МКДОУ «ДС№60»

Утверждаю

Заведующая МКДОУ ДС № 60

г. о. Нальчик

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Кашежева О.А./

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 г.

**Мастер - класс**

**« Криотерапия или увлекательные игры со льдом»**

***В рамках городского практического семинара***

***Дата проведения 30.01.2019г.***

***Старший воспитатель:***

***Науржанова М.Х***

***Учитель-логопед:***

***Суровцева Ю. Н.***

***г. Нальчик***

***2019г.***

Цель: Познакомить педагогов, участвующих в мастер-классе, с нетрадиционными методами развития мелкой моторики и приемами их использования.

Задачи:

1.Передать опыт работы по развитию мелкой моторики нетрадиционными методами путем комментированного показа;

2. Отработать совместно с участниками мастер-класса последовательность действий и приемов работы по развитию мелкой моторики с использованием элементов криотерапии;

3.Осуществить рефлексию собственного профессионального мастерства участниками мастер-класса.

**Ход мероприятия:**

**Логопед:** С прекрасным настроением и с позитивными эмоциями начинаем мастер-класс «Криотерапия или увлекательные игры со льдом». Как вы видите, тема нашего мастер- класса, если можно так выразиться бесцветная, «пустая», поэтому мы сейчас постараемся наполнить ее не только цветом, но и содержанием, актуальностью.

«Рука – это вышедший наружу мозг человека»

Н.Кант

Методы развития мелкой моторики подробно изучены и широко представлены в педагогической литературе и в опыте работы. Я также активно их использую. Познавательным для меня стало обратить внимание именно на нетрадиционные методы, имеется в виду не малоизученные, а малораспространенные методы развития мелкой моторики.

Но сегодня бы хотелось поближе познакомить вас с одним из нетрадиционных методов развития мелкой моторики, которые внедряются в работу, и полюбились не только мне, но и детям *- это криотерапия.* Мы не только познакомимся этим методом, но и попробуем на практике, как он используется.

Данная методика показана как при ОНР, так и при ДЦП, синдроме Дауна, аутизме, задержке речевого развития на фоне стрессовых ситуаций, синдромом гиперактивности.

Доказано, что криотерапия позволяет увеличить чувствительность кожи и нервных окончаний в конечностях.

**Криотерапия**(от латинского *«****крио****»* - холод и *«терапия»* – лечение, воздействие).

**Криотерапия** или контрастная терапия – одна из современных нетрадиционных методик, заключающаяся в использовании игр со **льдом**.

Эффект основан на переменном воздействии холода и тепла на нервные окончания пальцев. От холода происходит сокращение мышц, а от тепла – расслабление. Сократительная способность мелких мышц кисти возрастает

При использовании приемов **криотерапии** необходимо помнить и о противопоказаниях. 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)*.

Обычно **игры со льдом** очень нравятся детям, но иногда вызывают опасение у родителей. Поэтому перед использованием этой методики целесообразно побеседовать с родителями, рассказать им, о сущности процедуры, правилах ее проведения, ожидаемом эффекте. Такой мастер- класс я провожу с родителями в ноябре месяце, а сегодня я проведу с вами.

Проведение **криотерапии** не требует специального оборудования. Для её проведения необходимы кусочки льда, которые заранее готовят в *«шашечках»* или подставках от шоколадных конфет.

**Криотерапия** проводится в три этапа.

Уважаемые коллеги, предлагаю Вам повторить этапы **криотерапии на практике**.

*1 этап****криоконтраст****(попеременное воздействие холода и тепла)*

Участникам раздаются льдинки. У каждого из Вас в руках есть льдинка, нам нужно перебирать ее в руках в течение 5-10 секунд *(над тарелкой)*. Как вы понимаете, с детьми мы это время просто отсчитывать не можем, поэтому мы одновременно воспроизводим какой-либо стихотворный текст. Например: *«Льдинку сильно я посжимаю и ладошку поменяю»* и т. д. Льдинки можно положить в тарелку, салфеткой вытереть руки.

Теперь нам нужно наши руки разогреть. Дети делают это на пластиковых бутылках с горячей водой или в тазу с теплой водой. Важно, чтобы емкость была такой формы и размера, чтобы кисть ребенка погрузилась полностью. Такая процедура повторяется три раза, так как перед нами сейчас стоит исключительно ознакомительная цель, мы эту последовательность три раза повторять не станем, сразу перейдем к следующему этапу.

*2 этап – пальчиковая гимнастика.*

После растяжки следует любая пальчиковая гимнастика, соответствующая определенной лексической теме или звуку, с которым происходит работа на коррекционных занятиях педагога. Растяжки проходит с каждым пальцем правой и левой руки. При этом большое внимание уделяют большому пальцу каждой из рук, т. к. данный элемент связан с зоной мышления головного мозга и его активизация напрямую влияет на мыслительную деятельность дошкольника.

Разотру ладошки сильно *(растирание ладоней)*

Каждый пальчик покручу, (захватывают каждый пальчик у основания)

И поздороваюсь с ним (сильно выкручивающими движениями дойти до ногтевой фаланги)

И вытягивать начну

Затем руки я помою *(движения в соответствии с текстом)*

Пальчик в пальчик я вложу (пальцы сложить в *«замок»*)

На замочек их закрою

И тепло поберегу.

Выпущу я пальчики, *(расцепить пальцы и перебирать ими)*

Пусть бегут, как зайчики

Раз, два, три, четыре, пять (Загибают пальчики, начиная с большого пальца)

Будем листья собирать. *(Сжимают и разжимают кулачки.)*

*3 этап* – развитие тактильной чувствительности – массаж руки с помощью шишек, шариков, щеток, поглаживание предметов разных фактур. В нашем случае то Су-Джок мячи.

В классическом своем исполнении, **криотерапия** предполагает простые манипуляции с ледяными кубиками с постепенным увеличением времени воздействия от 10 до 60 секунд. Чтобы детей заинтересовать, а также, чтобы работая со **льдом**, осуществлялась обучающая функция, я подобрала **игры** и разделила их по степени продолжительности.

**Игра *«Достань игрушку»***

Лед высыпают в большую миску вместе с мелкими игрушками. Ребенок погружает руки в миску, захватывает кусочки льда, ищет спрятанные там игрушки в течение 5-10 секунд. Затем вытирают и разогревают руки. **Криоконтраст проводят 3 раза**.

**Игра *«Разложи по цвету»***

На подготовленные картинки дети раскладывают кусочки льда по цветам. *(10-15 секунд)*. Во время **игры** можно закреплять знания цветов. Попробуйте поработать левой рукой.

Игра *«Рисуем льдинками»*

Очень интересным и необычным для детей занятием является рисование цветными льдинками. Чтобы сделать цветной лед можно использовать пищевые красители, обычные краски и даже мелки *(покрошите их в порошок и смешайте с водой)*. Для рисования нужно выбирать бумагу поплотнее, чтобы она не раскисала. Лед начинает таять и оставлять следы, у вас получится ледовая картина, а можно предложить детям простые по форме предметы для раскрашивания ледяными льдинками.

В заключении я хочу сказать, что **игры со льдом** вызывают у детей радостное настроение, дают много эмоционально ярких впечатлений. У детей значительно улучшаются движения кисти руки и, как следствие, стимулируется развитие речи. Метод **криотерапии** способствует развитию интеллектуальной сферы детей, а также происходит оздоровление организма.

Так же мы знакомим родителей с опытами со льдом, которые можно проводить в домашней обстановке.