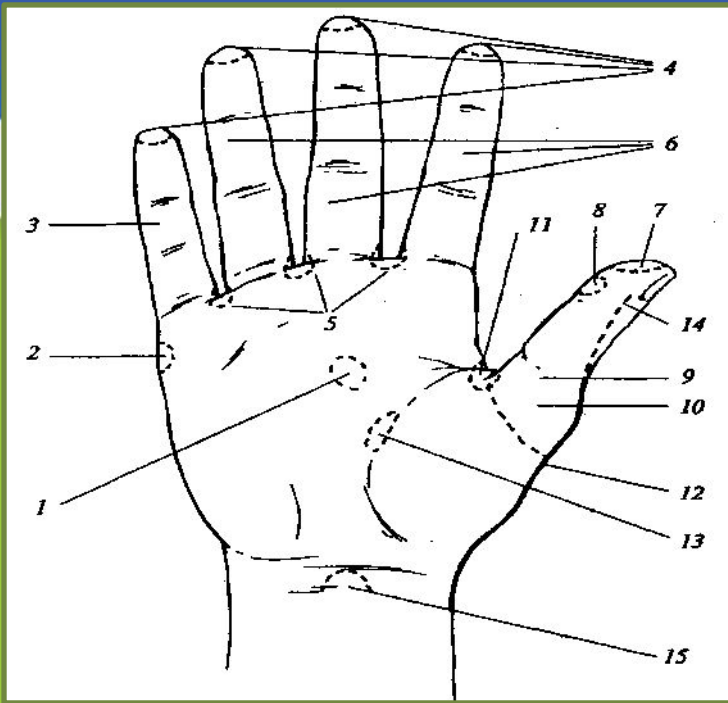


Самомассаж – средство оздоровления детского организма

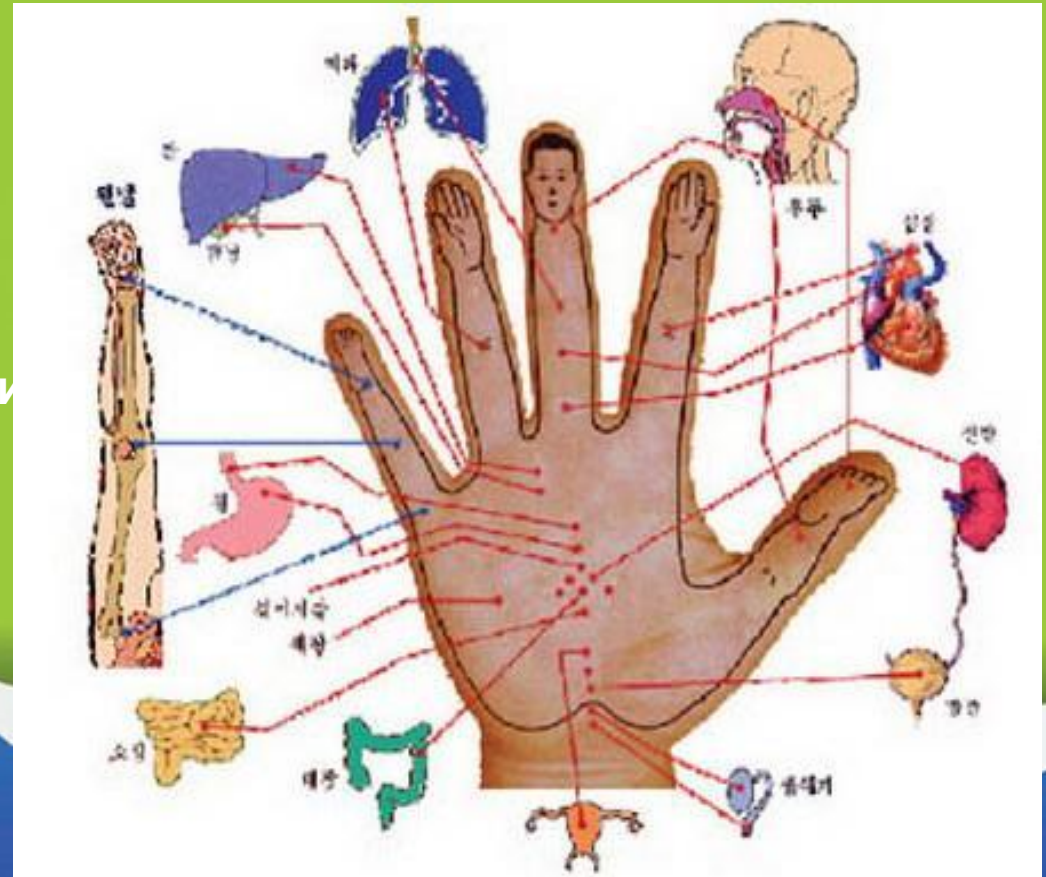


Воспитатель МАДОУ № 78
Потанина В.Н.

