

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

АКВАГИМНАСТИКА

Воспитатель: Воронцова А.В.

Речь имеет большое значение в развитии ребёнка. Формирование как личности связано с развитием речи ребёнка. Доказано, что уровень развития детской речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Чем активнее и точнее движения пальцев у маленького ребенка, тем быстрее он начинает говорить. Кроме того, игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают у ребенка умение подражать взрослому. Пальчиковые игры способствуют развитию памяти ребенка, так как он учится запоминать определенные положения рук и последовательность движений, у малыша развивается воображение и фантазия, кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Игры и гимнастика для пальчиков способствует не только речевому, но и всестороннему развитию. **Аквагимнастика** для пальчиков и рук – это занимательные игры в воде. **Вода** – одно из первых веществ, с которым дети начинают играть и экспериментировать. Не случайно игры с водой являются для них самым приятным способом обучения. Вода даёт ребёнку приятные ощущения, развивает различные рецепторы и предоставляет широкие возможности для познания мира. Ни для кого не секрет, что маленькие дети любят игры с водой, вспомните, сколько времени проводит ребенок у раковины, когда умывается. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук способствуют освоению детьми элементов массажа, оказывают оздоровительное воздействие на организм ребенка, улучшают функции рецепторов проводящих путей.

Соединение детского увлечения со специальными пальчиковыми упражнениями, это является **здоровьесберегающей образовательной технологией Аквагимнастика**, ее **ЦЕЛЮ** является развитие мелкой моторики рук дошкольников.

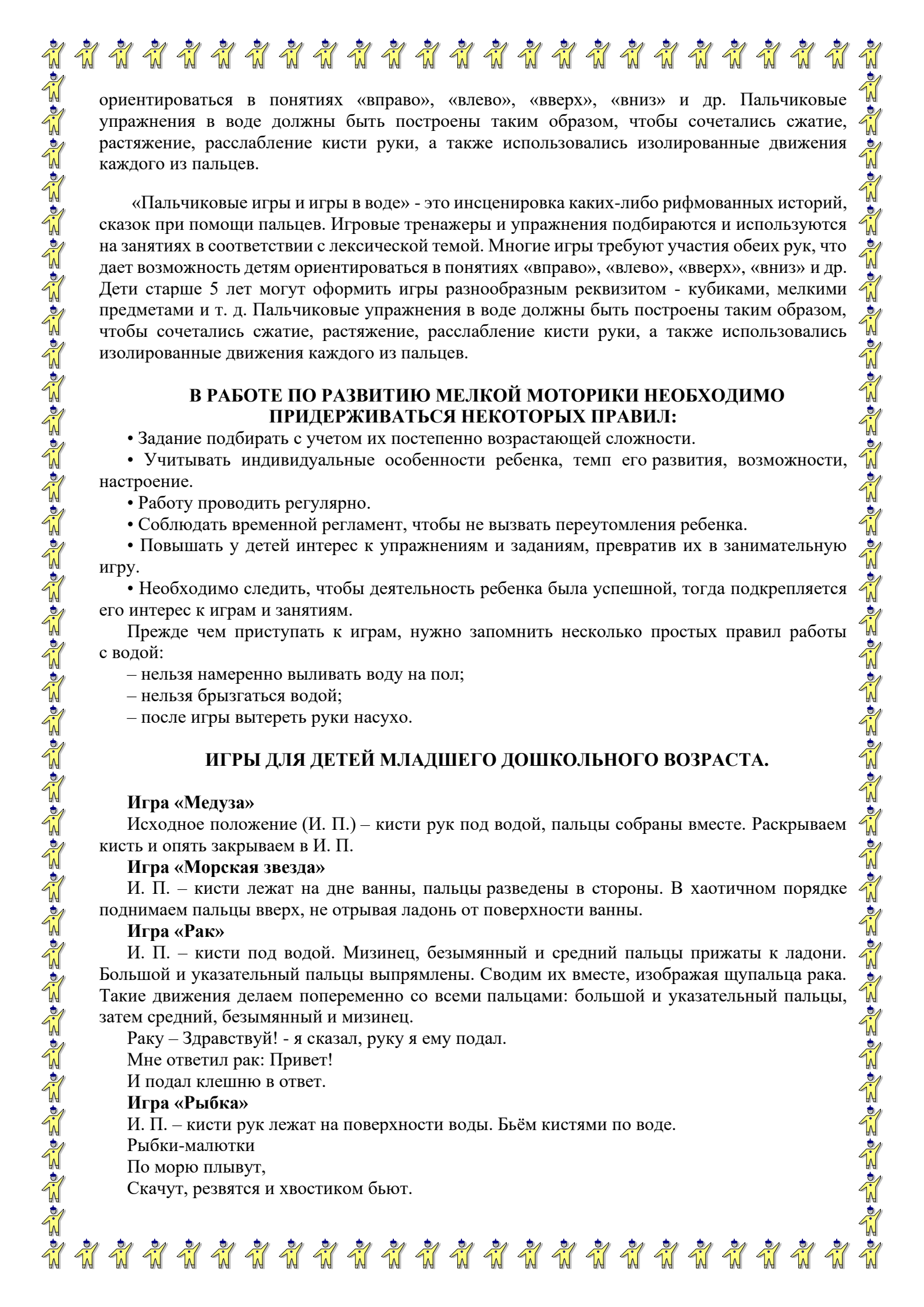
ЗАДАЧИ:

