Ладошки множества детей сердца согреют всех людей

Тайны целебной природы открываем мы день ото дня…

Воспитание звуковой культуры речи детей является составной частью системы работы по развитию речи. Речь не является врожденной способностью человека, она формируется постепенно вместе с развитием ребенка. Речь (особенно детская) – это сложная психо-физиологическая функция и развитие ее зависит от многих моментов.

Речь – это результат согласованной деятельности многих областей головного мозга. Значительную часть коры больших полушарий мозга человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности её большого пальца, который у человека противопоставлен всем остальным пальцам, а также клетки, связанные с функциями мышц органов речи - губ и языка.

В жизнедеятельности человека происходит познание окружающего мира, то есть его отражение. Детский организм очень быстро растет, и в период взросления ребенок познает мир через простейший познавательный процесс ощущения. При помощи ощущений ребенок познает величину, форму, цвет, плотность, температуру и запах окружающих нас предметов, знакомится с производимыми ими звуками. Ощущения - начальный источник всех наших знаний об окружающем мире.

Различают два вида кожных ощущений - тактильные (ощущения прикосновений) и температурные (ощущения тепла и холода). На поверхности кожи имеются разные виды нервных окончаний, которые дают ощущения прикосновений, тепла и холода. Чувствительность разных участков кожи к каждому из этих видов раздражения неодинаковы. Прикосновение больше всего ощущается на кончиках пальцев. Своеобразный вид кожных ощущений - вибрационные ощущения, возникающие при воздействии на поверхность тела колебаний воздуха, производимых движущимися или колеблющимися телами.

Ученые-исследователи утверждают, что мозг получает информацию как от внешнего мира, так и от самого организма через анализаторы. Анализаторы бывают внешние и внутренние. У внешних анализаторов рецепторы вынесены на поверхность тела. Внутренние анализаторы имеют рецепторы, расположенные во внутренних органах и тканях.

Своеобразное положение занимает двигательный анализатор – рецепторы, которые находятся в мышцах и дают информацию о сокращении мышц тела ребенка, а также сигнализируют о некоторых свойствах предметов внешнего мира (через ощупывание, осязание их рукой).

Деятельность анализаторов и двигательная деятельность живого организма составляют неразрывное единство. Организм воспринимает сведения о состоянии и об изменениях в окружающей среде. На основании этих сведений формируется биологически целесообразная деятельность организма.

Двигательные и кинестетические ощущения - это ощущения движения и положения частей тела. Рецепторы двигательного анализатора расположены в мышцах, связках, сухожилиях, суставных поверхностях. Двигательные ощущения сигнализируют: о степени сокращения мышц, о положении частей нашего тела, о том, насколько согнуты пальцы, кисти рук напряжены, свободны и легки. Эти ощущения хорошо переносятся на мышцы языка.

В дошкольном возрасте главную роль играют осязательные ощущения, они представляют собой комбинацию сочетания кожных и двигательных ощущений при ощупывании предметов, то есть при прикосновении к ним движущейся руки. С помощью осязания (ощупывания) происходит познание маленьким ребенком мира. Это один из важных источников получения информации об окружающих его предметах. В результате систематических упражнений осязание достигает определенного совершенства. Если мы хотим достигнуть развития ощущений у детей, то мы используем материал, который вызывает сильные раздражения: это твердые, шершавые предметы с определенными выступами (например, сосновые шишки). Затем подбираем предметы более мелкие, гладкие, то есть происходит слабое раздражение, и тогда чувствительность повышается, а кончики пальцев начинают активно работать, стимулируя ассоциативную деятельность мозга. Неспецифические упражнения для развития звуковой культуры речи ребенка действуют на общее развитие детского организма: пальчики, ладонь, тыльная сторона активизируют артикуляционные органы ребенка, особенно язык, что очень важно при постановке звука.

Массаж представляет собой лечебный метод, при котором используется механическая энергия, сообщаемая тканям или отдельным органам в виде трения, давления и толчков различными, методически проводимыми специальными приемами. Массаж оказывает не только местное, но и общее рефлекторное влияние.

Массаж возник в глубокой древности. Слово “массаж” происходит от греческого слова “masso” (по другим версиям от арабского слова “mass” или латинского - “massa”) и означает “касаться”, “сжимать руками”, “месить”, “мять”, “поглаживать”. Из глубины веков до нас дошло описание лечебных методик массажа. Механизмы, на которых основано его действие, вызывают благоприятные изменения в органах и в системах органов, в том числе в нервных и мышечных тканях, которые играют главную роль в артикуляции связной речи.

