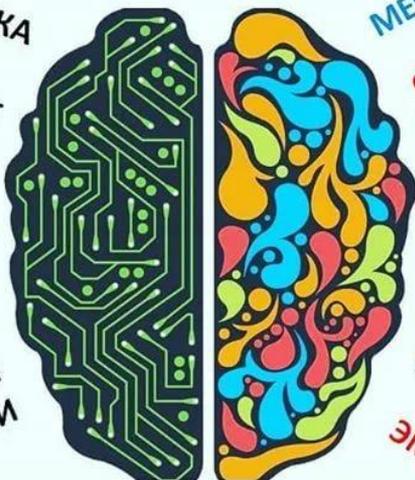


РАБОТА МОЗГА ЧЕЛОВЕКА

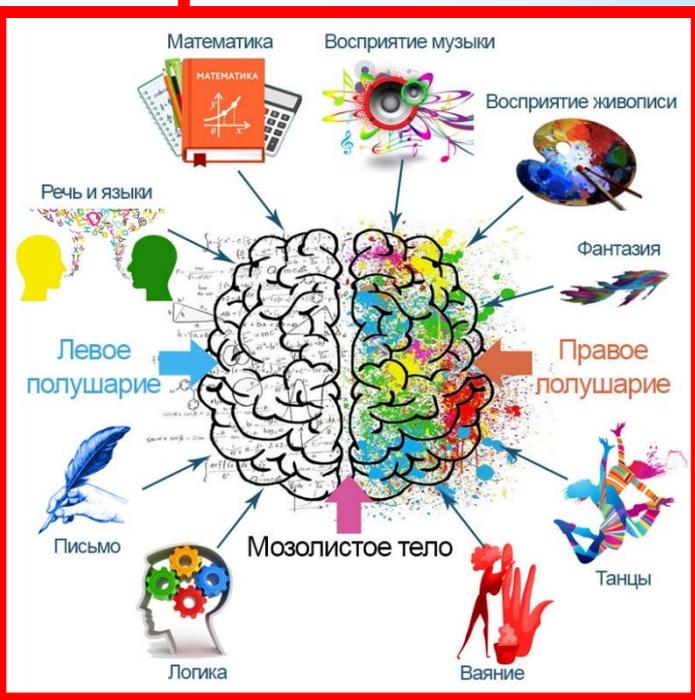
ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ

ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ

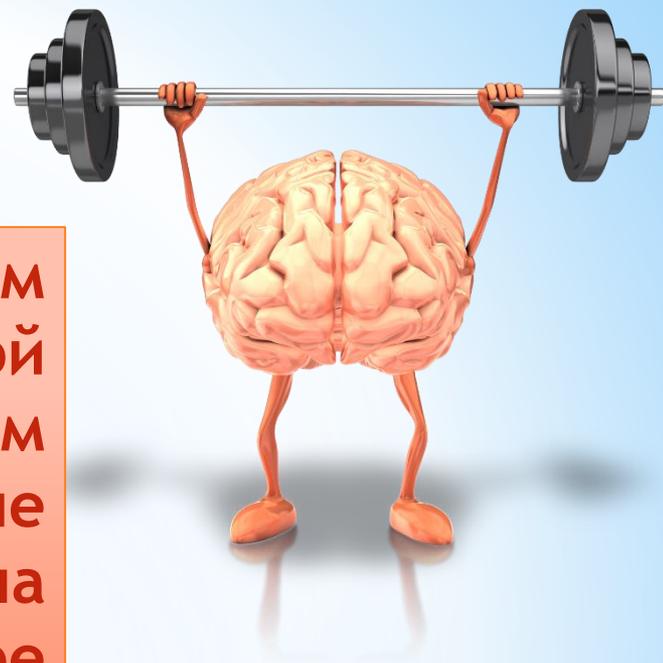
ЛОГИКА
ПОМОГАЕТ
ГОВОРИТЬ и ПИСАТЬ
РАЦИОНАЛЬНОСТЬ
АНАЛИЗ
РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ
РЕШАЕТ ПРИМЕРЫ
С ЧИСЛАМИ



МЕЧТЫ
ФАНТАЗИИ
ВООБРАЖЕНИЕ
ОРИЕНТИРОВАНИЕ
В 3-D ПРОСТРАНСТВЕ
ЧУВСТВО РИТМА
ИНТУИЦИЯ
ЭМОЦИИ



СПОРТ & ИНТЕЛЛЕКТ



Чем разнообразнее движение, тем больше полезной и разнообразной информации поступает в мозг, тем интенсивнее идут различные процессы направленные на интеллектуальное и умственное развитие.

Наукой признано, что недостаток движений отрицательно сказывается, как на здоровье в целом, тормозит общее развитие, так и снижает умственное развитие.

«Движение может заменить лекарство - но ни одно лекарство не заменит движения». Ж. Тассо

«Роль кинезиологических упражнений в оздоровлении дошкольников»

Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом и психическом развитии ставит перед педагогом задачу поиска эффективных форм и приемов профилактики и укрепления здоровья детей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Формами такой работы могут стать комплексы кинезиологической и дыхательной гимнастик, точечного массажа, растяжки, дыхательные упражнения, глагодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию и массаж помогут обеспечить полноценное и гармоничное развитие дошкольников.





ФИТНЕС С БАРАБАННЫМИ ПАЛОЧКАМИ

Drums Alive Мячи Алифа

Барабанная дробь по фитболам выбивает не только стресс, в этом убедились основательница класса Drums Alive Кэрри Экинс. Вся прелесть данной аэробной тренировки - в простоте и универсальности: барабанить могут все, независимо от возраста, пола и физической подготовки. Фитнес-мячи крепятся на специальных платформах, в руки берутся палочки, включается зажигательная музыка, и пошла жара! Ритм не отпускает участников ни на секунду.

Вы когда-нибудь мечтали стать рок-звездой? Такие занятия позволят почувствовать себя настоящим барабанщиком. Причем, как показывают исследования, музицирование, даже простейшее, оказывает сильное положительное влияние на мозг человека - фитнес для мозга.



В некоторых моментах эта групповая тренировка напоминает ритуальные танцы у костра, где в роли шамана - инструктор, показывающий магические движения. При этом в канву первобытного танца вплетены вполне современные приседания, повороты и выпады. Но главное все же - это мощная эмоциональная разрядка. Исследователи лос-анджелесского центра психологической помощи UCLA рекомендуют Drums Alive как прекрасный способ выпустить пар и альтернативную терапию при неврозах: данная тренировка помогает справиться с тревогой, депрессией и посттравматическими стрессами.



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**