**Консультация для родителей**

**Тема: «Криотерапия как средство развития мелкой моторики рук».**

В. А. Сухомлинский сказал: "Ум ребенка находится на кончиках его пальцев, "Рука – это инструмент всех инструментов", заключал еще Аристотель. "Рука – это своего рода внешний мозг", - писал Кант.

Эти выводы не случайны. Действительно, рука имеет большое "представительство" в коре головного мозга, поэтому развитие мелкой моторики имеет большое значение для развития ребенка.

Развивая мелкую моторику, совершенствуется не только ловкость и точность рук, но и развивается мозг ребенка, творческие способности, фантазия и речь.

Существует большое количество традиционных методов развития мелкой моторики: пальчиковые игры, самомассаж кистей и пальцев рук, графические упражнения, игры на развитие тактильного восприятия. Эти методы подробно изучены и широко представлены в педагогической литературе и активно используют в коррекционно – развивающей работе. Интересным для меня стало обратить внимание именно на нетрадиционные методы, малораспространенные.

Сегодня я познакомлю вас с одним из нетрадиционных методов развития мелкой моторики, который планирую начать использовать в своей работе. Это – криотерапия.

**Криотерапия**(от латинского "**крио**" - холод и "терапия" – лечение, воздействие). Этот метод пришел в коррекционную педагогику из медицины, которая успешно использует его в лечении и оздоровлении. Это лечение холодом. Но в нашем случае оздоровительный эффект дает не холод, а контраст высокой и низкой температур, другими словами, воздействие на кисти рук низких и высоких температур попеременно, т.е. контрастная терапия. Благодаря этому приходит в норму мышечный тонус, мелкие мышцы сокращаются. Все эти аспекты способствуют совершенствованию более тонких движений кисти рук, ведет к выполнению четких движений, как следствие развивается двигательная зона и улучшается процесс развития речи.

    Проведение криотерапии  также не требует специальной и долгой подготовки. Для занятий используют ледовые фигурки, кубики.  Чтобы приготовить различные форменные ледовые фигуры можно использовать специальные формы для замораживания. В качестве формочек применяют стандартные квадратные формы для льда, формы из-под конфет, формочки для выпечки и т.д. Для того, чтобы детям было более интересно манипулировать с ледяными кубиками, можно придать им цвет, разнообразную форму или просто поместить мелкие предметыв замороженный кусочек льда (бусины, камни, пуговицы и т.д.).  Методика показана при детском церебральном параличе, синдроме Дауна, аутизме, задержке речевого развития на фоне стрессовых ситуаций, общем недоразвитии речи.

**Криотерапия имеет свои противопоказания** – Нельзя проводить криотерапию с детьми, имеющими эписиндром, с миопатией; с осторожностью применять криотерапию с длительно и часто болеющими детьми; гипервозбудимыми детьми. Криотерапия противопоказана при повышенной индивидуальной чувствительности к процедуре (непереносимость холода), если присутствует лихорадочное состояние (жар, повышенная температура тела), при обострении респираторных заболеваний, в том числе вирусных (ОРВИ, ОРЗ и др). Криотерапия проводится в три этапа:

1. **КРИОКОНТРАСТ** - на этом этапе детям дается по кусочку льда, они перебирают его пальцами в течение 10-15 секунд. Затем кладем кусочек льда на тарелку и согреваем руки, это можно сделать в тазике с теплой водой или на бутылке с горячей водой 10-15 секунд. Затем снова берем в руки лед, и такой криоконтраст проводится три раза. Можно проговаривать слова: «Льдинку в руки я возьму и немного подержу, а теперь в тарелку льдинку положу». Далее согреваем руки.
2. **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА** – На этом этапе мы проводим любую пальчиковую гимнастику, которую знают дети.
3. **РАЗВИТИЕ ТАКТИЛЬНОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ**

      на этом этапе мы проводим массаж рук при помощи предметов различных фактур. Это могут быть Су-Джок шарики, шишки, массажные мячи).

Данная технология позволяет достичь детям определенных результатов.

* Дети легче усваивают и самостоятельно выполняют сложные пальчиковые комбинации.
* Легче и быстрее происходит развитие графических и изобразительных умений.
* Лучше развивается память и мышление.

Благоприятное воздействие оказывает **криотерапия** и на эмоциональную сферу: у **детей** стабилизируется эмоциональный фон, ослабевает психоэмоциональное напряжение, формируется положительный настрой на занятие.

Метод **криотерапии способствует развитию не только мелкой моторики**, но и интеллектуальной сферы **детей**. Играя в игры со льдом, дети учатся выполнять многоступенчатую инструкцию, развивается произвольная регуляция, возрастает познавательная активность и интерес к занятиям, а также происходит оздоровление организма.