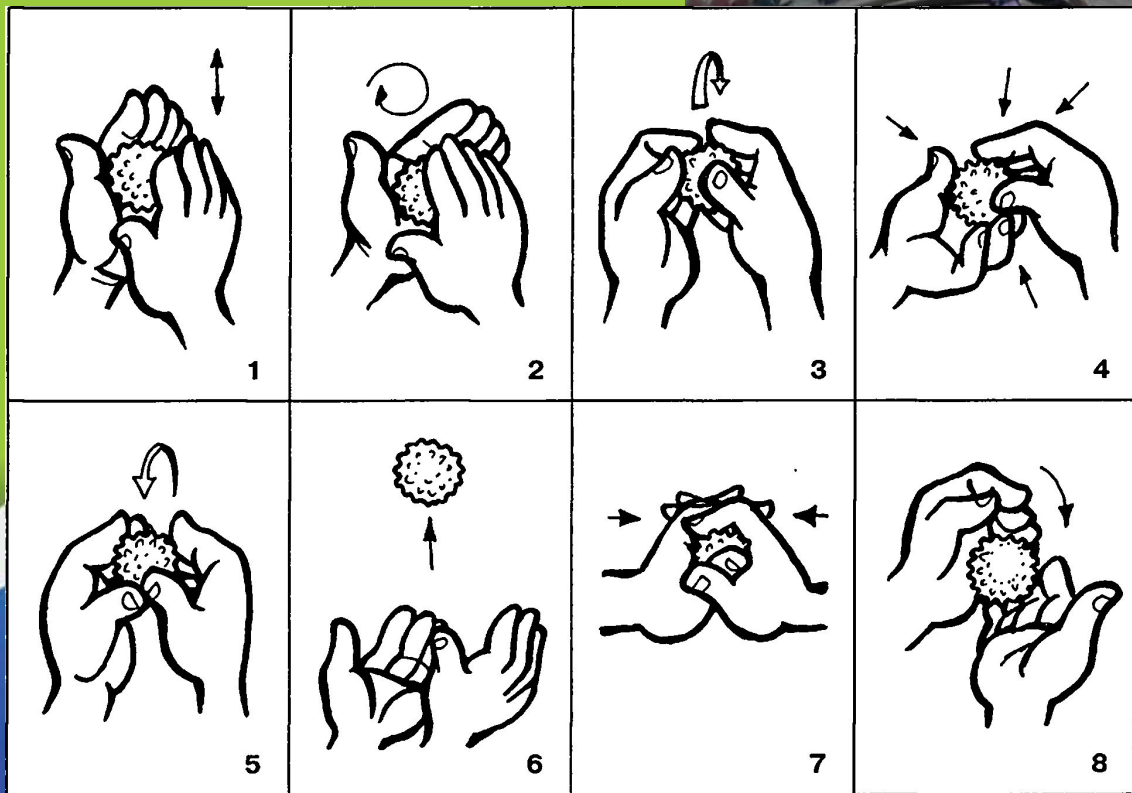
Рефлексогенные зоны кистей рук











- 1 — солнечного сплетения;
- 2 — суставов верхней конечности;
- 3 — слуха; 4 — полости черепа;
- 5 — лимфатических путей;
- 6 — нервной системы;
- 7 — гипофиза; 8 — эпифиза;
- 9 — головы, мозга; 10 — шеи;
- 11 — глотки, гортани;
- 12 — позвоночного столба;
- 13 — щитовидной железы;
- 14 — психической сферы;
