|  |  |
| --- | --- |
| Минаева Елена Александровна Воспитатель ГПДМАОУ «СОШ № 25»  |  C:\Users\soveno4ek\Downloads\iP_GFDs5tjj8021Ig6YkLbFCF0NcUtg1Nm98bHnguB52lzTYquA71AClmNM9H-CYgGRbEQt6dmCJgBfj1Vz_JxaD.jpg  |

Актуальность пальчиковой гимнастики и роль ее в режиме начальной школы.

«Движение руки всегда тесно связаны

с речью и способствуют ее развитию»

В. М. Бехтерев

Развитие речи и интеллекта ребенка тесно связано с тем, насколько сформировано его моторное развитие. Уникальным средством развития мелкой моторики рук являются пальчиковые игры.

Пальчиковые игры – это упражнения, направленные на развитие и формирование высших психических и познавательных процессов.

Пальчиковые игры существуют очень давно и сопровождают нас в течение жизни. За их простотой скрывается великая педагогическая и воспитательная ценность. В процессе игры происходит речевое и умственное развитие, совершенствуется мелкая моторика рук. Через нервные окончания пальцев рук происходит эмоциональное воздействие на кору головного мозга, что положительно влияет на работу внутренних органов.

Для подрастающего поколения, необходимо формировать знания о здоровье и здоровом образе жизни, а также важно научить его сохранять, так как это является одной из основных задач, которая стоит перед школой.

В Федеральном государственном образовательном стандарте обозначено то, что в процессе обучения учащихся, важно формировать ценность здоровья и безопасного образа жизни, а также духовно-нравственного здоровья учащихся, которое входит в ряд современных приоритетов школьной деятельности.

Исходя из того, что в работе каждого учителя стоит задача здоровьясбережения, важно строить занятие, которое будет основано на формирование здоровья учащихся. Ведь здоровый ребенок, будет достигать высоких результатов в процессе обучения.

По данным ВОЗ, подрастающее поколение младших школьников в возрасте 7-9 лет имеет по 2-3 хронических заболевания, что соответственно негативно сказывается на развитии интеллектуальных навыков учащихся. Зачастую многие заболевания играют большую роль в формировании тонких движений рук, что ведет к последствиям недоразвития ручной умелости. Младшие школьники, имеющие трудности в формировании мелкой моторики и недостаточности мышечной силы, не могут выполнять целенаправленные задания, которые даются в процессе обучения.

В процессе обучения в начальной школе, учащиеся в возрасте 7-9 лет испытывают трудности в пространственной ориентации, а также ориентации на плоскости. Большинство младших школьников путают стороны тела (право, лево), чаще всего данную трудность испытывают леворукие дети. Данная проблема является актуальной в обучении младших школьников, так как умение различать правую и левую сторону, это важный навык во всех видах обучения, особенно в формировании и развитии навыков письма.

Таким образом, неразвитая мелкая моторика, а также пространственная ориентация, является важным показателем в процессе обучения младших школьников. Это обусловлено тем, что плохо сформированная мелкая моторика выражается в недостаточной развитости тонких движений, особенно мелких, которые важны в процессе освоения навыков письма. Все это ведет к тому, что у младших школьников будет аритмичность и нечеткость пальчиковых движений, которые в свою очередь сопровождаются несовершенным контролем движений пальцев рук в процессе письма.

Для того, чтобы младшие школьники успешно овладевали навыками письма, необходимо научить их контролировать, а также регулировать свои движения в процессе обучения. Именно поэтому, в структуре здоровьесберегающих технологий имеется более 15 видов, которые направлены на различные стороны развития и сохранения здоровья учащихся.

В процессе формирования навыков письма, учащиеся пишут много, что сказывается на мелкой моторике, именно для этого на уроках важно использовать пальчиковую гимнастику, как основу здоровьясбережения. Для того чтобы обучить детей красиво писать важно в процессе гимнастики использовать ряд упражнений, которые постепенно позволят подготовить руку ребенка к письму.

Пальчиковые игры существуют очень давно и сопровождают нас в течение жизни. За их простотой скрывается великая педагогическая и воспитательная ценность. В процессе игры происходит речевое и умственное развитие, совершенствуется мелкая моторика рук. Через нервные окончания пальцев рук происходит эмоциональное воздействие на кору головного мозга, что положительно влияет на работу внутренних органов.

Цель пальчиковой гимнастики заключается в развитии мелких дифференцированных моторных актов и двигательных умений, межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия (синхронизация работы полушарий голов­ного мозга, развитие способностей, памяти, внимания, речи, мышления).

