

«ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ ЛЕТОМ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ»

Автор: Полякова Елена Игоревна

Должность: Учитель-логопед

Наименование учреждения: МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №25»

Населенный пункт: Удмуртская Республика, город Глазов

1. Название технологии – игровой самомассаж

2. Название островка здоровья – «Самомассаж – здоровью помощник наш»

3. Презентация островка здоровья

Подходи ко мне, дружок,

И садись скорей в кружок.

Мы ходили, мы играли,

Наши ноженьки устали.

Сядем мы, отдохнём

И массаж сейчас начнём –

Для себя любимых,

Добрых и красивых!

Делать будем всё старательно,

Это нужно обязательно,

И полезно, и приятно

Это всем давно понятно.

4. Символ места - «радужная лесенка» – на территории участка деревянная лесенка, сделанная из деревянных цилиндров, которые вкопаны в землю на разную высоту и выкрашены в цвета радуги. На каждой ступеньке ёмкость с различными предметами для самомассажа: шишки, камни, мячики, цилиндры и т.д. , лесенка –«ёмкость» с наполнителями для ходьбы босиком (шишки, опил, камни, песок), «ребристая» лесенка для массажа стоп.

5. Мини-проект «Игровой самомассаж»

Срок реализации: март 2019 – октябрь 2019 г.

Вид проекта: индивидуально - подгрупповой

Участники проекта: дети, воспитатели, родители

Актуальность проекта

Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования особое внимание обращается на разностороннее развитие детей с ограниченными возможностями здоровья (в нашей профессиональной деятельности - это дошкольники с общим недоразвитием речи) с учетом их возрастных, индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, подготовке к жизни в социуме.

На первое место ставится задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия. Требованиями, предъявляемыми ФГОС к содержанию работы по физическому развитию, является:

- приобретение детьми опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (бег, ходьба, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Также одной из главных задач, которую определяет «Примерная образовательная программа «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой) является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек (правильного питания, потребности в физической активности).

В МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 25» в группе № 1 для детей с тяжелыми нарушениями речи получают помощь дети с общим недоразвитием речи.

Известно, что у дошкольников с ОНР часто нарушено развитие не только артикуляционной, мимической, но мелкой моторики рук и общих двигательных возможностей тела. Для данных детей особенно актуальна деятельность, способствующая развитию двигательных возможностей артикуляционного аппарата, рук и всего организма. Рекомендуются активизировать речевое развитие детей с ОНР посредством тренировки оральной мускулатуры, движений пальцев рук и общей моторики.

Современное общество, родители стимулируют работников дошкольного образования к поиску новых решений проблем сохранения и повышение уровня здоровья детей и своевременной коррекции имеющихся особенностей в развитии детей с ОНР.

Мы сделали предположение, что эффективным, оказывающим комплексное воздействие и доступным методом коррекции и профилактики многих нарушений, сопровождающих общее недоразвитие речи, может стать использование такого нетрадиционного метода логопедического воздействия, как самомассаж.

Самомассаж – это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией. Приёмы самомассажа ребёнку показывает взрослый. При самомассаже задействованы пальцы и ладони, а также другие части тела в зависимости от вида самомассажа. Происходит мощное воздействие на тактильные рецепторы рук и той области, которая массируется руками или другими средствами.

Применение самомассажа способствует формированию у детей кинестетической и кинетической основы движений, увеличению сенсорной чувствительности (способности к восприятию формы, поверхности массируемой области), развитию общей артикуляционной и ручной умелости, мелкой моторики, синхронизации работы обеих рук, что играет положительную роль в развитии речи.

Цель проекта:

Повышение эффективности коррекционно-логопедического воздействия в летний период на детей с общим недоразвитием речи путем привлечения дошкольников к использованию

приемов самомассажа различных областей тела для улучшения развития их артикуляционной, мелкой, общей моторики и укрепления психического и физического здоровья в целом.

Задачи проекта:

1. Повысить эффективность коррекционно-логопедической работы.
2. Улучшить психофизическое состояние детей с общим недоразвитием речи.
3. Обучить детей элементарным приемам самомассажа различных областей тела.
4. Познакомить (расширить представления) дошкольников с разнообразными средствами и способами проведения самомассажа.
5. Стимулировать у воспитанников творческое отношение к осуществлению самомассажа.
6. Активизировать взаимодействие с родителями по теме проекта.
7. Организовать взаимодействие с педагогами группы по теме проекта.

Формы работы:

С детьми: беседы, показ, объяснение, игра, самостоятельная деятельность детей и совместная с педагогом

С родителями: анкетирование, консультационный материал, индивидуальные беседы, оформление папок - передвижек

Этапы работы:

1. Подготовительный - организационный (апрель – май 2019 г.)

