**Самомассаж для дошкольного возраста с использованием природных материалов и сухих бассейнов**

В настоящее время проблема здоровья детей - одна из самых актуальных. Поэтому внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс остается актуальным. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии». Эффективным и универсальным средством здоровьесберегающих технологий является игровой массаж пальцев и кистей рук с помощью природного материала. Учеными доказано, что совершенствование мелкой мускулатуры руки влияет на речевое развитие и формирование мыслительных операций. На кончиках детских пальчиков расположены нервные окончания, которые способствуют передаче огромного количества сигналов в головной мозг, что способствует развитию ребенка.

Педагоги первой младшей группы детского сада МАДОУ "Полянка" п. Мирный используют нетрадиционными методы в работе с детьми младшего дошкольного возраста: игры и комплексы упражнений с использованием природного материала - игровой самомассаж. Выполняется с помощью использования природных материалов (шишки различных видов, чурбачки, палочки) или "Сухого бассейна". "Сухие бассейны" - небольшие емкости, наполненные сыпучим материалом (семечки, горох, рис, ракушки, маленькие шишки). Игровые самомассажи - уникальная тактильная гимнастика, благодаря которой в головной мозг ребенка поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных на кожных покровах. Одновременно с этим в кору головного мозга (в речеслуховые, зрительные и другие зоны) поступает информация, которая не только оказывает тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, но и способствует увеличению резервных возможностей функционирования головного мозга и всего организма. Самомассаж кистей и пальцев рук дошкольников в «сухом бассейне» способствует нормализации мышечного тонуса, стимуляции тактильных ощущений, формированию произвольных, координированных движений пальцев рук.

Самомассаж с использованием природных материалов и сухих бассейнов очень интересен детям дошкольного возраста. По мере овладения детьми навыками выполнения упражнений, самомассаж сопровождается стихотворным текстом или выполняется под музыку, сказку авторского сочинения. Данный вид деятельности помогает снять у детей эмоциональное напряжение и формирует положительную мотивацию на занятии.