- 15 — пояснично-крестцовой области



Массаж мячиками «ёжиками»



			
Утюжок	Добывание огня	Волчок	Горка
			
Подъемный кран	Вертолет	Эстафета	Качалочка

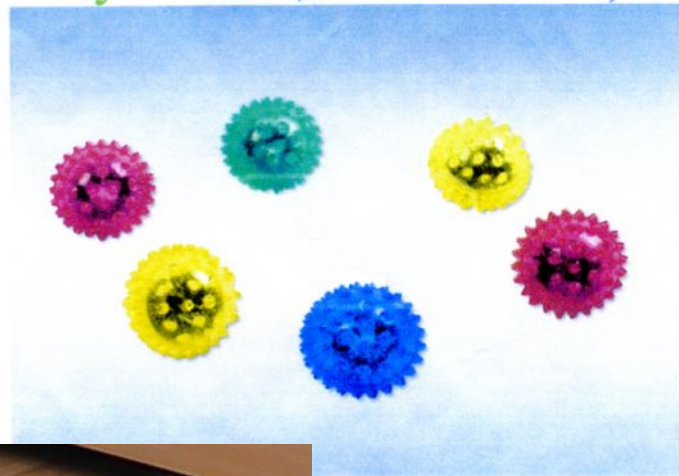
Массаж карандашами , кисточками



**Массаж
шариками с
ребристой
поверхностью
ю**



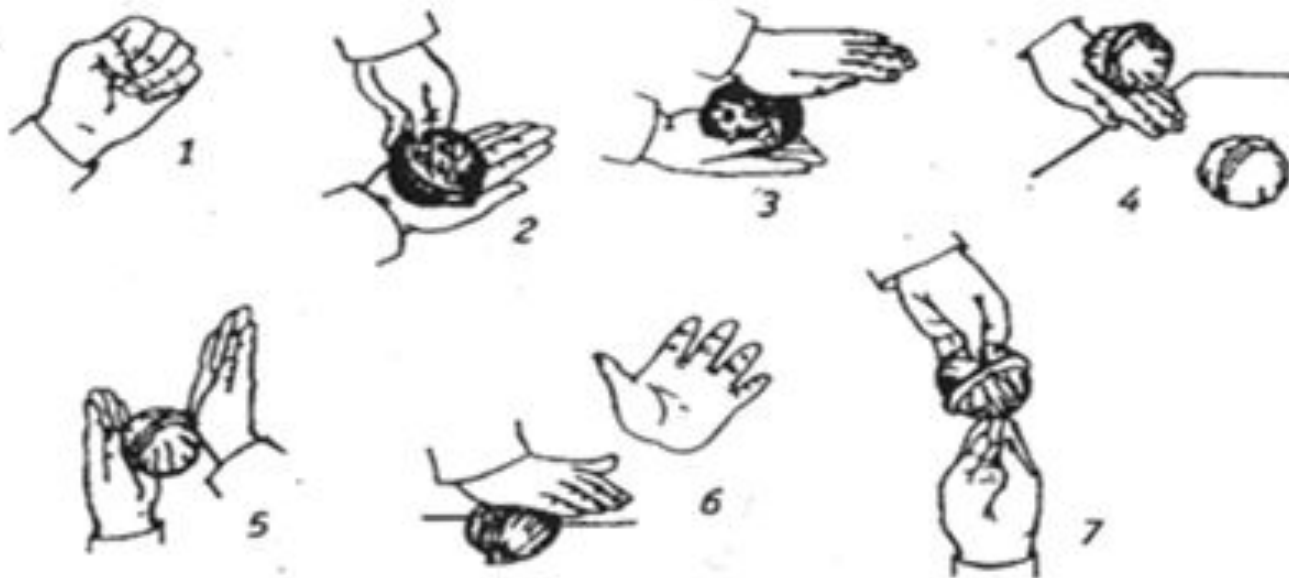
Массажный шарик с шипами
(Су- джок в переводе с китайского
су- кисть; джок- стопа)