Методика сохранения здоровья пальцевыми упражнениями (японский лечебный массаж) – это оригинальный способ сохранения здоровья, разработанный автором Иосиро Цуцуми в результате многолетних научно-практических работ на основе системы меридианов и расположенных на них активных точек, полученных на трехтысячелетнем опыте китайской медицины. В восточной медицине особое значение придается жизнедеятельности и физической силе. Методика сохранения здоровья пальцевыми упражнениями направлена на полноценное проявление жизнеспособности организма.

Непрерывное осуществление предлагаемой автором “методики сохранения здоровья пальцевыми упражнениями” непременно приведет к реагированию внутренних органов (ритмичному ровному дыханию) и проявлению заметного положительного воздействия на детский организм, если его выполнять не менее трех раз в день в течение полугода.

“Кончики пальцев - есть второй головной мозг”. В жизнедеятельности человека рука играет важную роль на протяжении всей его жизни. Дотрагиваясь до чего-либо рукой, человек сразу же узнает, что это за вещь. Работа пальцев рук действительно бесконечно разнообразна и важна для каждого человека. Пальцами можно трогать, брать, поглаживать, зажимать… Невозможно перечислить все глаголы, описывающие все, что можно делать нашими руками, пальцами.

Физиологи в исследовательских работах установили: поведение человека становится правильным только тогда, когда осознанное и указанное головным мозгом выполняется точь в точь пальцами. Руки для немых служат средством общения вместо языка, а для слепых - средством восприятия вместо глаз. Великий немецкий философ И. Кант писал: “Рука является вышедшим наружу головным мозгом”.

Лечебный массаж является дополнительным инструментом и средством работы педагогов по формированию речевых способностей детей. Технология лечебного массажа в дошкольных образовательных учреждениях включает несколько важных последовательных этапов:

1. Знакомство детей с руками:

5 занятий

кисть;

ладонь;

тыльная сторона руки.

10 занятий

пальцы:

большой;

указательный;

средний;

безымянный;

мизинец.

2. Игровая деятельность.

С использованием авторских стихов Л.К.Гурьяновой из серии “Пальчики-помощники”, помогающих формировать наглядно-образное мышление ребенка. (10 занятий):

ПАЛЬЧИКИ – ПОМОЩНИКИ

Мои пальчики гибки,

Рады и довольны,

Потому что все они

Как гимнасты стройны.

Пальцы дружат меж собой,

Помогая в деле.

Ты их разминай порой -

Здоровье будет в теле.

Каждый палец свою роль

Исполнять обязан,

Если ленятся порой

Ты как будто связан.

В пальцах ручку держим мы,

Ложку или вилку.

В это время все они

Выгибают спинку.

Если держишь ты в руках

Что-то непонятое,

Пальцы могут подсказать:

Гладкое, шершавое,

Скользкое, тягучее,

Твердое и мягкое,

Пушистое, колючее,

Горячее, холодное,

Чистое и пыльное,

Мокрое, сухое,

Короткое и длинное.

Очень интересно

Пальчиков умение:

Запоминать предметы

В одно прикосновение.

ВЗГЛЯНИ НА ПАЛЬЧИКИ СВОИ...

Взгляни на пальчики свои

И отгадай загадку:

Каким профессиям они

Учились по порядку.

Большой - силач, наверняка

На повара учился.

Такой большой, как повара,

В богатыри годился.

А указательный, смотри,

Наверное, учитель.

Он всем указывал всегда –

Почти руководитель.

Средний палец, как спортсмен,

Длинный, сильный, нужен всем.

Он всем пальцам остальным

Ну, ни чем не заменим.

Безымянный молодец,

Покровитель он колец,

Он юрист и адвокат,

Пальцам старшим просто брат.

И мизинец - меньше всех.

Создан он не для помех.

Может быть учёный он:

Силой-то не наделён.

В общем, братья хороши

И живут чудесно,

Поиграй-ка с ними ты,

Будет интересно.

МОИ ПАЛЬЧИКИ - МУЗЫКАНТЫ...

Мои пальчики – музыканты

У них открылись таланты.

Я могу вам сыграть, что угодно,

Даже то, что уже и не модно.

Я сажусь играть за пианино,

И из музыки рисуется картина,

Мои пальцы нотною палитрой

Овладевают музыкой нехитрой,

Нотной азбуке пальцы учились

И со струн ритмы сносились.

Я сыграю вам ноту любую,

Любым пальцем и даже вслепую.

До, ре, ми, фа, соль, ля, си.