1. Информационный и рекламный блоки.
2. Проведение опроса - анкетирование.
3. Подбор методической литературы, создание картотеки по самомассажу для всех возрастных групп.

2. Реализационный этап (июнь- август 2019 г)

1. Создание предметно — развивающей среды: оформление уголка самомассажа
2. Изготовление картотеки
3. Консультации для педагогов.

4. Заключительный (сентябрь – октябрь 2019 г.)

1. Анализ итогов работы по проекту.
2. Презентация результатов работы по проекту «Игровой самомассаж летом с детьми дошкольного возраста с ТНР»

Срок реализации проекта: 6 месяцев

Участники проекта: дети дошкольного возраста, дети, имеющие общее недоразвитие речи 2 -3 уровня, воспитатели группы, родители.

Необходимые условия реализации проекта:

1. Наличие педагогических кадров, готовых к реализации инновационной деятельности.
2. Разработка консультативно-методического и информационного обеспечения проекта.
3. Наличие активной поддержки со стороны родителей действий педагогов.

Предполагаемые результаты реализации проекта:

Лица проекта	Предполагаемый результат
Дети	<ol style="list-style-type: none">1. Высокая мотивированность детей к деятельности, направленной на улучшение их речевых возможностей.2. Улучшение речевого развития дошкольников.3. Улучшение эмоционально-психологического и физического состояния воспитанников.3. Успешное овладение детьми приемами самомассажа.4. Проявление у дошкольников самостоятельности и творческой активности в использовании полученных знаний и умений в области проведения различных видов самомассажа с использованием разнообразных вспомогательных средств.
Воспитатели	<ol style="list-style-type: none">1. Освоение педагогами новых форм образовательной совместной деятельности с детьми и родителями.2. Сохранение у сотрудников положительного и творческого отношения к педагогической деятельности.3. Разработка методического материала по организации образовательной и совместной деятельности и совместной деятельности с детьми и родителями4. Улучшение психологического и физического состояния здоровья педагогов в процессе обучения детей приемам самомассажа.
Родители	<ol style="list-style-type: none">1. Повышение у родителей интереса и активности к совместному с образовательным учреждением воспитанию и развитию детей.2. Развитие педагогической компетентности родителей.3. Улучшение психологического и физического состояния здоровья родителей в процессе совместного проведения самомассажей в домашних условиях со всеми членами семьи.4. Улучшение микроклимата в семьях.

Приложения:

1. Приемы игрового массажа и самомассажа лица, шеи и головы.
3. Приемы игрового массажа и самомассажа рук.
4. Приемы игрового массажа и самомассажа спины и грудной клетки.
5. Приемы игрового массажа и самомассажа стоп.
7. Консультация «Игровой самомассаж»
8. Консультация «Роль самомассажа для укрепления мышц кистей и пальцев рук».
9. Консультация «Массаж карандашами»
10. Консультация «Самомассаж пальцев рук».
11. Консультация «Игры в сухом бассейне».

Литература:

1. Белая Н.А., Петров И.Б. Лечебный оздоровительный массаж. М.: — Т-Око, 1994. – 270с.
2. Дубровский В.Н., Дубровская Н.М. Практическое пособие по массажу. М.: — Шаг, 1993. – 448с., ил.
3. Дьякова Е. А. Логопедический массаж: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: – Академия, 2005. – 96 с., ил.

4. Киров Г.А., Назаренко Г.Ф. Массаж. М., 1992. – 92с., ил.

5. Османова Г. А. , Позднякова Л. А. «Игровой логопедический массаж и самомассаж в коррекции речевых нарушений» Издательство «КАРО» г. Санкт – Петербург, 2013 год

