**Гидрогимнастика**

Гидрогимнастика является нетрадиционной инновационной технологией развития мелкой моторики.

Цель проведения гидрогимнастики: развитие мелкой моторики рук.

Задачи:

1. Расслабление мышц, снятие патологического напряжения;
2. Гармонизация психологического состояния, повышение уровня эмоционального восприятия;
3. Развитие зрительно - моторной координации;
4. Формирование плавности и точности движений.

**Что происходит, когда малыш действует пальчиками в воде?**

1. Выполнение упражнений индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и стимулирует развитие речи.

2. Игры с пальчиками в воде создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат понимать смысл речи. Повышают речевую активность ребёнка.

3. Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой. Ритмичной, яркой.

4. Ребёнок учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений.

5. Овладев многими упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.

6. В результате пальчиковых упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

**Рекомендации по проведению пальчиковых игр в воде**

1. Тексты пальчиковых упражнений следует произносить максимально выразительно, то повышая, то понижая голос, делая паузы, подчеркивая отдельные слова;

2. Движения выполнять синхронно с текстом или в паузах;

3. Побуждать проговаривать текст вместе со взрослым или с его помощью (поначалу малышам это трудно);

4. Вводить новые упражнения только после того, как малыши освоили 3-4 упражнения, таким образом, может получиться интересный сюжет;

5. Чаще хвалить детей, даже если на первых порах они что-то делают не совсем так;

6. Самое главное: надо быть искренним в своем желании играть с малышом, не начинать игру, если ребенок раздражен или не хочет играть, а также если вы сами находитесь в данный момент в раздраженном или подавленном состоянии.

Оборудование для проведения гидрогимнастики может включать в себя емкость с водой комнатной температуры, салфетку.

Система выполнения упражнений в воде предполагает регулярное их выполнение в утренний отрезок времени в течение 10-15 минут.

**Массаж в воде с предметами**

1. С каучуковым мячиком:

• прокатывание мячика между ладонями рук;

• прокатывание мячика между пальцами рук;

• прокатывание мячика по тыльной стороне правой руки левой ладонью и наоборот;

• прокатывание мячика между указательными пальцами левой и правой рук, средними, безымянными и мизинцами.

2. С четырехгранной палочкой, обмотанной проволокой:

• прокатывание палочки от основания ладони к подушечкам пальцев;

• прокатывание палочки по ладоням;

• прокатывание палочки по пальцам;

• прокатывание палочки поочередно между указательными пальцами, средними и т.д.

3. С бусинками, косточками, камешками:

• Прокатывание двух бусинок между ладонями круговыми движениями;

• Прокатывание двух бусинок между ладонью правой и тыльной стороной левой руки и наоборот;

• Прокатывание бусинок в тазике с водой поочередно каждым пальцем одновременно левой и правой рукой;

• Перекладывание бусинок двумя пальцами обеих рук с одного тазика в другой.

Пример: Гидрогимнастика +Су-Джок.

Что такое огород? *(разводим руки в стороны – ребром рук по дну тазика)*

Овощей хоровод. *(соединяем пальцы рук)*

Дыни сладкие, *(катаем мяч - ежик между ладонями рук в воздухе, катаем в одну сторону, описывая круг)*

Помидоры гладкие. *(катаем в другую сторону, описывая круг)*

С клубникой грядки, *(катаем)*

Грабли и лопатки. *(катаем)*

Лейка с дождём. *(стучим пальчиками по дну тазика)*

Улитка под листом. *(шаг на месте по ортопедическим коврикам)*

Подготовила: Зюзикова М.А., учитель-дефектолог, педагог-психолог (корпус 2)