Пальцы в танце, их спроси,

Какую клавишу нажать.

Им это очень просто знать.

\* \* \*

Есть пальцы музыканты,

Они всегда галантны.

Художники, аптекари,

Литейщики и пекари

У каждого порядок,

У каждого резон,

И каждый в своё дело

Искренне влюблён.

Один замесит тесто,

Другой металл зальёт,

Ещё один лекарство

От боли подберёт.

Художников же пальцы

Орудуют кистями,

Картины вырисовывая

Целыми холстами.

А пальцы музыкантов –

Изящество какое –

На клавишах играют,

На струнах, всей рукою.

3. Адаптированный японский лечебный массаж.

Проводится после того, как дети запомнят название пальцев (большой, указательный, средний, безымянный, мизинец). Желательно заниматься с детьми в течение года, начиная со средней группы второго полугодия, это способствует успешному целенаправленному развитию моторики рук, которая необходима при подготовке руки к письму, а также японский массаж очень эффективен для нормализации психофизического самочувствия детей.

Рекомендуются следующие упражнения для раздражения активных точек воздействия на мышцы пальцев.

1. Сохранение пальцев рук.

*Упражнение 1.*

Обе руки поднимаются в стороны до уровня плеч и примерно 5–10 раз машут кистями. Затем дети массируют каждый палец отдельно пальцами другой руки. Массируют палец, поворачивая обе кисти и как бы ввинчивая со стороны его кончика в сторону его основания.

*Упражнение 2.*

Нажимают и раздражают безымянный палец пальцами другой руки (5 раз, 7 раз, до 10 раз). Кроме безымянного пальца раздражают также остальные пальцы, каждый 3-5 раз. Если Вы, уважаемые взрослые, приобретете привычку и привьете вашим детям каждый день по утрам и вечерам делать эти упражнения, то это один из способов, чтобы пальцы детей были нежными, послушными и здоровыми.

2. Сохранение душевного спокойствия.

Примечание: раздражать точки до концентрации внимания.

*Упражнение 1.*

Большой палец руки относится к пальцу дыхательной системы. Раскрывают пальцы левой руки, слегка нажимают точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. Повторяют это 3-5 раз. При нажатии делают выдох, а при ослаблении делают вдох. Упражнение выполняется спокойно, не торопясь. Потом делают то же на правой руке.

*Упражнение 2.*

Сжимают пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем, связанным с сердечнососудистой системой. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимают кулак с усилием. Затем, ослабляя усилие сжатия кулака, делают вдох. Повторять 3-5 раз. Выполнение упражнения с закрытыми глазами усиливает эффект. Упражнение помогает также в точном запоминании важных вещей.

3. Пальцевые упражнения повышают жизнеспособность, память, сосредоточенность, внимательность.

*Упражнение 1.*

Складываются указательный и большой пальцы кончиками вместе, с усилием прижимают их друг к другу, сгибая их наружную сторону. То же упражнение делают также для большого и среднего, большого и безымянного пальцев, большого пальца и мизинца (для каждой руки 8-10 раз). Затем кончиком большого пальца сильно надавливают на основание каждого остального пальца (для каждой руки 3-5-10 раз).

*Упражнение 2.*

Кончики растянутых вместе пальцев правой руки подводят к основанию мизинца левой руки со слегка сжатым кулаком. В следующий миг сжимают, наоборот, пальцы правой руки, растягивают пальцы левой руки и подводят кончики среднего и безымянного пальцев к основанию мизинца правой руки. Повторяют эти движения быстро и попеременно по 5-7-10 раз. Не забывайте делать вдох через рот при каждой смене рук.

4. Массаж “Дары природы”.

Создание среды в детском саду по “Дарам природы”.

1. По авторскому проекту в детском саду оборудован уголок "Дары природы" (рис. 1), где на столе стоят корзины, а в них находятся природный материал для массажей:

сосновые шишки, кедровые шишки, еловые шишки, грецкий орех, орех "Фундук", кедровые орехи.

Затем располагается более мелкий и нежный материал:

бобы, фасоль, горох, семечки (подсолнуха, тыквы, кабачка), зерно, овёс, крупа (гречка, пшено, манка), сухие листья сибирской яблони (они наиболее удобны в работе), перья птиц.

2. Перед тем, как заниматься массажем в речевой группе, логопед совместно с воспитателями проводят цикл познавательных занятий по перечисленному материалу и обогащают словарь детей в течение двух месяцев по "Дарам природы"/сентябрь-октябрь/.

