



Игровой массаж в детском саду

Подготовила: воспитатель
Балакирева Н.П.
МКДОУ Бутурлиновский детский
сад №10

Массаж

ритмичное раздражение кожи с определенной силой и в определенной последовательности. Массаж действует непосредственно на кожу и те органы, которые находятся ближе к коже. Тысячи лет назад тибетские врачеватели установили, что на ладони рук и подошвы ног находятся своеобразные сигнальные точки почти всех органов. Именно поэтому нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком – бессознательно посылать положительные сигналы нашему организму. Обучение простейшим массажным приемам происходит в игре. Дети, выполняя массаж, сами одновременно являются персонажами сказки, развлечения, путешествия. Малыши закрепляют в игре навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, развивают мелкую мускулатуру пальцев рук.

Самомассаж с мячом-ежиком



*Мы нашли в лесу ежа
Жу-жу-жу,
Подошли мы к ежу.
(катаем мячик между ладошек)
Ужа – ужа – ужа
Впереди большая лужа
(крепко сжимаем ладошки)*



Аж – аж – аж
Покатился ёжик наш
(мячик прокатываем по левой руке с низу вверх)
Уже – уже
Перепрыгнул через лужу,
(мячик переносим на правую руку и прокатываем снизу вверх)
Оказался он на суше.
(мячик катаем ладошкой по кругу на груди)



Ходит ёжик без дорожек по лесу, по лесу
И колючками своими колется, колется.
(дети делают массаж спины друг другу – катают мячик вверх вниз)
А я ёжику – ежу, ту тропинку покажу,
Где катают мышки маленькие шишки.
Давайте ёжиков под ёлочку уберем,
И рядом шишки соберем.



Шишки под ножки мы кладем,
ножки массировать начнем.





***СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ !***