Капшай Евгения Павловна

Воспитатель МБДОУ №86

**Секция: «Использование здоровьесберегающих технологий»**

Тема: «**Организация здоровьесберегающего пространства для развития общей моторики у детей младшего дошкольного возраста в условиях семьи и детского сада»**

Свой рассказ я начну издалека. Человек, находясь в утробе матери, в возрасте шести месяцев имеет мозг, который по весу составляет 50% веса мозга взрослого человека. Появляясь на свет, к семи месяцам мозг увеличивается вдвое. И к трем годам достигает мозга взрослого человека. Можно сделать вывод о том, что на остальную человеческую жизнь приходится развитие всего одной трети головного мозга. Поэтому мы можем судить о важности пребывания детей раннего возраста в ясельной группе. Человек мыслит словами а, следовательно, речь является мышлением.

Для развития речи и мышления ребенка раннего возраста педагоги используют мелкую моторику пальцев малыша.

Занятия и игры, направленные на развитие моторики кистей и пальцев рук, сейчас особенно популярны. У большинства современных детей, особенно городских, отмечается как общее моторное отставание, так и слабое развитие моторики рук. Еще лет двадцать назад взрослым, а вместе с ними и детям, большую часть домашних дел приходилось выполнять руками: стирать и отжимать белье, перебирать крупу, вязать, вышивать, штопать, подметать и мыть полы, чистить и выбивать ковры, готовить еду и т.д. Сейчас не принято штопать одежду, мало кто занимается рукоделием, многие операции за человека выполняют машины - кухонные комбайны, стиральные машины, моющие пылесосы. Все эти тенденции самым непосредственным образом отражаются на развитии детей, особенно на развитии моторики рук. Можно говорить о том, что уровень моторного развития рук (сила, ловкость, скорость и точность движений) и ручных навыков (использование различных инструментов - ножниц, иголки, лопатки др., застегивание и расстегивание застежек и т.д.) в дошкольном возрасте является диагностическим фактором, определяющим уровень развития общей моторики и речи. И если руки развиты не достаточно, то это часто свидетельствует о некотором отставании в развитии ребенка.

Существуют игры и упражнения, которые помогут укрепить руки малыша, развить согласованные движения рук, дифференцированные движения пальцев рук.

В ходе этих игр развиваются следующие движения:

* *хватание*: ребенок учится захватывать предмет
* *соотносящие действия*: ребенок учится совмещать два предмета
* *подражание движениям рук взрослого*: это умение лежит в основе формирования многих полезных навыков ручных действий
* *движения кистей и пальцев рук.*

Кроме того, занятия мелкой моторикой окажут благотворное влияние на общее развитие ребенка, помогут ему стать более самостоятельным и уверенным в себе.

В программе детского сада предусмотрены специальные занятия по развитию мелкой моторики. Однако такие занятия можно проводить в перерыве между основными, во время игр в помещении или на прогулке. Либо использовать в качестве разминок на занятиях.

**Начать можно с самомассажа.**

Самомассаж - один из видов пассивной гимнастики, его необходимо проводить ежедневно, желательно 2-3 раза в день. Он оказывает тонизирующее действие на ЦНС, улучшает функции рецепторов. Самомассаж начинается с растирания подушечек пальцев в направлении к ладони одной руки, затем другой. Далее проводится растирание ладони одной руки от середины к краям большим пальцем другой руки. После чего проводится комплекс упражнений, таких, как пунктиры, пила,утюжок,какток

**Упражнения на повышение уровня активации.**

Данные упражнения повышают потенциальный энергетический уровень ребенка, обогащают его знания о собственном теле, развивают тактильную чувствительность.

**1.Самомассаж ушных раковин**. Мочка уха зажимается большим и указательным пальцами, затем ухо разминается по краю снизу вверх и обратно.

**2.Самомассаж боковых поверхностей пальцев рук.**Растопырив пальцы**, хлопнуть** несколько раз в ладоши так, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем хлопки выполняются кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, потом вниз, наружу, внутрь.

**3. Самомассаж головы**. Пальцы рук слегка согнуты. Плавными поглаживающими движениями обе руки двигаются от ушей к макушке.

 **4**. Сжав руку ладонью противоположной **руки, массировать** ее, проводя ладонью от запястья и обратно, затем - от плеча до локтя и обратно. То же другой рукой.

**5. Общий массаж ног**. Поглаживание и растирание бедер, икр, пальцев ног, ступней.

 **Существуют игры с различными предметами и материалами.**

*Цели и задачи:*

* развитие хватания
* развитие согласованных движений обеих рук
* развитие точных и дифференцированных движений кистей и пальцев рук
* формирование ручных умений: расстегивание и застегивание липучек, кнопок, пуговиц, молний
* развитие осязания
* развитие мышления и воображения.

**Пальчиковые игры**

*Цели и задачи:*

* развитие согласованных движений обеих рук,
* развитие точных и дифференцированных движений кистей и пальцев рук,
* развитие внимания.

**Теневой театр.**

***Цели и задачи:***

* развитие согласованных движений обеих рук,
* развитие точных и дифференцированных движений кистей и пальцев рук

В группе раннего возраста кроме запланированных занятий по мелкой моторике, проходящих два раза в неделю, где воспитателем используются игры, соответствующие возрастным особенностям каждого ребенка игровые методики, проводятся занятия изобразительным искусством. Два раза в неделю малыши рисуют красками и карандашами и занимаются лепкой из пластилина. Эти занятия оказывают существенное влияние на развитие мелкой моторики. Занятия проводятся воспитателями в соответствии с установленными программами. Здесь дети знакомятся с основными приемами работы карандашами, фломастерами и кистями, со свойствами красок. Наибольший интерес вызывает работа ребенка с пластилином. Детям очень нравиться повторять за взрослыми движения, работая с этим новым для них пластичным материалом. Это способствует развитию согласованных движений рук ребенка, а в конечном итоге на развитие речи и мышления малыша. Занятия этими предметами проводятся в режиме дифференцированного подхода. Расписанием предусмотрены индивидуальные занятия с малышами.Хорошим способом для развития мелкой моторики рук детей раннего возраста является игра на "немой" клавиатуре. Воспитателями заранее на картоне или другом материале подготавливается клавиатура музыкальных инструментов, и малыши с большим удовольствием играют на воображаемом пианино, синтезаторе и т. д. Такую же функцию несут на себе современные детские книжки с музыкальными кнопками, а так же детские пианино и другие подобные музыкальные игрушки. В нашем детском саду для развития мелкой моторики мы используем такие игрушки как *тактильная гусеница, интерактивный стол, бизиборд, игрушки монтессори.*Многие родители уже слышали о *бизибордах* и задумываются, о том, чтобы купить это практическое пособие для развития своего малыша. Ведь это отличный помощник для развития мелкой моторики, координации и сообразительности. Так, играя, ребенок формирует причинно-следственные связи и учится разбираться в простых бытовых механизмах. Бизиборд(от англ. busy - занятой, и board - доска) - это развивающий модуль, на котором располагаются все те предметы, которые так увлекают ребенка дома, но с которыми мы не разрешаем ему играть. Это розетки, вилки, шпингалеты, замочки, переключатели, звуковые, световые элементы и многое другое. Детям - восторг и увлеченность, родителям - драгоценные минуты свободного времени и довольное чадо. Бизиборды прекрасно справляются со своей главной задачей - развитием и вовлеченностью ребенка в игру.

**Польза развивающих досок.**

Почему бизиборды становятся все востребованней? Приобретая такую «умную» доску, родители реализуют сразу несколько задач:

* **развивающую;**
* **обучающую;**
* **воспитательную**

Огромное внимание в занятиях с детьми ясельного и дошкольного возраста нужно уделять развитию мелкой моторики. Через нервные окончания на кончиках пальцев рук передаются ощущения в мозг ребенка. Дети с развитой моторикой раньше говорят и вообще опережают своих сверстников в интеллектуальном развитии.

Чем поможет малышам бизиборд?

Правильно сделанный, хорошо продуманный еще на этапе «проектирования», бизиборд имеет много маленьких деталей, которые не просто можно щупать, но и совершать с ними определенные действия: щелкать выключателем, втыкать вилку в розетку, вдавливать кнопки, защелкивать щеколду и прочее. Все это тренирует маленькие пальчики, а еще – учит обращению с реальными аналогами этих предметов в быту.

Чем младше возраст малыша, которому разрешается играть всем, что «нельзя» - тем раньше осознает ребенок принцип работы этих вещей, и тем меньше риск, что решит поиграть настоящими предметами.

И, хотя в речевом и мыслительном развитии ребенка самое существенное происходит на этапе раннего возраста, заниматься мелкой моторикой необходимо и на следующих этапах личностного формирования малышей. Продолжая занятия мелкой моторикой, воспитатели подготавливают детей к очень трудному этапу в их жизни - школьным годам.

