

Массаж мячами-ежиками как средство оздоровления детей



Задачи:

1. Расслабление мышц и снятие последствий стресса.
2. Развитие мелкой моторики.
3. Активация кровообращения, повышение кожно-мышечного тонуса.
4. Развитие внимания, активация речи

«ЕЖИК»

Ежик выбился из сил –
Яблоки, грибы носил.
Мы потрем ему бока,
Надо их размять слегка.
А потом погладим
ножки,
чтобы отдохнул
немножко.
А потом почешем
брюшко,
Пощекочем возле ушка.
Еж по тропке побежал,
Нам «Спасибо»



«Месим тесто»

Месим, месим тесто,
Есть в печке место.
Я для милой
мамочки
Испеку два
пряничка.



«ОРЕХ»

Я катаю свой орех
По ладоням снизу вверх
А потом обратно,
Чтоб стало мне приятно
Я катаю свой орех,
Чтобы стал круглее всех



«Шарик»

Этот шарик не простой,
Весь колючий, вот такой
Меж ладошками кладем
Им ладошки разотрем.
Вверх, вниз его катаем,
Свои ручки развиваем.



«Ласковый еж»

Гладь мои ладошки, еж
Ты колючий, ну и что ж
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить



Результат:

1. Оздоровление организма ребенка.
2. Развитие речи, психических процессов.
3. Снятие мышечного напряжения и последствий стресса.



СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!