В учебном процессе, на любом этапе урока можно использовать пальчиковую гимнастику, которая проводится в виде различных игр и упражнений. Для проведения пальчиковой гимнастики необходимо использовать следующие методы:

- массаж рук;

- упражнения с резиновыми мячами небольшого размера;

- игры с пальчиками.

Самым пассивным методом гимнастики является массаж, он благоприятно влияет на организм человека. Массаж позволяет развить эластичность мышц, а также благоприятно влияет на суставы, делая их более подвижными. При регулярном проведении массажа рук, происходит улучшение головного мозга с мышцами и сосудами. Под влиянием массажа в рецепторах кожи и мышцах возникают импульсы, которые достигая коры головного мозга, оказывают тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, в результате чего повышается ее регулирующая роль в отношении работы всех систем и органов.

Существуют следующие приемы самомассажа: поглаживание, растирание, разминание, выжимание, активные и пассив­ные движения.

Самомассаж проводится на уроках в виде небольших комплексов, включающих 5-6 упражнений. Начинается и заканчивается он расслаблением кистей рук, поглаживанием.

Следующим методом пальчиковой гимнастики является, упражнение с маленькими резиновыми мечами. Данный метод показывает высокие результаты в процессе игровых упражнений, так как позволяет сформировать двигательные функции (тонкие движения рук), которые важны в освоении навыка письма. По мнению И.М. Сеченова и И.П. Павлова, благодаря данному методу, у младших школьников происходит формирование предметного мышления и мышления в действии. Данные ученые, выявили, что в процессе двигательной активности учащихся происходит развитие предметно-манипулятивной деятельности, что в свою очередь положительно влияет на развитие тонких движений кистей и пальцев рук, а именно идет развитие ручной ловкости, которое оказывает стимулирующее влияние на овладение навыками письма.

Благодаря развитой мелкой моторике расширяются способности учащихся в формировании пространственных представлений, в знакомстве с качествами и свойствами вещей через конкретные практические действия с данными вещами.

Ведущим методом развития мелкой моторики в здоровьесберегающих технологиях являются пальчиковые игры, которые напрямую связаны с развитием тонкой моторики кистей рук, также данный вид упражнений имеет применение во всех областях обучения школьников. Основоположниками пальчиковых игр являются опытные авторы, педагоги-психологи, М.В. Ипполитова, В.П. Дудьев и В.В. Цвынтарный.

Сначала обучали детей элементарным статическим позам кистей и пальцев рук, со временем усложняя их (каждое состояние рук имело свое игровое название), потом были добавлены задания с последовательно производимыми небольшими перемещениями пальцев и, в конечном итоге, с одновременно производимыми движениями.

Пальчиковые игры активно применяются на уроках при подготовке руки к письму также при проведении физминуток, так как при письме пальчики ребенка устают, но веселые и различные упражнения дают им нужный отдых.

Упражнения, используемые при проведении пальчиковой гимнастики, дают пальцам полный покой, помимо этого, они формируют их гибкость, подвижность, подготавливают к овладению ребенком навыков письма, также весёлые стихи помогают учащимся снять эмоциональное напряжение.

Постоянные занятия с применением пальчиковой гимнастики станут способствовать поддержанию отличного тонуса, но следует иметь в виду, то что:

 1) после каждого упражнения необходимо расслаблять пальцы (потрясти кистями рук);

 2) пальцы лучше нагружать равномерно;

 3) поскольку пальчиковая гимнастика оказывает комплексное воздействие, она может быть использована не только на уроках русского языка, но и на уроках математики, чтения, труда.

При использовании пальчиковой гимнастики на уроках, учащиеся смогут развить интеллектуальные навыки, а также укрепить свое здоровье, не только физическое, а также и психо-эмоциональное здоровье, которое играет немаловажную роль в процессе обучения в школе.

Примеры пальчиковой гимнастики:

**«Дерево»**

Из-под серых влажных кочек

Появился вдруг росточек. (Поднимаем ладони, прижатые друг к другу)

Крошкой не остался,

Быстро вверх поднялся.

Ветки появились, (Разводим руки в стороны и вверх, растопыриваем пальчики)

Листья распустились. (Разворачиваем ладони наружу)

Ветер завывает, (Дуем на ладони)

Дерево качает. (Качаем руками)

Листья на ветру дрожат, (Трясем ладонями)

Отрываются, кружат. (Крутим кистями)

Листья падают, кружатся.

Тихо на траву ложатся. (Кладем руки на парту)

**«Арбуз»**

Посмотрите, вырос мяч!

Левой рукой обхватить правый кулак.

Только он не мчится вскачь (совершать руками движения вверх-вниз, как скачет мяч),

На бахче он у меня,

Положить кисти на стол.

И растет день ото дня.

Постепенно раздвигать пальцы и перевести их в позу «Шарик»