**«Роль массажа и пальчиковой гимнастики в развитии речи дошкольников»**

Движения пальцев и кистей рук ребенка имеют особое развивающее воздействие. У новорожденного кисти всегда сжаты в кулачки, и если взрослый вкладывает свои указательные пальцы в ладони ребенка, тот их плотно сжимает. Малыша можно даже немного приподнять. Однако эти манипуляции ребенок совершает на рефлекторном уровне, его действия еще не достигли высокого мозгового контроля, который позволяет впоследствии, сознательно выполнять движения.

Значение хватательного рефлекса состоит в способности ребенка не выпускать из рук предмет. По мере созревания мозга этот рефлекс переходит в умение хватать и отпускать. Чем чаще у ребенка действует хватательный рефлекс, тем эффективнее происходит эмоциональное и интеллектуальное развитие малыша.

Японский врач Намикоси Токудзиро создал оздоравливающую методику воздействия на руки. Он утверждал, что пальцы наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. На кистях рук расположено множество аккупунктурных точек, массируя которые можно воздействовать на внутренние органы, рефлекторно с ними связанные.

Количество аккупунктурных зон на кисти не менее чем на ухе и стопе. Восточные медики считают, что массаж каждого пальца положительно влияет на определенный орган:

массаж большого пальца – повышает активность мозга;

массаж указательного пальца – стимулирует желудок и поджелудочную железу;

массаж среднего пальца – улучшает работу кишечника;

массаж безымянного пальца – стимулирует печень и почки;

массаж мизинца – способствует улучшению сердечной деятельности, снимает психическое и нервное напряжение.

Поскольку нервные окончания на пальцах непосредственно связаны с мозгом, то работа рук способствует психическому успокоению, предотвращает развитие утомления в мозговых центрах (перебирать в руках грецкие орехи), способствует возникновению успокаивающего эффекта (потирать руки).

Совет взрослым: если дети волнуются при речевых высказываниях и вертят в руках предметы, не следует их выхватывать из рук – так организм ребенка сбрасывает возбуждение.

В Китае распространены упражнения ладоней с каменными и металлическими шарами. Популярность занятий объясняется их оздоравливающим и тонизирующим организм эффектом. Регулярные упражнения с шарами улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение, улучшают деятельность сердечно - сосудистой и пищеварительной систем, развивают координацию движении, силу и ловкость рук, поддерживают жизненный тонус.

В Японии широко используются упражнения для ладоней и пальцев с грецкими орехами. Прекрасное оздоравливающее и тонизирующее воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша.

**Массажи специальным шариком:**

- массаж специальным шариком. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

- массаж эластичным кольцом, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

- массаж с помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

- ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм.

Талантом нашей народной педагогики созданы игры «Ладушки», «Сорока - белобока», «Коза рогатая» и другие. Их значение до сих пор недостаточно осмыслено взрослыми. Многие родители видят в них развлекательное, а не развивающее, оздоравливающее воздействия. Исследования отечественных физиологов также подтверждают связь развития рук с развитием мозга. Работы В.М. Бехтерева доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они способны улучшить произношение многих звуков, а значит - развивать речь ребенка. Исследования М.М. Кольцовой доказали, что каждый палец руки имеет довольно обширное представительство в коре больших полушарий мозга. Развитие тонких движений пальцев рук предшествует появлению артикуляции слогов. Благодаря развитию пальцев в мозге формируется проекция «схемы человеческого тела», а речевые реакции находятся в прямой зависимости от тренированности пальцев.

При занятиях пальчиковой гимнастикой выполнение упражнений и ритмичных движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что в конечном итоге, стимулирует развитие речи. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка. Кроме того, дети учатся концентрировать своё внимание и правильно его распределять.

Если специально тренировать мелкие движения кисти, развитие речи можно существенно ускорить, так как, речевые области в коре головного мозга формируются под влиянием импульсов из пальцев рук. Существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, и это позволяет использовать более сохранную функцию для коррекции нарушений и стимуляции развития другой. Систематические движения по тренировке пальцев наряду со стимулирующими влияниями на развитие речи является, по мнению психологов, мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга. «Истоки способностей и дарования детей находятся на концах пальцев», - писал В.А. Сухомлинский. Чем больше ребенок умеет делать руками, тем он умнее и изобретательнее. Для того чтобы ребенок легко и успешно учился в школе, он должен легко и без напряжения говорить. А тренировка тонких движений пальцев рук, оказывает большое влияние на развитие активной речи ребенка. Именно несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук не дает ребенку овладеть письмом, рисованием и другим важным в учебном процессе трудовым навыкам.