Следует помнить, что развитие тонкой координации движений и ручной умелости предполагает известную степень зрелости структур головного мозга, от них зависит управление движениями руки, поэтому ни в коем случае нельзя ребёнка заставлять. Оказывается, что у большинства современных детей отмечается общее моторное отставание, в особенности у детей городских. Вспомните, сейчас даже в детские сады просят приносить обувь на липучках, чтобы воспитателям не брать на себя труд учить ребенка завязывать шнурки. Еще 20 лет назад родителям, а вместе с ними и детям, приходилось больше делать руками: перебирать крупу, стирать белье, вязать, вышивать. Сейчас же на каждое занятие есть по машине. Следствие слабого развития общей моторики, и в частности - руки, общая неготовность большинства современных детей к письму или проблем с речевым развитием. С большой долей вероятности можно заключать, что если с речью не все в порядке, это наверняка проблемы с моторикой. Однако даже если речь ребенка в норме - это вовсе не значит, что ребенок хорошо управляется со своими руками. Если в возрасте 4-5 лет завязывание шнурков вызывает у ребенка затруднения, а из пластилина кроме шариков и колбасок ничего не лепится, если в 6 лет пришивание настоящей пуговицы - невыполнимая и опасная задача - значит, и ваш ребенок не исключение.

К сожалению, о проблемах с координацией движений и мелкой моторикой большинство родителей узнают только перед школой. Это оборачивается форсированной нагрузкой на ребенка: кроме усвоения новой информации, приходится еще учиться удерживать в непослушных пальцах карандаш.

Больше всего на свете маленький ребенок хочет двигаться, для него движение - есть способ познания мира. Значит, чем точнее и четче будут детские движения, тем глубже и осмысленнее знакомство ребенка с миром.

**Развитие общей моторики.**

О пользе развития мелкой моторики у детей знают все родители. Но далеко не все осведомлены о том, что для развития мелкой моторики рук не обязательно покупать специальные дорогостоящие пособия или развивающие игры. Развивать моторику можно в быту, позволяя ребенку выполнять посильную для него домашнюю работу. Конечно, все это сопряжено с некоторыми неудобствами и беспорядком. Но зато, участвуя во взрослых делах, ребенок почувствует свою значимость, нужность и полезность. А также между делом будет тренировать пальчики рук и зрительно-моторную координацию.

Вотпримерный перечень дел, выполняя которые ребенок будет тренировать мелкую моторику:

- Переливать жидкость из одной емкости в другую можно при помощи пипетки. Лучше в этой игре использовать подкрашенную воду, чтобы был виден ее уровень в пипетке.

- Вместо переливания ребенок может пересыпать крупу из одной емкости в другую. Можно для этих целей использовать ложку. Для самых маленьких рекомендуем очень простое упражнение: в одну мисочку насыпаете обыкновенный горох, и пусть малыш перекладывает его сначала всей горстью, затем щепоткой и в конце концов - указательным и большим пальцами в другую миску.

- Налейте в неглубокий тазик (или миску) воды и бросьте в него или теннисные шарики, или "скорлупки" от киндер-сюрприза. Пусть ребенок вылавливает их при помощи ложки с прорезями, ситечка или сочка и складывает в тарелочку.- Уход за живыми растениями в помещении и на улице (посадка, рыхление и полив).

Подметание пола.

- Не отказывайте своему ребенку, если он хочет помочь вам при стирке белья.

- Мытье посуды (не важно, настоящей или игрушечной) тоже поможет развить координацию движений.

- Прекрасно тренирует мелкую моторику рук откручивание и закручивание всевозможных крышек и колпачков. Приготовьте разные по размеру полиэтиленовые бутылки из-под воды, шампуня, духов и др., и пусть ребенок отвинчивает и навинчивает пробки, подбирая по диаметру.
- Если вам нужно что-либо перемешать (салат, тесто), то подключите к этой работе ребенка.

- Для развития мелкой моторики детям полезно месить и раскатывать тесто.

В последнее время очень много говорят о развитии мелкой моторики, а крупная или общая моторика остается в тени. Но она начинает развиваться гораздо раньше мелкой и имеет не менее важное значение во всестороннем развитии ребенка.

**РАЗВИТИЕ КРУПНОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ.**

Крупная моторика — что это?

