муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова — на — Дону «Детский сад № 71»

Консультация для родителей на тему «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ САМОМАССАЖА В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ»

Учитель – логопед
высшей квалификационной категории
Железняк Н.Н.

Самомассаж.

Самомассаж – это активное механическое воздействие на нервные окончания с целью стимуляции речевых зон коры головного мозга. Кинестетические импульсы, идущие от пальцев рук, изменяют функциональное состояние коры головного мозга, усиливают ее регулирующую и координирующую функции. Самомассаж осуществляется с помощью различных приспособлений:

- массажных мячиков
- шариков су – джок
- ипликатора Кузнецова
- шестигранных карандашей
- бельевых прищепок
- ватных палочек
- щеток массажных
- губок
- бигуди
- сосновых шишек
- грецких орехов
- кубиков
- платочков

Шарик су – джок – это медицинский тренажер «Массажный шарик» с кольцевыми пружинками. Игольчатый ипликатор Кузнецова – круглые пластины с пластмассовыми иглами на тканевой основе. Су - джок - терапия -это массажное воздействие на биологически активные точки кисти и стопы. Аурикулотерапия – массажное воздействие на биологически активные точки ушной раковины. Кисть руки, стопа и ушная раковина – мощные рефлексогенные зоны, состоящие в контакте со многими внутренними органами и системами организма. Стимулирование рефлексогенных зон помогает развиваться всем системам организма, усиливает концентрацию внимания, улучшает интеллектуальные возможности, поддерживает организм в здоровом состоянии.

Примерные упражнения:

Самомассаж с помощью ипликатора Кузнецова «Подарки осени»:

Ходит осень в нашем парке,	(«Ходят» пальцами по ипликатору)
Дарит осень всем подарки:	
Бусы красные – рябине,	(Нажимают на кружки указательными пальцами обеих рук)
Фартук розовый – осине,	(Нажимают средними пальцами)

Зонтик желтый - тополям, (Нажимают безымянными пальцами)
Фрукты осень дарит нам.

Самомассаж ладоней сушеным горохом в «сухом» бассейне:

Твердые горошинки (Сжимают горсть гороха в руке)
Прямо в землю брошены –
Значит, вырастет горох, (Катают горох круговыми движениями между ладонями).
Урожай совсем не плох!

Самомассаж точечный ватными палочками «Смородина»:

Как на щечке родинки, (Нажимают на подушечку каждого пальца ватной палочкой, затем ставят палочку на большой палец руки и держат указательным, затем меняют руки)
Черные смородинки
На кустах в саду растут –
Похозяйничаем тут.

Самомассаж шариками су – джок:

Ходит еж в саду по травке, (Катают шарик между ладонями круговыми движениями)
Натыкает на булавки (Сжимают шарик в ладони)
Грушу, сливу – всякий плод, (Прокатывают шарик вокруг большого и указательного пальцев)
Что под деревом найдет, (Удерживают шарик между вертикально стоящими ладонями)
И с подарочком богатым (Удерживают шарик между указательным и средним пальцами)
Возвращается к ежатам.

Самомассаж пальцев рук прищепками:

С веток ягоды снимаю (Тянут прищепкой поочередно все пальцы на одной руке, затем – на другой)
И в лукошко собираю.

Самомассаж рук губкой «Стирка»:

Постираем в ванночке (Гладят ладонь жесткой стороной губки.
Рубашечку для Анечки, (На каждое название сжимают губку)
Платьице для Олечки,
Трусики для Колечки,
Кофточку Мариночке,
Платочек для Ириночки.

Самомассаж ладоней щетками «Лошадка»:

Я люблю свою лошадку, (Поглаживающие движения щеткой по ладоням)

Причешу ей шерстку гладко,
Гребешком приглажу хвостик
И верхом поеду в гости.

Самомассаж ладоней шестигранными карандашами «Юла»:

У щенка забот немало: (Вращать карандаш между большим, средним, указательным пальцами)

Вот юла затанцевала –
Раскрутил щенок в углу
Эту юркую юлу.