Если ребёнок будет правильно выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль над выполняемыми движениями. Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определённые положения рук, последовательность движений. У детей развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет "рассказывать руками" целые истории. В результате освоении всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Все упражнения можно разделить на группы: для кистей рук, статические и динамические для пальцев.

Поскольку формирование речи детей тесно связано с развитием мелкой моторики рук, необходимо проводить с детьми систематическую работу по тренировке пальцев малышей. Дети, совершающие многочисленные оживленные движения пальцами рук, развиваются в речевом отношении явно быстрее других. Такую тренировку следует начинать с самого раннего детства, некоторые специалисты советуют начинать заниматься пальчиковой гимнастикой с 6 - 7 месяцев, но и в более позднем возрасте занятия будут очень полезны и эффективны. Исходя из оздоровительного воздействия на организм ребенка каждого из пальцев, нужно помогать ребенку координированно и ловко ими манипулировать. Обращать внимание на овладение ребенком простыми, но в то же время жизненно важными умениями — держать чашку, ложку, карандаши, умываться. Обнаружив отставание у ребенка, рекомендуется заняться с ним пальчиковой гимнастикой.

Начать можно с ежедневного массажа по 2 -3 минуты кистей рук и пальцев:

1. Поглаживать и растирать ладони вверх - вниз;

2. Разминать и растирать каждый палец вдоль, затем поперёк

3. Растирать пальчики спиралевидными движениями.

Если ребенок затрудняется в самостоятельном выполнении движений, пусть он вначале выполняет движения с помощью взрослого в пассивной форме: взрослый сгибает и разгибает пальчики ребёнка, совершает другие энергичные движения, сопровождая их ритмичными строчками. При этом важно, чтобы в упражнениях участвовали все пальчики. Сначала все упражнения выполняются медленно. В дальнейшем, в результате тренировки, движения пальцев совершенствуются. И дети выполняют их активнее. Когда ребенок выполняет упражнения самостоятельно, нужно следить за правильным воспроизведением и удержанием положения кисти или пальцев и правильным переключением с одного движения на другое. При необходимости можно помочь малышу или научить его помогать себе второй рукой. Упражнения отрабатываются сначала одной рукой, затем другой рукой, после этого двумя руками одновременно. Можно использовать цветные рисунки, соответствующие упражнению для создания зрительного образа. Сначала нужно показать ребёнку цветной рисунок, называть упражнение, объяснить, как должно выполняться упражнение, а затем, ребенок выполняет, какое положение кистей рук или пальцев он должен воспроизвести. Когда все упражнения будут хорошо знакомы, можно выполнять разные игровые задания.

Нужно помнить, что любые упражнений будут эффективны только при регулярных занятиях - ежедневно около 5 минут.

Игры с пальчиками очень нравятся детям, поэтому можно и нужно выполнять их чаще. Помимо пассивного и активного массажа, пальчиковых игр существуют другие способы гимнастики для развития мелкой моторики:

- важное место по развитию тонкой моторики у детей занимает ритмическая организация движения. Такими движениями могут быть хлопки, постукивание деревянной палочкой по столу и т. д.

- очень эффективны и увлекательны следующие упражнения для развития кистей и пальцев рук. Например, процедура мытья рук под струей воды с разным напором. Основная задача — вызвать у детей ощущение контраста.

- рисование в воздухе кистями и пальцами рук. Упражнение «Радужные брызги» развивает воображение, способствует формированию культуры эмоционального переживания, повышает общий физиологический тонус.

Итак, пальчиковая гимнастика и массаж – это прекрасные средства воздействия на разностороннее физическое развитие ребенка, которые не только благоприятно воздействуют на все системы организма, но и снимают психическое напряжение, повышают умственную и физическую работоспособность, улучшают самочувствие, стимулируют речевое развитие.