[Крупная моторика](http://www.rastishka.ru/parent/statya/razvitie-melkoy-motoriki-u-detey-igra-kak-sredstvo-razvitiya-rebenka) - под ней понимаются все произвольные движения рук, ног, головы и туловища в пространстве и относительно друг друга, начиная от поворота головы для поиска взглядом любимой игрушки и заканчивая подвижными играми на спортивной площадке.

Развитие крупных мышц начинается вскоре после рождения ребенка. Сначала развиваются мышцы, отвечающие за движения глазами, потом за повороты головой и кроха может удерживать, а затем и вращать головой. Потом развитие мышц постепенно опускается вниз: плечи и руки (ребенок поднимается на локтях), туловище (малыш осваивает повороты со спины на живот и наоборот), ноги (садиться, ползает и идет, наклоняется, прыгает). И все это крупная моторика. Без нее ребенку будет невозможно выполнять какие-либо мелкие движения. В связи с этим сложно недооценить важность развития крупной моторики у детей дошкольного возраста.

### Как осуществляется развитие крупной моторики у дошкольников?

Существует большое количество разнообразных игр и упражнений, которые помогут развить общую моторику у детей дошкольного возраста.

1. Физическая зарядка. Выполнение всевозможных упражнений на повороты и наклоны, хождение на носках и пятках, махи и приседания, прыжки и скрещивания рук помогают научиться контролировать свое тело и развить крупные мышцы.
2. Игры с использованием мяча. Его можно катать, бросать и ловить, с ним приседать и наклоняться, выполнять упражнения сидя на мяче, прыгать на гимнастическом мяче.
3. Игры со скакалкой и резинкой также помогут в развитии внимательности и координации движений.
4. Игры на бросание и попадание в цель. Мячи, кольца, игра в городки, дартс и стрелы, бадминтон помогут почувствовать свое тело и развить глазомер.
5. Занятие танцами, спортивными играми, езда на велосипеде и самокате, роликах и коньках — все это способствует укреплению и развитию мышечного аппарата ребенка.
6. Упражнения на зеркальное копирование движений позволит развить реакцию и научиться чувствовать свое тело в игровой и веселой форме.

**Не только упражнения развивают крупную моторику.**

Научиться владеть своим телом и развивать общую моторику у дошколят можно и приобщая их к домашнему труду. Протереть пыль, пропылесосить, подмести веником или помыть пол, помыть посуду, полить цветы, развесить постиранное белье на веревочку — все это просто, когда давно научился, а для ребенка это будет отличной тренировкой крупных мышц. И при этом он будет чувствовать себя взрослым, потому что не тренируется, а как мама и папа выполняет взрослые дела.

Все вышеперечисленные занятия эффективно работают на развитие общей моторики, а также гибкости, равновесия, быстроты, смекалкии находчивости. В последнее время родителей дошкольников все больше интересует интеллектуальное и творческое развитие детей — с самого раннего возраста ребенка записывают в центры развития, водят на пение и рисование, покупают современные гаджеты и мотивируют интерес к знаниям. А вот детей, играющих в «Казаки-разбойники» или «Вышибалы», во дворах многоэтажек уже не встретишь. Тем временем, важную роль в интеллектуальном и эмоциональном развитии играет моторика, т. е. двигательная активность.

Существует много разных упражнений для развития крупной моторики, формирования одновременных и реципрокных сенсомоторных взаимодействий, ощущения границ своего тела и его положения в пространстве.Например:«Бревнышко,колобок»,групповые игры, Упражнения, направленные на регуляцию мышечного тонуса «лодочка, снеговик»**.**Я в своей второй младшей группе в конце учебного года провела с родителями анкетирование «Развитие мелкой и крупной моторики у дошкольников». Из 60% присутствующих родителей 50% знают, что такое мелкая моторика, 30% знают, что такое крупная моторика. 30% родителей считают, что мелкую моторику надо развивать в младенчестве, 30% считают, что в 3-4 года. По – поводу крупной моторики-1% считает, что крупную моторику надо развивать с 7 лет, 59% считают, что с 3-4 лет. Многие родители, отвечая на вопрос: «Какой нетрадиционный материал используется в работе с детьми дома», ответили, что они используют крупу, пуговицы, мозаики, конструктор, кубики, матрёшки, пирамидки. Но не один родитель не ответил, что берёт в свои помощники ребёнка при уборке дома (пылесосить, мыть полы, вытирать пыль, подметать и т.д.), а ведь это и есть развитие крупной моторики в условиях семьи.

Хотелось бы также отметить, что только 20% родителей готовы принять участие в создании самодельных игр для развития мелкой моторики рук для их ребёнка.