3. Подбор упражнений ведётся инструктором по физкультуре для развития физической силы мышц всего тела, рук и тонкой моторики /в течение всего года/, учитывая состояние здоровья детей.

4. Для эффективной коррекционной работы японский массаж проводится не только в детском саду, но и дома родители занимаются с детьми. В детском саду японский массаж можно проводить во время гимнастики, перед занятиями, на занятиях вместо физ. минуток, во время динамического часа.

5. Массаж с природным материалом более мелким и мягким, воспитатели совместно с логопедом проводят во вторую половину дня после сна, распределяя детей по подгруппам.

6. Массаж с "Дарами природы" проводят в течение всего учебного года, поддерживая интерес детей стихами, эмоциональным проговариванием, выполняя различные движения.

Массаж с дарами природы..

*Упражнение 1. Сосновая шишка.*

1. Вращение основанием шишки на тыльной стороне рук по часовой и против часовой стрелки /длительность 1 минута /.

2. Шишки крутить между ладонями как колесо в разных направлениях

/длительность 3 минуты /.

3. Подбрасывать шишку вверх, ловить двумя руками, затем одной рукой левой, правой /длительность 2 минуты /.

*Упражнение 2. Еловая шишка.*

1. Сначала движения выполняются с одной шишкой, затем двумя шишками и вращать их между ладонями /длительность от 1-ой до 3-х минут/.

2. Катать шишку на тыльной стороне правой, левой рук /длительность 3 минуты /.

3. Круговые движения шишкой между ладонями и тыльной стороной рук /длительность от 1-ой до 3-х минут/.

*Упражнение 3.*

Те же упражнения можно делать с грецкими орехами.

*Упражнение 4.*

Сосновые, еловые и кедровые шишки перекатить по тарелке круглой, затем квадратной, тарелки разной тяжести и из разного материала (пластмассовые, глиняные, картонные). Катать по кругу слева направо, сверху вниз. Сначала по одной, затем по две, три /длительность до 3-х минут/.

Подбрасывание шишек на тарелке /длительность 2 минуты/.

*Упражнение 5. Орехи фундук.*

1. Насыпать горсть орехов на поднос, катать ладонями и тыльной стороной кисти рук.

2. Пересыпать горсточку орехов из одной руки в другую /длительность 1 минута/.

*Упражнение 6. (Рис. 4.) Бобы, фасоль, горох, семечки, зерно пшеницы, овес, крупа (гречка, пшено, манка).*

С этими “Дарами природы” делать различные вращательные движения: сжатие в кулачки, пересыпание с одной руки в другую, перемешивание различными вращательными движениями в корзинах /длительность движений на каждый вид по минуте/.

*Упражнение 7. Упражнение с перьями птиц.*

1. Водить пером по поверхности ладони и тыльной стороне рук /длительность 3 минуты/.

2. Протягивание пера между пальцами /длительность 1-2 минуты/.

3. Вытягивание перьев из кулачка /длительность 1-2 минуты/.

Весь материал расположен в речевой группе, эстетически оформлен и доступен ребенку.

Эмоциональность и яркость настроя детей на лечебный массаж с природным материалом придает то, что это все живое и настоящее, а, самое главное, это все нас окружает как в сельской местности, так и в городской. Природа настолько разнообразна, что, прикасаясь к ней, мы обогащаем тактильную чувствительность рук, но реальный мир малыша, организованный взрослыми, для познавательных процессов, заполирован, гладок, однообразен по ощущению.

Именно с обогащения тактильной чувствительности руки, особенно пальцев, улучшается кинестетическая (двигательная) память артикулярных органов, она необходима для эффективности работы с детьми дошкольного возраста.

Список литературы.

1. Психология ощущений и восприятия. / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.В.Любимова и М.Б.Михайлевского. – М, 1999.

2. Волшебные руки: Энциклопедия массажа. / Сост. Л.Н.Логинова. – М, 2002.

3. Тейлор А. Исцеляющие руки / Пер. с англ. – М, 1995.

4. Грэхэм Х. Визуализация. Практическое руководство. – СПб, 2001.

5. Баркан А.И. Его величество Ребенок какой он есть. Тайны и загадки. – М, 1996.

6. Левшинов А.А., Травинка В.М. Исправь свою судьбу! – СПб, 2001.

7. Дебарроль А. Тайны руки / Пер. с фр. – М, 2002.

8. Гоникман Э.И. Даосские лечебные жесты. Терапия самоспасения. – М, 2001.

9. Пак Ч жэ Ву. Су Джок семянотерапия. – М, 2001.