# ЗОЖ технология для развития мелкой моторики рук у дошкольников «Аква-гимнастика».

*«Рука– это инструмент всех инструментов»* Аристотель



Жан – Жак Руссо в своём романе о воспитании *«Эмиль»* так написал о потребностях маленького ребёнка: «… он хочет всё потрогать, всё взять в руки. Не мешайте ему, это для него совершенно необходимое дело.

Так он учится различать тепло и холод, твёрдость и мягкость, тяжесть, размер и форму предметов. О свойствах, окружающих его вещей ребёнок узнаёт, сравнивая то, что видит, с ощущениями, которые получает от своих рук…». Но не только восточные мудрецы, но и отечественные физиологи подтверждают связь [развития рук с развитием мозга](https://www.maam.ru/obrazovanie/razvitie-rebenka).

Так, Марионилла Максимовна Кольцова на основе  проведенных опытов и обследования большого количества детей выявила следующую закономерность: если **развитие** движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое **развитие** находится в пределах нормы. Физиолог пришла к заключению, что формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических им пульсов от рук, а точнее, от пальцев.

Систематические упражнения для пальцев не только стимулируют **развитие речи**, но и являются, по мнению М. М. Кольцовой, *«Мощным средством повышения работоспособности головного мозга»*.

Наши предки наверняка о чем-то таком догадывались. Ведь хорошо знакомые нам *«Сорока-ворона»*, *«Ладушки»*и им подобные народные игры,нечто иное,какоздоравлива-ющийитонизирующиймассажнабазеакупунктуры. Толькозадумайтесь:такиепростыема-нипуляцииспальчиками,а сколько пользы! Продолжительное воздействие, тонизирующий, иммуностимулирующий эффект — это раз. Стимуляция мыслительных функций и речи — это два. Веселое общение малыша и мамы, заряд положительных эмоций —это три.

Доказано, что уровень **развития** детской речи находится в прямой зависимости от степени с формированности 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 учиться 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.

Перед собой я поставила следующую цель: найти интересные игры и подходы для **развития мелкой моторики кисти и пальцев рук**. Я нашла большое разнообразие пальчиковых игр и упражнений с предметами, с музыкальным сопровождением и без. Но особенно меня заинтересовала **развивающая образовательная технология – пальчиковая Аква-гимнастика**.  Пальчиковая **Аква** – гимнастика – это занимательные игры в воде.

В своей работе с детьми младшего возраста я поставила следующие задачи:

-      сформировать у детей навыки подражания, усвоения действий по показу и образцу, понимание простой инструкции;

-       **развить** функциональные возможности кистей и пальцев рук детей, точность тонких движений, натренированность мышц пальцев рук;

-       **развивать** познавательные функции речи, расширение пассивного словаря, уточнение и обобщение значений слов, введение их в активный словарь, **развитие** эмоционального и делового общения.

Опираясь на возрастные особенности детей, мною были подобраны и разработаны комплексы игровых упражнений и игр с ребятами младшей группы *(занятия с тактильными тренажерами)*. С детьми разучивали пальчиковые игры, а затем переносили данные игры в мини бассейн.

Так как игры происходили в воде, а вода – одно из первых веществ, с которым дети начинают играть и экспериментировать,- такие игры стали для детей самым приятным способом **развития**. Вода даёт ребёнку приятные ощущения, **развивает** различные рецепторы и предоставляет широкие возможности для познания мира.

Пальчиковые упражнения в воде должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев. Игры проводила в совместной деятельности с детьми, индивидуально и в подгруппе.

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, снимает 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**.

Например, Игра *«Дождь»* – пальцы рук **разведены в стороны**. Выполняем легкое постукивание пальцами по поверхности воды с речевым сопровождением.

Дождь полил, как из ведра,

Будет лить он до утра.

- Опустим пальчики на дно и представим, что мы стали морскими звездочками.

Игра *«Морская звезда»* – кисти лежат на дне ванны, пальцы **разведены в стороны**. В хаотичном порядке поднимаем пальцы вверх, не отрывая ладонь от поверхности ванны.

- А теперь превратимся в рака и т. д.

