**«Здоровье наших детей на кончиках их пальцев»**

Победа Н.В., Нагайцева А.А., Дударева Н.А.

Муниципальное дошкольное

образовательное учреждение

муниципального образования город Краснодар

«Детский сад комбинированного вида № 190»

«Представление, что при любом двигательном тренинге… упражняется не рука, а мозг, вначале казалось парадоксальным и лишь с трудом проникло в сознание педагогов».
*Н.А. Бернштейн.*

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В последние десятилетия во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, накапливающиеся раздражения в обществе, связанные с неудовлетворительным экологическим положением, - лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на здоровье дошкольника. Уровень речевого развития детей падает. ***Почему?***

Да потому, что с детьми все меньше и меньше говорят родители, которые страшно заняты на своей работе. И сами дети все меньше и меньше говорят, а больше смотрят и слушают. Дети редко что-то делают своими руками, потому что современные игрушки, предметы и вещи устроены максимально удобно. Это книги и пособия с наклейками вместо картинок для вырезания, это бытовые предметы и приборы, управляемые с помощью пульта. Все это, несомненно, прогресс. Так почему же падает уровень речевого развития?

 В последнее время современные родители часто слышат о мелкой моторике и необходимости ее развивать, на рынке представлены разнообразные книги, пособия и игрушки, способствующие развитию мелкой моторики.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторики большинство родителей задумываются только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребёнка: кроме усвоения новой информации, приходится ещё удерживать в непослушных пальцах карандаш. В настоящее время у большинства современных детей, в особенности у городских наблюдается слабое развитие моторики рук. Сейчас многие операции, которые раньше делались своими руками, за человека выполняют машины. Все эти тенденции самым непосредственным образом отражаются на развитии ребенка, особенно на развитии моторики рук. Если моторика развивается нормально, т.е. ребенок на определенных этапах роста выполняет те или иные действия, то нормально развивается и речь. А если руки развиты недостаточно (ребенок неправильно держит ложку, с трудом управляется с карандашом, кисточкой, ножницами, пластилином, не может открутить и закрутить не только мелкие, но и крупные гайки конструктора), это часто свидетельствует о некотором отставании в развитии ребенка.

 Исследования М. Кольцова показали, что существует взаимосвязь между координацией мелких движений рек и речью. Уровень развития речи всегда находится в прямой зависимости от степени развития мелких движений пальцев рук. В раннем возрасте именно мелкая моторика отражает то, как развивается ребенок.

 Как же можно определить уровень развития мелкой моторики в раннем возрасте? Определить уровень развития тонкой моторики рук можно так: попросить ребенка показать один пальчик, два пальчика, три пальчика, при этом обязательно показывать, как надо делать. Дети, которым удаются изолированные движения пальцев, - говорящие дети. Если напряженные пальчики сгибаются и разгибаются только вместе или, напротив, вялые и не делают изолированных движений, то такие дети – неговорящие. До тех пор, пока движения пальцев не станут свободными, уровень развития речи не будет соответствовать возрастной норме.

 Таким образом, в процессе интенсивного развития мелких мышц кисти, пальцев рук ребенка импульсы поступают в головной мозг. Активизируя деятельность соответствующего участка коры головного мозга. Развития этого центра стимулирует соседние участки, в том числе речевой центр. Здесь происходит активизация еще незрелых клеток головного мозга, «отвечающих» за формирование речи ребенка.

 Речь в свою очередь оказывает на развитие мышления. До тех пор, пока уровень речевого развития не будет соответствовать возрастной норме, процессы мышления будут замедленны. Только ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать.

 В процессе занятий с детьми в детском саду, как правило, оказываются задействованы лишь три пальца руки: большой, указательный и средний. Однако, для того, чтобы мелкая моторика интенсивно развивалась и способствовала развитию речи, необходимо активное воздействие на все пальцы как левой, так и правой руки. Поэтому, кроме обязательных занятий по рисованию, лепке, конструированию, необходимо проводить с детьми и пальчиковую гимнастику с элементами самомассажа.

Просто выполнять упражнения ребенку будет скучно, поэтому надо обратить их в интересные и полезные игры. Для этого движения необходимо сочетать с подходящим стихотворным текстом, сказкой или фразой. Проговаривание стихов одновременно с движениями обладает рядом преимуществ: речь как бы ритмизируется движениями, делается более четкой и громкой, эмоциональной, а наличие рифмы влияет на слуховое внимание. В свою очередь, согласованность между словом и соответствующим движением обеспечивается через мыслительные операции, т.е. при непосредственном участии мышления.

Эффективной работа по формированию мелкой моторики будет лишь при условии систематического ее проведения с детьми с учетом их возрастных особенностей и при постоянном поддержании интереса к занятиям.

 Чтобы заинтересовать ребенка и помочь ему овладеть новой информацией, нужно превратить обучение в игру, не отступать, если задания покажутся трудными, не забывать похвалить ребенка, но для этого следует знать основные пути ее развития и совершенствования:

1. Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук. Ежедневный тщательный массаж кистей рук: мягкие массирующие движения и разминания каждого пальчика, ладошки, наружной стороны кисти, а также предплечья.
2. Ежедневная пальчиковая гимнастика и пальчиковые игры (со стихами, скороговорками, звуками): упражнения выполняются стоя, но меняется исходное положение рук (перед собой, вверх, в стороны); специальные упражнения на столе (выполняется сидя).
3. Работа с предметами и материалом (ножницы, пластилин, конструктор, прищепки, бусины, крупы).
4. Теневой, пальчиковый театр.
5. Упражнения в обводе контуров предметов. Рисование по трафаретам, по клеткам (зрительные и слуховые диктанты), закрашивание контурных предметов ровными линиями и точками. Штриховка вертикальная, горизонтальная, наклонная, рисование «петелькой» и «штрихом» (упражнения выполняются только простым карандашом).
6. Рисование несложных геометрических фигур, букв в воздухе и на столе ведущей рукой, затем другой рукой и обеими руками вместе; поочередное рисование каждым пальцем одной, затем другой руки.
7. Конструирование и работа с мозаикой, пазлами.
8. Выкладывание фигур из счетных палочек.
9. Освоение ремесел: шитье, вышивание, вязание, плетение, работа с бисером и др.
10. Домашние дела: перемотка ниток; завязывание узелков; уход за срезанными и живыми цветами; водные процедуры, переливание воды (мытье посуды, стирка кукольного белья), объяснить и показать предварительно все процессы (смачивание, намыливание, перетирание, полоскание, отжимание); собирание разрезных картинок, ягод; разбор круп и т.д.

Все это эффективно при выполнении *принципов здоровьесбережения*:
- Не навреди!
- Непрерывность и преемственность.
- Соответствие содержания и организации обучения и воспитания возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка.
- Комплексный, междисциплинарный подход.

**ЗДОРОВЬЕ** – это главное жизненное благо. Только здоровый человек может быть свободным, радостным, счастливым.