

Консультация для родителей «Игровой самомассаж с использованием нестандартного оборудования и техники»

Еще в середине прошлого века было установлено, что уровень развития речи детей напрямую зависит от сформированности тонких движений пальцев рук. С анатомической точки зрения, около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция кисти руки, расположенная очень близко от речевой зоны. Поэтому развитие речи ребёнка неразрывно связано с развитием мелкой моторики.

Способов развития мелкой моторики существует множество. Среди них – пальчиковый массаж. Немногие доверяют массажу, так как считают его скорее забавой, чем терапевтическим воздействием. И напрасно. Ученые давно доказали, что стимулирование определенных точек на ладонях ребенка способно творить чудеса.

Игровой самомассаж - это очень эффективный метод развития крупной и мелкой моторики у детей, а также речи и таких познавательных процессов как внимание, память, мышление, воображение. Это уникальная тактильная гимнастика, благодаря которой в мозг поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных в коже. Кроме того, проведение самомассажа улучшает координацию произвольных движений, восстанавливает ослабленные мышцы, снимает излишнее напряжение. Упражнения игрового массажа можно проводить в любое удобное время и в любом месте, как дома, так и на отдыхе в парке, лесу.

Чтобы разминать и массировать кисти, можно использовать вспомогательные предметы. Доступность используемого материала позволяет заинтересовать ребёнка и достичь того коррекционного эффекта, который будет способствовать и речевому развитию.

Что можно использовать для массажа:

природный материал (шишки, орехи, горох, фасоль, гречка);

зубные щетки и щетки для волос;

прищепки бельевые;

бумага;

шестигранные карандаши, фломастеры;

«сухой бассейн»;

шары-шалуны;

бросовый материал (пробочки, старые фломастеры, колпачки от них, губки для мытья посуды).



Доступность используемого материала позволяет заинтересовать ребёнка и достичь того коррекционного эффекта, который будет способствовать и речевому развитию. Значительный эффект можно получить, сопровождая массаж стихотворениями, а также включением элементов игры.

Самомассаж с карандашом

Грани карандаша легко покалывают ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. С помощью шестигранных карандашей ребёнок массирует запястья, кисти рук: пальцы, ладони, тыльные поверхности ладоней, межпальцевые зоны. Такой массаж и игры с карандашами стимулируют речевое развитие малыша, способствуют овладению тонкими движениями пальцев.

«Карандаш в руках катаю,
Между пальчиков верчу,
Неприменно каждый пальчик
Быть послушным научу!»
«Карандаш бежит вперед,
А потом – наоборот.
Эй, ребята, не зевайте:
Карандашик не роняйте!»

Самомассаж с прищепками

Прекрасным орудием для развития пальцев и кисти рук является обычная хозяйственная прищепка. Её можно использовать как для закрепления навыка

открывания прищепки, прикрепляя прищепки к любым предметам – тарелке,

картонке, картинке (добавление недостающих деталей, так и для проведения самомассажа подушечек пальцев).

«Большой пальчик мы поймаем
И немного покачаем!
Указательный поймаем
И немного покачаем!
Средний пальчик мы поймаем
И немного покачаем!
Безымянный мы поймаем
И немного покачаем!
И мизинец мы поймаем
И немного покачаем!»

Самомассаж с орехами

«Левую ручку на стол я кладу,

В правую ручку орешек беру,
Вот мой орешек по ручке гуляет,
На ней он дорожку свою оставляет».
"Мы орехи не простые,
Мы орехи деловые.
Покатай ты нас в руке –
Мы в рубашке – скорлупе.
А теперь нас в кулачок,
На бочок и в сундучок".
«В пальцы мы орех возьмём
И немного повернём.
Крепко пальцами держи
И ещё раз поверни.
В другую руку мы возьмём
И немного повернём.
Крепко пальцами держи
И ещё раз поверни».

Самомассаж с шишками

Шишки можно сжимать и разжимать обеими руками одновременно или поочередно, воздействовать на кончики пальцев и ладошки постукиванием и вращательными движениями, прокатывание шишки от кончиков пальцев к запястью, локтю и обратно.

«Раз, два, три, четыре, пять,
Шишку будем мы катать.
Шишку будем мы катать,
Раз, два, три, четыре, пять.
Еловая шишка колет ладошки,
Мы покатаем шишку немножко».

Самомассаж с губкой

Берём губку для мытья посуды по размеру руки ребёнка. Сжимаем губку на каждый ударный слог. После каждой второй строчки – смена рук.

«Губка я, друзья, простая,
Мочалка – мне сестра родная.
С грязью справимся в два счёта –
Так кипит у нас работа.
А когда мы отдыхаем –
Вам, ребята, помогаем.
Вы сжимайте нас сильнеей –

Будет речь у вас верней».

Самомассаж с бумагой

Руки массируются шариками разного диаметра из жёсткой мятой бумаги.

Бумажный массаж интенсивно воздействует на кончики пальцев, стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Руки массируются шариками разного диаметра из жёсткой мятой бумаги.

«1, 2, 3, 4, 5!
Мы бумажку будем мять!
Мы бумажку будем мять!
Свои ручки развивать!
В ручку правую возьмём
И чуть-чуть её помнём.
Мы чуть-чуть её помнём
Левой ручке отдаём.
В ручку левую возьмём
И чуть-чуть её помнём.
Мы чуть-чуть её помнём
И на стол быстрее кладём».

«Сухой бассейн»

Для этого берется коробка или миска и заполняется, например, промытым и высушенным горохом, фасолью. Предлагаем ребенку опустить кисти в коробку, помешать горох, сжимать-разжимать пальцы рук внутри «бассейна». самомассаж в «сухом бассейне» можно сопровождать стихотворным текстом.

«В миску насыпали фасоль и пальцы запустили,
Устроив там переполох, чтоб пальцы не грустили».

Такой самомассаж способствует нормализации мышечного тонуса, стимуляции тактильных ощущений, увеличению объема и амплитуды движений пальцев рук, формированию произвольных, координированных движений.

Самомассаж с шарами - шалунами

Воздушные шары с наполнителем (фасоль, песок, мука, соль, камушки) способствуют развитию тактильных ощущений, стимулируют нервные окончания.

«Эти шарики берем - ими ручки разомнем.
Каждый шарик не простой - этот с солью, с рисом тот.
Меж ладошками кладем, им ладошки разотрем.
Вверх и вниз его катаем - свои ручки развиваем!
Можно шар катать по кругу, перекидывать друг другу.
Раз, два, три, четыре, пять - нам пора и отдыхать!»

В заключении можно сделать вывод о том, что использование нетрадиционных оздоровительных видов самомассажа способствует нормализации мышечного тонуса, развитию тактильных ощущений и мелкой моторики, интеллектуальных способностей, снятию усталости, раздражительности, повышению работоспособности.