ПРИЕМЫ ИГРОВОГО МАССАЖА И САМОМАССАЖА ЛИЦА, ШЕИ И ГОЛОВЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ

САМОМАССАЖ ЛИЦА И ШЕИ

Ручки растираем и разогреваем, И лицо своим теплом мы умываем, Грабельки сгребают Все плохие мысли. Ушки растираем вверх и вниз мы быстро. Их вперед сгребаем, тянем вниз за мочки, А потом уходим пальцами на щечки. Щечки разминаем, чтобы надувались. Губки разминаем, Чтобы улыбались. Мы теперь утяжки – клювики потянем, Разомнем их мягко, не задев ногтями. Уголками губ мы Щечки поднимаем, А потом от носа вниз к губам стекаем. Губки пожуем мы, шарики надуем И губами вправо-влево потанцуем. Мы язык за губу заворачиваем, Кулачком по губе покалачиваем. За другую губу заворачиваем И другим кулачком покалачиваем. Тянем подборок и к ушам щипаем, А потом по шейке ручками стекаем.	<i>Растирание ладоней Проводят ладонями по лицу сверху вниз Граблеобразные движения от середины лба к вискам Растирание ушных раковин Загибание ушных раковин, оттягивание их Пальцы «перебегают» на щечки Круговыми движениями разминаем щеки Большой и указательный палец разминают верхнюю, а затем нижнюю губу Вытягивание обеих губ вперед Средние пальцы по очереди поднимают то правый, то левый угол рта Спиралевидные движения от носа к углам рта Покусывание верхней и нижней губы, надуть щеки Указательные пальцы поглаживают губы Язык за верхней губой, стучим по нему кулачком Язык за нижней губой, стучим кулачком Щипаем подбородок от челюсти к ушам Поглаживание шеи всей ладонью к ключице</i>
---	---

ЗИГЗАГООБРАЗНОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ ГОЛОВЫ

Дунул ветер на березку, - Разлохматил ей прическу. Ветер очень торопился, Улетел, не извинился.	<i>Легкое зигзагообразное поглаживание волосистой поверхности головы в направлении от макушки к ушам.</i>
--	---

САМОМАССАЖ ЛИЦА «ВРЕМЕНА ГОДА»

Если солнце жарко греет, Если легкий ветер веет, Стало сухо и тепло – Это лето пришло. Если дождь стучит по крыше, Листья падают не слышно,	<i>Поглаживающие движения от середины лба, носа, верхней губы, подбородка к ушам. Постукивающие движения подушечками пальцев по лбу, щекам, подбородку</i>
--	---

Птицам улетать пора –
Это осень к нам пришла.
Если вьюга кружит, злиться,

*Круговые движения в области лба, щек,
подбородка*

Всюду белый снег кружиться,
В снежных шапках все дома, -
Это к нам пришла зима.
Если тает снег и лед,

*Поглаживающие движения обеими ладонями
сверху*

Звонкий ручеек течет,
Распускается листва -
Это к нам пришла весна

*вниз по боковым сторонам лица и шеи,
по центральной части лица и шеи.*

САМОМАССАЖ ЛИЦА «ЛЕТО»

Лето, лето, лето! Летом много света.
Солнце светит ярко, стало очень жарко.
Лето, лето, лето! Теплый дождик, где ты?
Погоуляем под дождем и, быть может, подрастем.
В теплый солнечный денек прилетел к нам ветерок,
Стал волною он играть, нашу лодочку качать.
Подари нам, лето, солнечного света,
Теплую погоду, дальние походы.
Лето, лето, лето! Солнышком согреты
И деревья, и кусты, и душистые цветы.

Поглаживающие движения

Постукивающие движения

Волнообразные движения

Зигзагообразные движения

Поглаживающие движения

САМОМАССАЖ ЛИЦА

Здесь живет Хмурилка,
Здесь живет Дразнилка,
Здесь живет Смешилка,
Здесь живет Страшилка.
Это носик Бибка!
А где твоя улыбка?

Потереть брови

Потереть нос

Потереть уголки губ

Потереть щеки

Потереть крылья носа

Приподнять пальцами уголки губ

САМОМАССАЖ МЫШЦ ГОЛОВЫ И ШЕИ

1. «Я хороший». Расположить ладони обеих рук на области головы, ближе ко лбу, соединив пальцы в центре, и затем провести ладонями по волосам, опускаясь вниз через уши и боковые поверхности шеи к плечам. Движения рук должны быть одновременными, медленными, поглаживающими.
2. «Наденем шапочку». Исходное положение рук то же. Движения обеих ладоней вниз к ушам, а затем по переднебоковой части шеи к яремной ямке.

САМОМАССАЖ МЫШЦ ЛИЦА

1. «Рисуем дорожки». Движение пальцев от середины лба к вискам.
2. «Рисуем яблочки». Круговые движения пальцев от середины лба к вискам. «Рисуем елочки». Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение направлено несколько по диагонали.