С детьми 4-5-ти лет игры усложняю: проговариваем стихи и чистоговорки с движениями, инсценируем какие-либо рифмованные истории, сочиняем сказки при помощи пальцев и различных **мелких игрушек**.

Также мною были подобраны и разработаны комплексы игровых упражнений и игр с ребятами старшей группы (занятия с тактильными тренажерами *(Су-Джок, воздушные шарики наполненные различными крупами)* в воде; упражнения в мини-бассейне с водой и разными наполнителями (гидрогель, фасоль, кинетический песок, **мелкие** и крупные игрушки и камушки и др.); само-массаж кистей и пальцев рук в воде с природным, бросовым и подручным материалом *(различные спринцовки, пипетки, прищепки, шнурки и др.)*.

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.

Работая с данной **технологией**, я пополнила и расширила **развивающую** предметно-пространственную среду.

Например, интересной находкой для меня стали камешки Марблс, которые я использую в играх в воде.

По словам психолога Марии Осориной, дети любят сокровища, относятся к своей *«сокровищнице»* с трепетом. Именно этот глубинный внутренний интерес детей к предметам подобного типа подсказал ввести в практику работу с блестящими камешками. Красота Марблс завораживает настолько, что и взрослым и детям хочется к ним прикоснуться, подержать их в руках, поиграть с ними. А если это происходит в воде?

В играх с Марблс предлагаю ребятам выложить камешками узор по схеме, которая находится под прозрачной емкостью с водой; назвать цвета вылавливаемых камешков; посчитать их.

В работе по **развитию мелкой моторики** придерживаюсь некоторых правил:

Вода в мине бассейне должна быть 37- 37,5 градусов с понижением её до 34 градусов, постепенно снижаем до комнатной температуры. Время игр и занятий в мини бассейне, от 5-7 минут, постепенно доводят до 20 минут.

-Задание подбираю с учетом их постепенно возрастающей сложности.

-Учитываю индивидуальные особенности ребенка, темп его **развития**, возможности, настроение.

-Работу провожу регулярно, систематически.

-Соблюдаю временной регламент, чтобы не вызвать переутомления ребенка.

-Повышаю у детей интерес к упражнениям и заданиям, превратив их в занимательную игру.

-Забочусь о том, чтобы деятельность ребенка была успешной, тогда подкрепляется его интерес к играм и занятиям.

-Стараюсь, чтобы процесс обучения и **развития** сформировывал у детей положительную мотивацию.

Основным направлением работы является работа с детьми при условии эффективного взаимодействия с родителями. В работе с родителями ведё тся постоянно:

-индивидуальная помощь *(беседы)*;

-консультации;

-буклеты;

Анализируя проделанную работу можно сделать выводы:

Занятия в мини бассейне положительно повлияли на различные виды их деятельности детей (речевую, игровую, интеллектуальную, познавательно-исследовательскую, художественно - эстетическую, конструктивно-модельную.)

-появилась положительная реакция и эмоциональный отклик детей на знакомство с разными видами двигательной активности, пальчиковых игр в воде и упражнений.

-возросла речевая активность детей, что положительно повлияло на самостоятельную игровую деятельность детей, осуществлять ролевой диалог.

-достигнуты хороших результатов взаимодействия педагог – родители;

-у большинства детей кисть приобрела хорошую гибкость, подвижность, исчезла скованность движений, изменился нажим, что в дальнейшем поможет детям легко овладеть навыками письма;

-в группе собран методический материал, оборудование для успешной работы по **развитию** речи при помощи разных форм, методов, направленных на **развитие общей и мелкой моторики**.

Для повышения уровня **развития мелкой моторики** рук был проведен мастер - класс для родителей «**Аква-гимнастика**, как средство **развития мелкой моторики рук**». Своим опытом работы с этой **технологией** делилась с коллегами детского сада на мастер-классе в рамках семинара-практикума «Игровые здоровьесберегающие образовательные **технологии в детском саду**».

Какой совершенный инструмент дала нам природа! Потому что, если руки не **развивать**, их достоинства так и не раскроются. Происходит то, что писал А. М. Горький: «рука учит голову, а затем поумневшая голова учит руки, а умные руки снова и уже сильнее способствуют **развитию мозга**».