1. закрепление знаний детей о свойствах воды, а так же ввести новый вид гимнастики, научить выполнять различные упражнения кистями рук;
2. Повысить уровень развития мелкой моторики, мышления, внимания, памяти и связанной речи, ориентировки в пространстве;
3. В процессе работы воспитывать усидчивость, аккуратность.

Для реализации этой технологии необходимо создать необходимую **предметно-пространственную среду**. Нужны: непрокидывающаяся емкость для воды (центр песка и воды – в идеале), мелкие игрушки, камешки, бусы, спринцовки, шприцы и т.п.

Вода в емкости должна быть 37- 37,5 градусов с постепенным понижением её до 34 градусов, постепенно снижаем до комнатной температуры. Время занятий, начиная от 5-7 минут, постепенно доводят до 20 минут. Ребёнок ощущает приятное массирующее воздействие тёплой воды, испытывает чувство психологического комфорта, расслабляет физически и психически.

Важно, что такие игры увлекают ребенка, вызывают интерес, развивают мелкую моторику руки, аккуратность, усидчивость и умение концентрировать внимание, прекрасно укрепляют нервную систему, снимают напряжение, оказывают прекрасное тонизирующее и оздоравливающее действие, происходит постепенное закаливание ребёнка. В процессе таких игр ребенок получает массу положительных эмоций, что очень важно для его полноценного психического развития. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям



ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и др. Пальчиковые упражнения в воде должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.

«Пальчиковые игры и игры в воде» - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Игровые тренажеры и упражнения подбираются и используются на занятиях в соответствии с лексической темой. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и др. Дети старше 5 лет могут оформить игры разнообразным реквизитом - кубиками, мелкими предметами и т. д. Пальчиковые упражнения в воде должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.

В РАБОТЕ ПО РАЗВИТИЮ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ НЕОБХОДИМО ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ НЕКОТОРЫХ ПРАВИЛ:

- Задание подбирать с учетом их постепенно возрастающей сложности.
- Учитывать индивидуальные особенности ребенка, темп его развития, возможности, настроение.
- Работу проводить регулярно.
- Соблюдать временной регламент, чтобы не вызвать переутомления ребенка.
- Повышать у детей интерес к упражнениям и заданиям, превратив их в занимательную игру.
- Необходимо следить, чтобы деятельность ребенка была успешной, тогда подкрепляется его интерес к играм и занятиям.

Прежде чем приступать к играм, нужно запомнить несколько простых правил работы с водой:

- нельзя намеренно выливать воду на пол;
- нельзя брызгаться водой;
- после игры вытереть руки насухо.

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Игра «Медуза»

Исходное положение (И. П.) – кисти рук под водой, пальцы собраны вместе. Раскрываем кисть и опять закрываем в И. П.

Игра «Морская звезда»

И. П. – кисти лежат на дне ванны, пальцы разведены в стороны. В хаотичном порядке поднимаем пальцы вверх, не отрывая ладонь от поверхности ванны.

Игра «Рак»

И. П. – кисти под водой. Мизинец, безымянный и средний пальцы прижаты к ладони. Большой и указательный пальцы выпрямлены. Сводим их вместе, изображая щупальца рака. Такие движения делаем попеременно со всеми пальцами: большой и указательный пальцы, затем средний, безымянный и мизинец.