3. «Пальцевый душ». Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу.
4. «Рисуем брови». Проводить по бровям от переносицы к вискам каждым пальцем поочередно: указательным, средним, безымянным и мизинцем. «Наденем очки». Указательным пальцем проводить легко от виска по краю скуловой кости к переносице, затем по брови к вискам.
5. «Глазки спят». Закрывать глаза и легко прикрыть пальцами веки, удерживать в течение 3 - 5 секунд.
6. «Нарисуем усы». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта .
7. «Веселый клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины нижней губы к углам рта, а затем вверх к скуловой кости.
8. «Грустный клоун». Движение указательными и средними пальцами от середины верхней губы к углам рта, а затем к углам нижней челюсти.
9. «Клювик». Движение указательным и средним пальцами от углов верхней губы к середине, а затем от углов нижней губы к середине.
10. «Погладим подбородок». Тыльной поверхностью пальцев поглаживать от середины подбородка к ушам.
11. «Расческа». Поглаживание губ зубами.
12. «Молоточек». Постукивание губ зубами.
13. Всосывание верхней и нижней губы попеременно.
14. Пожевывание попеременно: то верхней, то нижней губы.
15. «Пальцевый душ». Набрать воздух под верхнюю губу и легко постукивать по ней кончиками пальцев, проделать то же самое движение, набрав воздух под нижнюю губу.
16. «Нарисуем три дорожки». Движение пальцев от середины нижней губы к ушам, от середины верхней губы к ушам, от середины носа к ушам.
17. «Нарисуем кружочки». Круговые движения кончиками пальцев по щекам.
18. «Погреем щечки». Растирающие движения ладонями по щекам в разных направлениях.
19. «Паровозики». Сжать кулаки и приставить их тыльной стороной к щекам. Производить круговые движения, смещая мышцы щек сначала по часовой стрелке, а затем против часовой стрелки. Можно сопровождать круговые движения ритмичным произнесением: «Чух, чух, чух».
20. «Пальцевый душ». Набрать воздух под щеки и легко постукивать по ним кончиками пальцев.
21. «Испечем блинчики». Похлопать ладонками по щекам.
22. «Умыли личико». Ладонями обеих рук производить легкие поглаживающие движения от середины лба вниз по щекам к подбородку.

**ПРИЕМЫ ИГРОВОГО МАССАЖА И САМОМАССАЖА РУК
С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ**

САМОМАССАЖ РУК

Разотру ладошки сильно,
Каждый пальчик покручу,

Поздороваюсь с ним сильно

*Растирание ладоней;
Захватить пальчик у основания и
выкручивающим
движением дойти до ногтевой фаланги;*

И вытягивать начну.
После руки я помою,
Пальчик в пальчик я вложу,
На замочек их закрою
И тепло поберегу.
Выпущу я пальчики,
Пусть бегут как зайчики.

*«Моют» рук;
Пальцы в «замок»;*

Пальцы расцепить и перебирать ими;

МАССАЖ ПАЛЬЦЕВ «ОВОЩИ»

На каждый слог - разминание одной фаланги, от ногтевых фаланг к основаниям пальцев.

Вырос у нас чесночок,
Перец, томат, кабачок,
Тыква, капуста, картошка,
Лук и немного горошка.
Овощи мы собирали,
Ими друзей угощали,
Квасили, ели, солили,
С дачи домой увозили.
Прощай же на год,
Наш друг – огород!

*Мизинец левой руки.
Безымянный левой руки.
Средний левой руки.
Указательный левой руки.
Указательный правой руки.
Средний правой руки.
Безымянный правой руки.
Мизинец правой руки.
Большой левой руки.
Большой правой руки*

САМОМАССАЖ РУК «ПАУК»

Диво дивное – паук,
руки
Восемь ног и восемь рук.
Если надо наутек,
Выручают восемь ног.
Сеть плести за кругом круг –
Выручают восемь рук.

*Греблеобразнокруговое растирание ладони одной
Подушечками пальцев другой руки.*

САМОМАССАЖ РУК «ТЕПЛЫЕ РУКИ»

Чьи руки зимою всех горячей?
Они не у тех кто сидел у печей,
А только у тех, а только у тех,
ладонь другой
Кто крепко сжимал обжигающий снег,
И крепости строил на снежной горе,
И снежную бабу лепил во дворе.

*Прямолинейное растирание ладоней
Крепко и ритмично сжимают одну*

САМОМАССАЖ ЛАДОНЕЙ «ДОЖДИК»

Кто там топает по крыше?
Кап-кап-кап-кап.
Чьи шаги всю ночь я слышу?
Кап-кап-кап-кап.
Я усну теперь едва ли.
Кап-кап-кап-кап.

*Пунктирование пальцами одной руки всей
поверхности ладони другой руки.*

Может дождик подковали?

Кап-кап-кап-кап.

САМОМАССАЖ «НАМЫЛИВАНИЕ» РУК

Не секрет для нас с тобой, *Разминание рук, как будто моем их.*

Каждый знает это –

Руки мой перед едой

И после туалета.

САМОМАССАЖ РУК «ПИЛА»

Пилит, пилит пила,

Пиление (продольное и поперечное) ладони

И жужжит, как пчела,

ребром ладони противоположной руки.

И визжит, и поет,

Соням спать не дает.

Принялась она за дело,

Завизжала и запела.

