**Новые подходы к построению системы упражнений по развитию сложнокоординированных движений кистей и пальцев рук.**

**Российский физиолог Н.А. Бернштейн писал:**

***«Представление, что при любом двигательном тренинге … упражняются не руки, а мозг, вначале казалось пародоксальным и лишь с трудом проникло в сознание педагогов»***

Часто приходится сталкиваться с мнениями, которые ставят под сомнение или принижают благотворное влияние тренировки мелкой моторики на речевое развитие. Развитие мелкой моторики – это одно из звеньев комплексного подхода к развитию и коррекции речи.

В устном творчестве разных народов можно встретить игры и потешки, которые сопровождаются движениями пальцев: («Сорока – Белобока кашу варила …). В детской литературе разных стран существует жанр: т. е. стихотворные строчки, которые сопровождаются движениями кистей и пальцев рук, а также ног и головы. Было замечено очень давно, что движения кистей и пальцев рук благотворно влияет на развитие детей.

Ещё в древнем Китае было известно, что упражнение с участием кистей и пальцев гармонизирует тело и разум. На развитие речи ребёнка положительно влияет развитие тонких движений пальцев рук. В своих работах неврапотолог и психиатр В. М. Бехтеров говорил, что движения руками помогает снять умственную отсталость. « Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев» писал

А. Сухомлинский. Использование разнообразных игр, упражнения и приспособления по развитию мелкой моторики рук влияют на развитие речи ребёнка.. Движения пальцев в ходе развития человечества были тесно связаны с развитием речевой функции. У маленького ребёнка появление жестов играет важную роль в развитии речи. Дальше речь развивается при наличии предметно-манипулятивных действий с предметами в условиях совместной деятельности со взрослыми. Развитие функций руки и речи исторически связаны друг с другом и эта близость нашла на мозговом уровне.

***Что же происходит при выполнении движений кистями и пальцами рук?***

Эти движения вызывают возбуждение в двигательных центрах, и оно передаётся в соседние речевые моторные зоны, т. е. импульсы влияют на формирование речевых зон. Развитие тонкокоординированных движений повышают работоспособность и благотворно действуют на функциональное состояние центральной нервной системы и на состояние мозга.

***Проводить работу по развитию и тренировке тонких сложно-координированных движений и кистей пальцев рук нужно с раннего возраста.***

С 6 -7 месяцев можно проводить массаж кистей и пальцев рук, поглаживать, мягко потягивать, вращать каждый пальчик, разминать, поглаживать ладошки и предплечья, сгибать и разгибать пальчики. Этому нужно уделять хотя бы несколько минут в день.

С 10- 12 месяцев надо учить малыша рвать бумагу, отщипывать кусочки теста, глины или пластилина, катать между ладошками шарики и палочки разного размера, перекладывать предметы из одной коробки в другую и т. д.

С 1,5 лет учить шнуровать, завязывать , развязывать узелки, застёгивать кнопки и пуговицы, плести косички.

С 2-3 лет задания более сложные: лепка, конструирование, мозаика, нанизывание бусин, работа с бумагой (вырезание ножницами, оригами), бисероплетение, раскрашивание, рисование и т. д..

В наше время появилось очень много бытовых приборов, которые за человека выполняют ручную работу, сыграло и отрицательную роль – у многих детей отмечается недостаточное развитие мелкой моторики. Поэтому с 2-3 лет нужно учить ребёнка подметать пол, мыть посуду, стирать руками бельё, помогать взрослым в огороде, в саду, в более старшем возрасте рукоделию (шитью, вязанию, вышивке) или работе с инструментами..

Все эти занятия помогают, но не все пальцы у ребёнка задействованы: в основном работают большой, указательный, средний, (а это снижает эффективность воздействия), поэтому нужно развивать тонкие движения рук с помощью пальчиковой гимнастики, в которой задействованы все пальцы. Когда ребёнок производит ритмические движения пальцами, у него резко усиливается согласованная работа лобных и височных отделов мозга, в них находятся двигательные и сенсорные речевые зоны, а когда сопровождаем короткими стихотворными строчками это ещё наиболее эффективно для стимулирования речевого развития.

В наше время много классификаций и систем упражнений для пальчиков. Но должна быть логика, основанная на закономерности развития ребёнка.

***Упражнения по развитию пальчиковой моторики должно быть связано с этапами развития движений кисти и пальцев рук ребёнка в онтогенезе:*** сначала ребёнок осуществляет «грубые» движения: ладонный захват – предметы захватывает всей ладонью, затем большой палец противопоставлять другим, использует его для захвата, потом щепотный (тремя пальцами и пинцетный – указательный и большой.

Поэтому и выстроена система упражнений для пальчиков из трёх блоков.

В ***1 блок*** – упражнения, не требующие точных координированных движений. Здесь упражнения учитывают и развивают подражательную способность, необходимую для развития речи: имитируют знакомые предметы и бытовые действия. Эти упражнения простые, но учат ребёнка напрягать и расслаблять мышцы, переключаться с одной позы на другую, развивают внимание и память.

Во ***2 блок*** – упражнения для пальчиков (условно статические) – они приучают ребёнка запоминать более сложные позы, развивают кинестетическое чувство

***3 блок*** включает динамические упражнения для пальчиков. Они учат ребёнка сгибать и разгибать пальцы, развивают более сложную и тонкую координацию движений движений.

Здесь идёт принцип «от простого к сложному»; от очень простых упражнений

1 блока идём к постепенно усложняющимся упражнениям 2 и 3 блока.

***При выполнении упражнений нужно придерживаться некоторых принципов:***

1. Следует учитывать физиологичность функционирования мышц: чтобы правильно развивать двигательные функции кистей и пальцев рук необходимо чередовать напряжение с расслаблением (встряхивать кистями рук);
2. Когда выполняешь упражнения необходимо задействовать обе руки, анне только ведущую руку. Сначала упражнения выполняем одной рукой (если не предусмотрено двумя руками), а затем двумя одновременно (когда задействуем две руки, то «в работу вовлекаются» оба полушария головного мозга;
3. Нужно использовать не только симметричные, но и одновременные разнотипные движения. Для осуществления этих движений требуется более высокий уровень регуляции, а для этого необходимо создание новых нейронных связей. Тут уже стимулируется функционирование головного мозга;
4. Разучив простые движения, их необходимо объединить в серии из 2-3 движений. А это требует плавного переключения с одной позы на другую и тренирует детей в умении реализовывать различного рода программы. Серии можно составлять из любых отработанных поз.

Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивает умение подражать взрослому, учат вслушиваться и лучше понимать речь, повышает речевую активность ребёнка. Пальчиковая гимнастика развивает у детей внимание, зрительную, слуховую и кинестетическую память, зрительно – пространственное восприятие, воображение и фантазию. При систематическом выполнении упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, подвижность и выносливось, а это помогает овладевать навыками письма.

В специальной коррекционной школе 8 вида коррекцию нарушений речи необходимо увязывать с общим моторным развитием и преимущественно тонкой ручной моторики умственно отсталого ребёнка. Учитывая тесную. Связь в развитии ручной и артикуляторной моторики, в логопедические занятия в начальных классах, необходимо включать упражнения тонких движений рук, задания по оречевлению действий, элементы логопедической ритмики.