Раку – Здравствуй! - я сказал, руку я ему подал.

Мне ответил рак: Привет!

И подал клешню в ответ.

Игра «Рыбка»

И. П. – кисти рук лежат на поверхности воды. Бьём кистями по воде.

Рыбки-малютки

По морю плывут,

Скачут, резвятся и хвостиком бьют.



Игра «Дельфин»

И. П. – ладони выпрямлены и направлены вперед. Выполняем волнообразные плавные движения кистей, опуская их в воду и поднимая вверх над водой.

Дельфин – малыш

Приплыл ко мне,

Он покатает на спине!

Игра «Акула»

И. П. – пальцы, кроме большого, выпрямлены и собраны вместе, ладони поставлены на ребро и опущены в воду так, чтобы выпрямленный большой палец (плавник акулы) оставался над водой. Выполняем волнистые движения пальцами.

Вот зубастая акула

Мне хвостом своим махнула.

Игра «Маленькая лодочка»

И. П. – обе ладони соединены вместе. Выполняем плавные движения по поверхности воды от себя, изображая плывущую лодочку.

Мы на лодочке вдвоем

К бабе в гости поплывем.

Игра «Пароход»

И. П. – обе ладони соединены ковшиком, все пальцы кроме больших направлены в сторону от себя, а большие пальцы подняты вверх и соединены – это труба.

Пароход плывет вперед,

Нам подарки он несет.

Игра «Дождь»

И. П. – пальцы разведены в стороны. Выполняем легкое постукивание пальцами по поверхности воды.

Дождь полил, как из ведра,

Будет лить он до утра.

Игра «Волны»

И. П. – ладони поставлены на поверхности воды на ребро, пальцами друг к другу. Пальцы выпрямлены. Выполняем напряженные движения ладонями от себя и к себе так, чтобы образовались волны.

Волны по морю гуляют

И кораблик подгоняют.

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Игра «Найди заданный звук в слове»

Оборудование: ёмкость с водой, игрушки, непромокаемые фартуки.

Ход игры: говорим ребенку звук «А» и просим достать игрушку, название которой начинается на этот звук. Например: автобус, аист и т. д.

Игра «Закреплять зрительный образ буквы (цифры)»

Оборудование: ёмкость с водой, пластиковые буквы, непромокаемые фартуки.

Ход игры: бросаем в воду пластиковые буквы и просим достать одну из них.

Игра «Собери бусы» (развитие мелкой моторики)

Оборудование: ёмкость с водой, шнуровка, бусы, непромокаемые фартуки.