Ела, ела дуб, дуб,

Поломала зуб, зуб.

САМОМАССАЖ ЛАДОНЕЙ ЩЕТКОЙ ДЛЯ ВОЛОС

На каждый ударный слог осуществляется поглаживающие движения ладонями. Поверхности «иголочек» касаются не только пальцы, но и ладони. Направления движения – к себе.

Гладила мама-ежиха ежат:

«Что за пригожие детки лежат!»

САМОМАССАЖ «ЩЕЛЧКИ»

Ладонь прижата к столу, пальцы разведены, другая рука поднимает пальцы по одному, затем опускает и он со стуком падает на стол.

Поднял ушки бурундук.

Он в лесу услышал звук:

- Это что за громкий стук,

Тук да тук, тук да тук?

- А пойдем, - сказал барсук, -

Сам увидишь этот трюк:

Это дятел сел на сук,

И без крыльев, и без рук

Ищет он, где спрятан жук, -

Вот и слышен перестук!

САМОМАССАЖ ПРИЩЕПКАМИ

Бельевой прищепкой на ударные слоги стихотворения поочередно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно. (Проверить на себе, чтобы прищепки были не слишком тугими).

Кусается сильно котенок – глупыш,

Он думает: это не палец, а мышь.

- Но я же играю с тобою, малыш!
- А будешь кусаться – скажу тебе «кыш!».

САМОМАССАЖ РУК «ТЕСТО» С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СУХОГО БАССЕЙНА

Ребенок запускает руки в «сухой бассейн» и имитирует замешивание теста, приговаривая:

Мы тесто месили, мы тесто месили:
Нас тщательно все помесить попросили.
Но сколько ни месим и сколько ни мнем,
Комочки опять и опять достаем.

САМОМАССАЖ «ЁЖИК» С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СУ-ДЖОК ШАРИКОВ

Движения соответствуют тексту.

Я мячом круги катаю,
Взад – вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку,
Будто я сметаю крошку.
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка.
Каждым пальцем мяч прижму
И другой рукой начну.

САМОМАССАЖ РУК «ШИШКА»

Сосновую шишку возьму я в ладошку,
В ладошке ее покатаю немножко.
Кручу и катаю, катаю - кручу,
Ладонки и пальчики ей щекочу.
Я шишкой своей проведу по ладошке,
И сразу на ней появились дорожки.
Я шишку легонько сжимаю, сжимаю –
рукой,
Так пальчики я свои разминаю!

Катаем шишку между ладоней.

Проводим шишкой вдоль ладони.

*Аккуратно сжимаем шишку одной
а затем другой.*

САМОМАССАЖ РУК «ГУСИ» С ПРИЩЕПКАМИ

Гуси, гуси! Га-га-га! *Щипцеобразное разминание (продольное)*
Есть хотите? Да-да-да! *мышечного валика локтевого края ладони.*
Так летите же домой.
Серый волк под горой - не пускает нас домой.

САМОМАССАЖ РУК

Свистели метели, летели снега.
Стелила постели большая пурга,
Стелила постели морозам она,
сустава
И было метелям совсем не до сна.
Мы утром в окошкoвзглянули на сад -
Сугробы в саду, как подушки, лежат.

*Спиралевидное поглаживание
ладонной поверхностью
от кончиков пальцев до лучезапястного*

ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ РУК И НОГ

Я в ладоши хлопаю	<i>Хлопают в ладоши</i>
И ногами топаю.	<i>Топают ногами</i>
Ручки разотру и тепло сохраню.	<i>Растирают руки</i>
Ладошки, ладошки,	<i>Гладят руки от кисти к плечевому суставу</i>
Утюжки – недотрожки.	
Вы погладьте ручки,	
Чтоб играли лучше.	
Вы погладьте ножки,	<i>Гладят ноги от стопы к бедру</i>
Чтобы бегали по дорожке.	

САМОМАССАЖ ЛАДОНЕЙ ГРЕЦКИМ ОРЕХОМ

Я катаю мой орех,
Чтобы стал круглее всех.