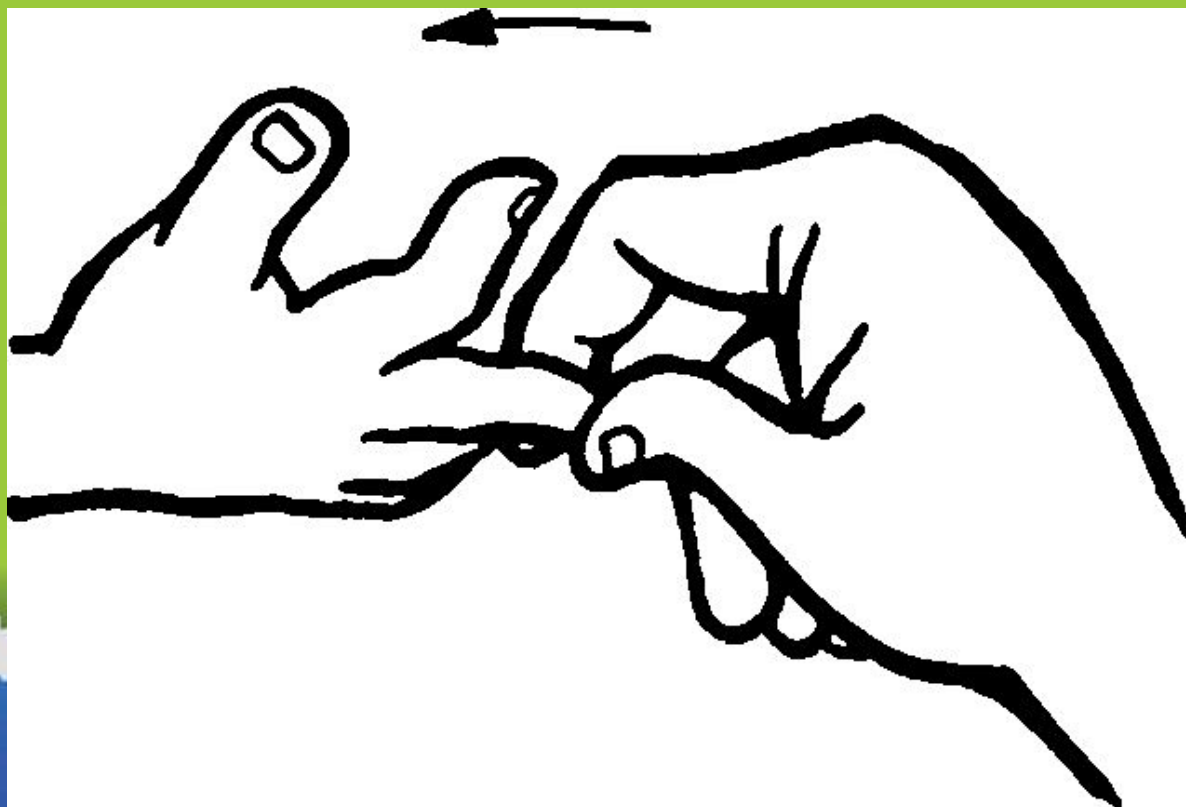
Массаж су – джок шариками



Массаж грецким орехом



Массаж кистей рук



Спасибо за внимание!