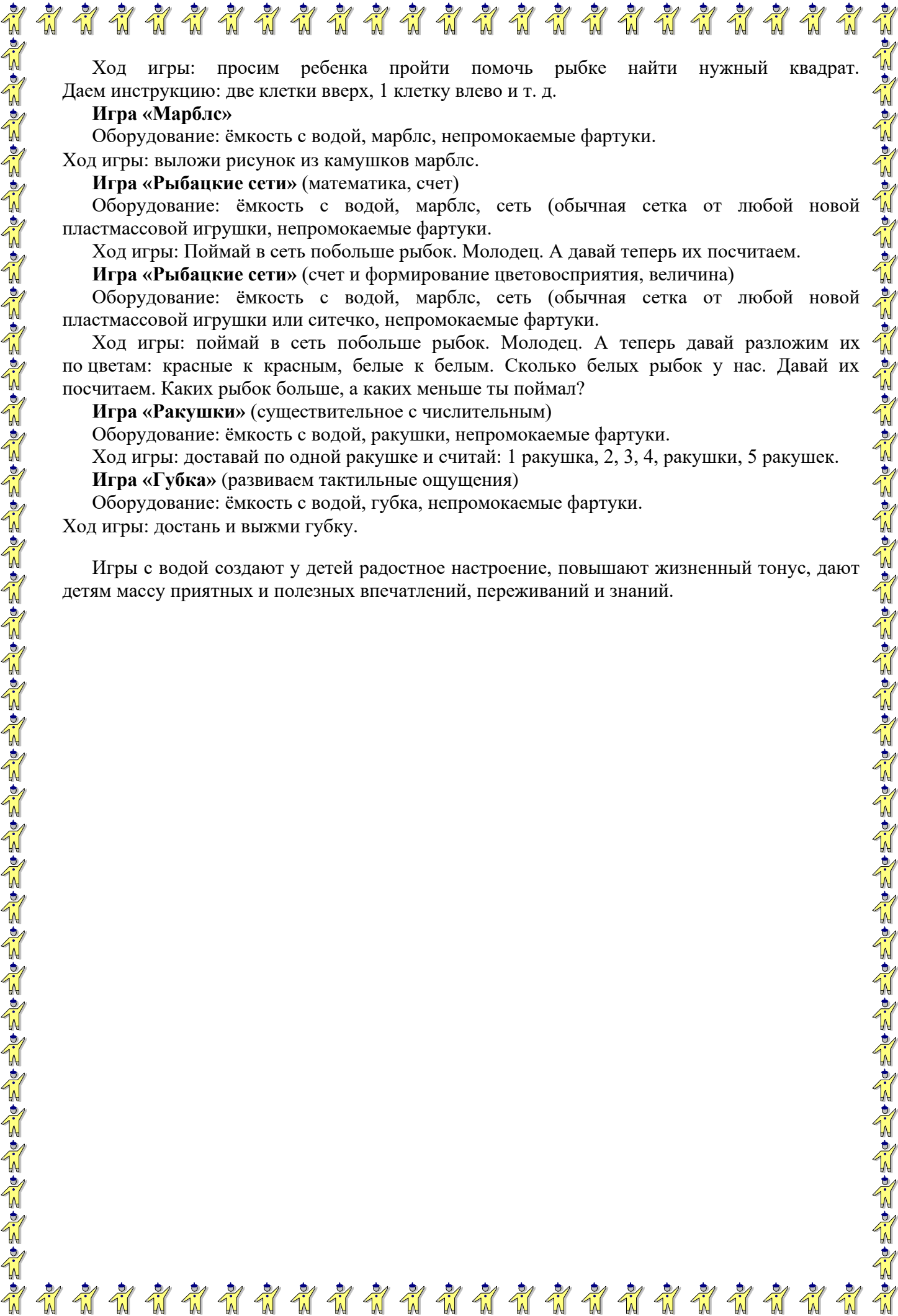
Игра «Расширяем словарный запас» (формирование словаря прилагательных)

Оборудование: ёмкость с водой, игрушки, непромокаемые фартуки.

Ход игры: достань круглую, легкую, железную, большую, узкую и т. д. игрушку.

Игра «Рыбка» (ориентировка в пространстве)

Оборудование: ёмкость с водой, стеклянные рыбки (марблс, заламинированный шаблон в клетку (на формате А4 начертаны квадраты 5Х5 в равном количестве, непромокаемые фартуки.



Ход игры: просим ребенка пройти помочь рыбе найти нужный квадрат.
Даем инструкцию: две клетки вверх, 1 клетку влево и т. д.

Игра «Марблс»

Оборудование: ёмкость с водой, марблс, непромокаемые фартуки.

Ход игры: выложи рисунок из камушков марблс.

Игра «Рыбацкие сети» (математика, счет)

Оборудование: ёмкость с водой, марблс, сеть (обычная сетка от любой новой пластмассовой игрушки, непромокаемые фартуки.

Ход игры: Поймай в сеть побольше рыбок. Молодец. А давай теперь их посчитаем.

Игра «Рыбацкие сети» (счет и формирование цветовосприятия, величина)

Оборудование: ёмкость с водой, марблс, сеть (обычная сетка от любой новой пластмассовой игрушки или ситечко, непромокаемые фартуки.

Ход игры: поймай в сеть побольше рыбок. Молодец. А теперь давай разложим их по цветам: красные к красным, белые к белым. Сколько белых рыбок у нас. Давай их посчитаем. Каких рыбок больше, а каких меньше ты поймал?

Игра «Ракушки» (существительное с числительным)

Оборудование: ёмкость с водой, ракушки, непромокаемые фартуки.

Ход игры: доставай по одной ракушке и считай: 1 ракушка, 2, 3, 4, ракушки, 5 ракушек.

Игра «Губка» (развиваем тактильные ощущения)

Оборудование: ёмкость с водой, губка, непромокаемые фартуки.

Ход игры: достань и выжми губку.

Игры с водой создают у детей радостное настроение, повышают жизненный тонус, дают детям массу приятных и полезных впечатлений, переживаний и знаний.