САМОМАССАЖ РУК ШИПОВАННЫМ МЯЧИКОМ (ШАРИКОМ СУ - ДЖОК)

Эта ручка – правая	<i>Шарик на правой ладони</i>
Это ручка – левая	<i>Шарик на левой ладони</i>
Я на мячик нажимаю	<i>Зажать шарик между ладонями</i>
И зарядку делаю:	
Будет сильной правая	<i>Сжать в правом кулаке</i>
Будет сильной левая	<i>Сжать в левом кулаке</i>
Будут ручки у меня – ловкие, умелые.	<i>Катать мячик между ладонями</i>

Игровой самомассаж конструктором ЛЕГО с элементами пальчиковой гимнастики

1, 2, 3, 4, 5!	<i>- Загибают пальчики на обеих руках</i>
В конструктор будем мы играть!	<i>- Разгибают пальчики на обеих руках</i>
В конструктор будем мы играть	<i>- Кулачок-ладошка поочерёдно</i>
Своим ручкам помогать!	<i>- Кулачок-ладошка поочерёдно</i>
<i>(Все движения выполняем в соответствии с текстом)</i>	
Конструктор в руки мы возьмём	<i>- Прокатывание конструктора между ладонями</i>
На руку левую кладём,	
Правой ручкой накрываем	
И ладошками катаем.	
Сейчас руки поменяем,	<i>- Меняем положение рук</i>
Точно также покатаем.	
В ручку правую возьмём	<i>- Сжимаем конструктор в правой руке</i>
И сильней его сожмём!	
Руку быстро разжимаем,	
На "пианино" поиграем.	<i>- Имитируем игру на пианино</i>
В ручку левую возьмём	<i>- Сильно сжимаем в левой руке</i>
И сильней его сожмём!	
Руку быстро разжимаем,	
На "пианино" поиграем.	<i>- Имитируем игру на пианино</i>
Мы конструктор убираем	<i>- Убираем на край стола</i>
Быстро пальчики считаем!	

На левой ручке посчитаем,
 Пальцы быстро загибаем.
 Раз, два, три, четыре, пять! - *Загибаем пальцы на правой руке*
 На правой ручке посчитаем,
 Пальцы быстро загибаем.
 Раз, два, три, четыре, пять! - *Загибаем пальцы на левой руке*
 Пальчики свои встряхнём, - *Встряхиваем кисти обеих рук*
 Заниматься мы начнём! - *Продолжаем занятие*

Самомассаж ладоней ёжиком или колючими резиновыми шариками

(Выполняем движения с ёжиком в соответствии с текстом)

Наш волшебный мудрый ёжик - *(прокатываем по левой руке)*
 Не нашёл в лесу дорожек. - *(прокатываем по правой руке)*
 Ёжик колет нам ладошки, - *(катаем между ладоней вертикально)*
 Поиграем с ним немножко.
 Если будем с ним играть - *(катаем между ладоней горизонтально)*
 Ручки будем развивать.
 Ловкими станут пальчики, - *(катаем между ладоней по кругу,*
 Умными — девочки, мальчики. *правая рука вверх)*
 Ёжик нам ладошки колет, - *(катаем между ладоней по кругу,*
 Руки нам готовит к школе. *левая рука вверх)*
 Уходи, колючий ёж, - *(убирают ёжика на край стола)*
 В тёмный лес, где ты живёшь!
 Ёж ушёл ук себе домой - *(пальчики "шагают" по столу)*
 Отдохнём и мы с тобой!

(Дети закрывают глаза и отдыхают, положив голову на стол, а в это время ёжик «исчезает» и появляются пружинки или прищепки, итд., главное, чтобы в конце занятия обязательно появился сюрприз: наклейка, конфета, мелкая игрушка...(зависит от фантазии и возможностей взрослых).

Самомассаж колючим шариком «Су-джок»

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Этот шарик непростой, -*(любимся шариком на левой ладошке)*
 Он колючий, вот какой. - *(накрываем правой ладонью)*
 Будем с шариком играть - *(катаем шарик горизонтально)*
 И ладошки согреть.
 Раз катаем, два катаем-*(катаем шарик вертикально)*
 И ладошки согреваем.
 Раз катаем, два катаем-*(катаем шарик горизонтально)*
 И ладошки согреваем.
 Катаем, катаем, катаем -*(катаем шарик вертикально)*
 Сильней на шарик нажимаем.
 Как колобок мы покатаем, -*(катаем шарик в центре ладошки)*
 Сильней на шарик нажимаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)

В ручку правую возьмём,

В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)

В ручку левую возьмём,

В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем.

(Выполняем движения в соответствии с текстом)

Мы положим шар на стол

И посмотрим на ладошки,

И похлопаем немножко,

Потрясём свои ладошки.

Мы немного отдохнём,

Заниматься мы начнём.

(Дети закрывают глаза и отдыхают, положив голову на стол, а в это время шарик «исчезает» и появляются пружинки или прищепки, грецкий орех и тд., главное, чтобы в конце занятия обязательно появился сюрприз: наклейка, конфета, мелкая игрушка... (зависит от фантазии и возможностей взрослых).

