

Аквагимнастика

для малышей



Речь имеет большое значение в психологическом 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. Занимаясь с крохой — 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. Мы соединили это увлечение со специальными пальчиковыми упражнениями. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук способствуют освоению детьми элементов самомассажа, оказывают оздоровительное воздействие на организм ребенка, улучшают функции рецепторов проводящих путей. Вода в ванне бассейне должна быть 37- 37,5 градусов с 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.



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 «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.

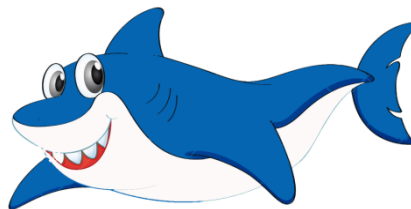
Раку – Здравствуй! - я сказал, руку я ему
подал.

Мне ответил рак: Привет!

И подал клешню в ответ.

Игра «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 «Рыбка»

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



малютки

По морю плывут,
Скачут, резвятся и хвостиком бьют.