Самомассаж канцелярскими скрепками

1, 2, 3, 4, 5! - *(загибаем пальчики на обеих руках одновременно)*

Скрепкой будем мы играть!- *(сгибем-разгибаем пальчики на обеих руках)*

Скрепкой будем мы играть!-*(кулачки-ладошки ударяем*

Своим ручкам помогать. *друг о друга поочерёдно)*

(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)

Эту скрепочку возьму,

Большой пальчик надавлю,

Кругом скрепку поверну

И ещё раз надавлю

Указательный поймаю,

Точно также поиграю.

Средний пальчик я поймаю,

Точно также поиграю.

Безымянный я поймаю,

Точно также поиграю.

И мизинец я поймаю,

Точно также поиграю.

В серединочке ладошки

Нарисую я горошки!

Сейчас руку поменяю

Большой пальчик я поймаю.

Кругом скрепку поверну

И ещё раз надавлю.

(Аналогично делаем массаж на левой руке)

Свою скрепочку возьмём,

На край стола мы уберём!
Пальчики свои встряхнём, - (*интенсивно трясем ладошки*)
И немного отдохнём! - (*ложимся на ладошки, закрываем глаза, отдыхаем*)
(Заниматься мы начнём! - *в зависимости от ситуации*)

Самомассаж шишками сосны, кедра, ели с элементами пальчиковой гимнастики

Мишка по лесу ходил, - (*Пальчики шагают по столу*)
Много шишек находил,
Много шишек находил, - (*Удары кулачки-ладошки поочередно*)
В детский сад нам приносил.
(*Жене шишку подарил!*)
- вариант для домашнего ребёнка)
Раз, два, три, четыре, пять! - (*Загибают пальчики на обеих руках*)
Будем с шишкой мы играть! - (*Разгибают пальчики на обеих руках*)
Будем с шишкой мы играть, - (*Прокатывание шишки между ладонями*)
Между ручками катать!
В ручку правую возьмём - (*Сильно сжимаем шишку в правой руке*)
И сильнее её сожмём!
Руку быстро разжимаем,
На столе её катаем.
В ручку левую возьмём - (*Сильно сжимаем шишку в левой руке*)
И сильнее её сожмём!
Руку быстро разжимаем, - (*Катаем шишку по столу*)
На столе её катаем.
Мы закончили катать, - (*Убираем шишку на край стола*)
Будем пальчики считать!
На одной руке считаем,
Пальцы быстро загибаем.
Раз, два, три, четыре, пять! - (*Загибаем пальцы на правой руке*)
На другой руке считаем,
Пальцы быстро загибаем.
Раз, два, три, четыре, пять! - (*Загибаем пальцы на левой руке*)
А сейчас соединяем
И ещё раз посчитаем.
Раз, два, три, четыре, пять! - (*Пальчики обеих рук здороваются*)
Пальцы мы не потеряли,
Очень весело играли.
Пальчики свои встряхнём, - (*Встряхиваем кисти обеих рук*)
Заниматься мы начнём! - (*Продолжаем занятие*)

ПРИЕМЫ ИГРОВОГО МАССАЖА И САМОМАССАЖА СТОП С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ

САМОМАССАЖ ПАЛЬЦЕВ НОГ

Пальчики на ножках - (*Выкручивание каждого пальца на ноге*)
Как на ладошках.

Я их смело покручу
И шагать начну.
Разведу вперед – назад
И сожму руками.
Здравствуйте, пальчики!
Гномики лесные.
Здравствуйте, пальчики!
Игрушки заводные.

*Один пальчик тянут руками на себя, другой – от себя
Сжимание ладонями пальцев ног, всех одновременно
и поочередно каждый палец*

ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ РУК И НОГ

Я в ладоши хлопаю
И ногами топаю.
Ручки разотру и тепло сохраню.
Ладошки, ладошки,
Утюжки – недотрожки.
Вы погладьте ручки,
Чтоб играли лучше.
Вы погладьте ножки,
Чтобы бегали по дорожке.

*Хлопают в ладоши
Топают ногами
Растирают руки
Гладят руки от кисти к плечевому суставу*

Гладят ноги от стопы к бедру

САМОМАССАЖ НОГ

Трем рукой – мочалочкой
Пятки и носочки
Вверх – вниз, вверх – вниз.
Ножку до коленочки
Мы помоем чистенько –
Вверх – вниз, вверх – вниз.
А бедро разотрем
И гулять пойдём
Вверх – вниз, вверх – вниз.

Растирание ступней

Растирание голени

Растирание бедра

САМОМАССАЖ СТОП МАССАЖНЫМИ МЯЧИКАМИ ИЛИ РОЛИКАМИ

Ходит ежик вдоль дорожек по лесу, по лесу.
ступням
И колючками своими колется, колется.
А я ежику-ежу, ту тропинку покажу,
Где катают мышки маленькие шишки.

Катать мячик или ролик по

ПРИЕМЫ ИГРОВОГО МАССАЖА И САМОМАССАЖА СПИНЫ И ГРУДНОЙ КЛЕТКИ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ

МАССАЖ СПИНЫ «ДОЖДИК»

Дети встают друг за другом, кладут руки на плечи и выполняют массажные движения. Педагог стоит за последним ребенком. После выполнения дети поворачиваются на 180 градусов и выполняют массаж снова.

Дождик бегаёт по крыше - Бом! Бом! Бом! Бом!	<i>Похлопывание по спине всей ладонью</i>
По веселой звонкой крыше – Бом! Бом! Бом! Бом!	<i>Постукивание по спине подушечками пальцев</i>
- Дома, дома посидите, – Бом! Бом! Бом! Бом!	<i>Постукивание по спине кулачками</i>
Никуда не вы выходите,- Бом! Бом! Бом! Бом!	<i>Ребро ладони растирают поверхность спины</i>
Почитайте, поиграйте – Бом! Бом! Бом! Бом!	<i>Кладут ладони на плечи и разминают их</i>
А уйду – тогда гуляйте ... Бом! Бом! Бом! Бом!	<i>Легкое поглаживание спины сверху вниз</i>

САМОМАССАЖ СПИНЫ «РЕЛЬСЫ»

Рельсы-рельсы, Шпалы-шпалы Ехал поезд запоздалый. Из последнего вагона <i>области</i>	<i>граблевидные движения вдоль спины ребенка</i> <i>граблевидные движения поперек спины</i> <i>щекочущие движения</i> <i>поколачивание подушечками пальцев копчиковой</i>
Вдруг посыпался горох. Пришли гуси – пощипали-пощипали, Пришли куры – поклевали-поклевали, Пришел слон – потоптал-потоптал, Пришел дворник – все подмел, Поставил стол, Поставил стул, И начал печатать письмо.	<i>точечный массаж по всей спине</i> <i>щипцеобразные движения</i> <i>точечный массаж</i> <i>поколачивание кулаком или тыльной стороной ладони</i> <i>поглаживающие движения по всей поверхности спины</i> <i>поколачивание кулаком</i> <i>поколачивание кулаком, но уже с меньшим давлением</i> <i>точечный массаж</i>

САМОМАССАЖ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ

Я мочалочку возьму <i>сторону</i> И ключицу разотру, И кругами, и кругами Грудь массирую руками. А потом, а потом Пальчики бегут кругом. А потом, а потом Кулачки бегут кругом.	<i>Растирание грудной клетки: правой рукой левую</i> <i>левой рукой - правую</i> <i>Поколачивание груди подушечками пальцев</i> <i>Легкое поколачивание груди кулаками</i>
---	---

ИГРОВОЙ МАССАЖ «ЧЕРЕПАХА»

Шла купаться черепаха И кусала всех со страха:	<i>Пощипывающие движения всей поверхности</i> <i>спины одного ребенка другим.</i>
---	--

Кусь – кусь – кусь, кусь – кусь – кусь,

Ниикого я не боюсь.

Ууууууу!

Ребенок поворачивается и пугает партнера.

ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ СПИНЫ «ИНСТРУМЕНТЫ»

Мы пилим-пилим доску

для нового стола.

Стальные зубы остры,

легко идет пила.

Дзынь – да, дзынь – да, дзынь – ды, дзань.

Скользит, скользит послушно

Рубанок вдоль доски.

И станет она гладкой,

Приятной для руки.

Вжих – да, вжих – да, вжих – да, вжих.

А ну-ка веселее

Ударим молотком.

Покрепче, посильнее

Мы гвоздки забьем.

Тук – да, тук – да, тук – да, тук.

Массаж спины

Встать друг за другом «паровозиком».

Дятел жил в дупле пустом,

Дубдолбил, как долотом.

(Дети похлопывают ладонями по спине впереди стоящего)

Тук-тук-тук, тук-тук-тук!

Долбит дятел крепкий сук.

(ПОКОЛАЧИВАЮТ ПАЛЬЦАМИ)

КЛЮВОМ, КЛЮВОМ ОН СТУЧИТ,

ДЯТЕЛ СТОЛ УЖЕ ДОЛБИТ.

(ПОСТУКИВАЮТ КУЛАЧКАМИ)

ДЯТЕЛ В ДУБ ВСЁ ТУК ДА ТУК...

ДУБ СКРИПИТ.: "ЧТО ТАМ ЗА СТУК?"

(Постукивают рёбрами ладоней)

Дятел клювом постучал,

Постучал и замолчал,

Потому что он устал.

(Поглаживают ладонями)