

МБДОУ «Детский сад № 33 «Белочка»

Мастер-класс

«Массажные рукавички»

Составила: Юркова Евгения Сергеевна



«Массажные рукавички» можно использовать для игрового массажа с целью:

- закаливания и оздоровления;
- для повышения сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям;
- для снятия мышечного напряжения;
- снятия усталости;
- для повышения общего тонуса организма;
- для укрепления иммунитета и улучшения эмоционального состояния ребёнка.



- Нам потребуются простые рукавички(перчатки), различные пуговицы или бусины, клей, нитки и конечно же фантазия!

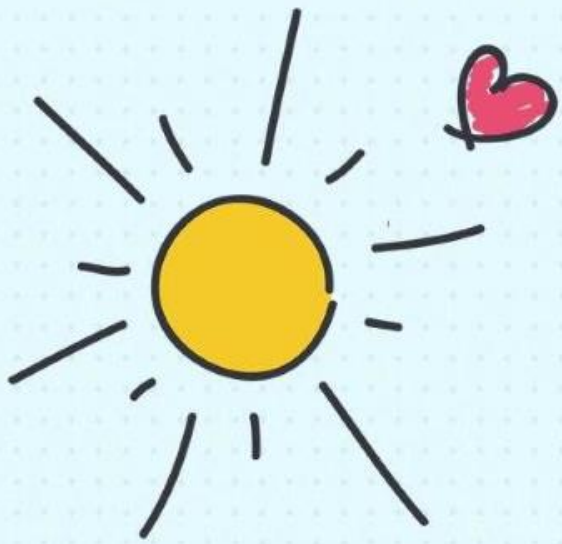


- Пришиваем несколько пуговиц и бусин, и готово!
- Надеваем наш массажер на руку и приступаем!



- Игровой массаж (самомассаж) положительно влияет на развитие речи, так как дети вместе с педагогами проговаривают стишки, также улучшает эмоциональное состояние ребенка.
- Перчатки можно использовать как дидактический материал, Вы можете спросить у ребенка:
 - «Какого цвета пуговка?»»,
 - «Найди все пуговки красного или любого другого цвета»,
 - «Найди одинаковые бусины»
 - Покажите ребенку пуговку, предположим, желтого цвета, и попросите его вспомнить «Что бывает желтого цвета, пока я делаю тебе массаж спинки»

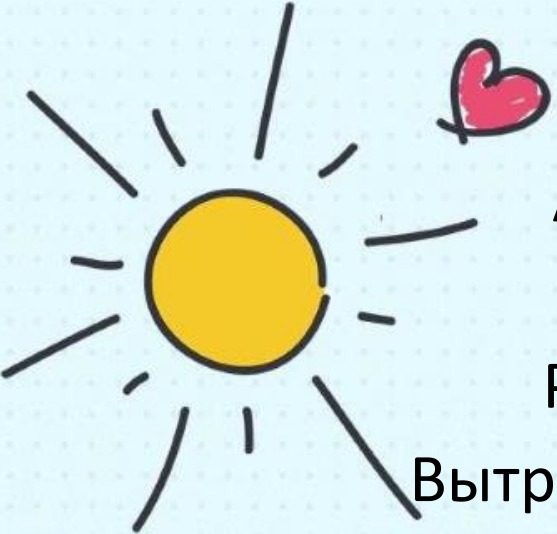




Массаж №1 «Здоровая спина»

- **Твоя спина – вот это пруд,**
(гладить ладошкой спину)
По ней кораблики плывут
(гладить спину волнами)
- **Твоя спина, ну как лужок,**
А сверху падает снежок
(играем пальчиками на спине)
- **Твоя спина, ну как тетрадь,**
В тетради можно рисовать
(делать рисунки на спине)
- **Твоя спина, ну как окно,**
Его помыть пора давно
(круговые движения)
- **Твоя спина, ну как дорожка**
А по дорожке ходят кошки
(пальчиками побегать по спине)





Самомассаж №2 «Чудо рукавички»

А мы варежки возьмем, будем закаляться!

1-2-3-4-5 – будем обтираться!

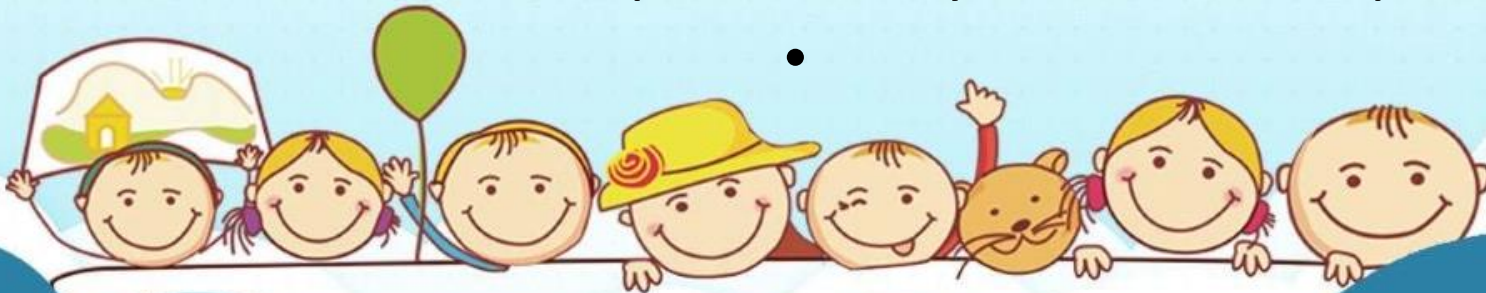
Руку правую вперед – сверху варежка идет,
Вытрем пальчик, локоток, до плеча дойдем дружок!

Руку левую вперед – сверху варежка идет,
До груди, до живота – 1и2и1и2.

Вытрем пальчик, локоток, до плеча дойдем дружок!

Шеи длинные у нас – оботрем и их сейчас.

Разотрем мы грудку, дети,
Чтоб она была красна, как у птички снегиря!



Массаж №3 «Дуб»

Дятел на дубу сидит и стучит, стучит, стучит,

(положить ладонь на спинку и постукивать пальцами)

Ищет под корой жучков и съедобных червячков.

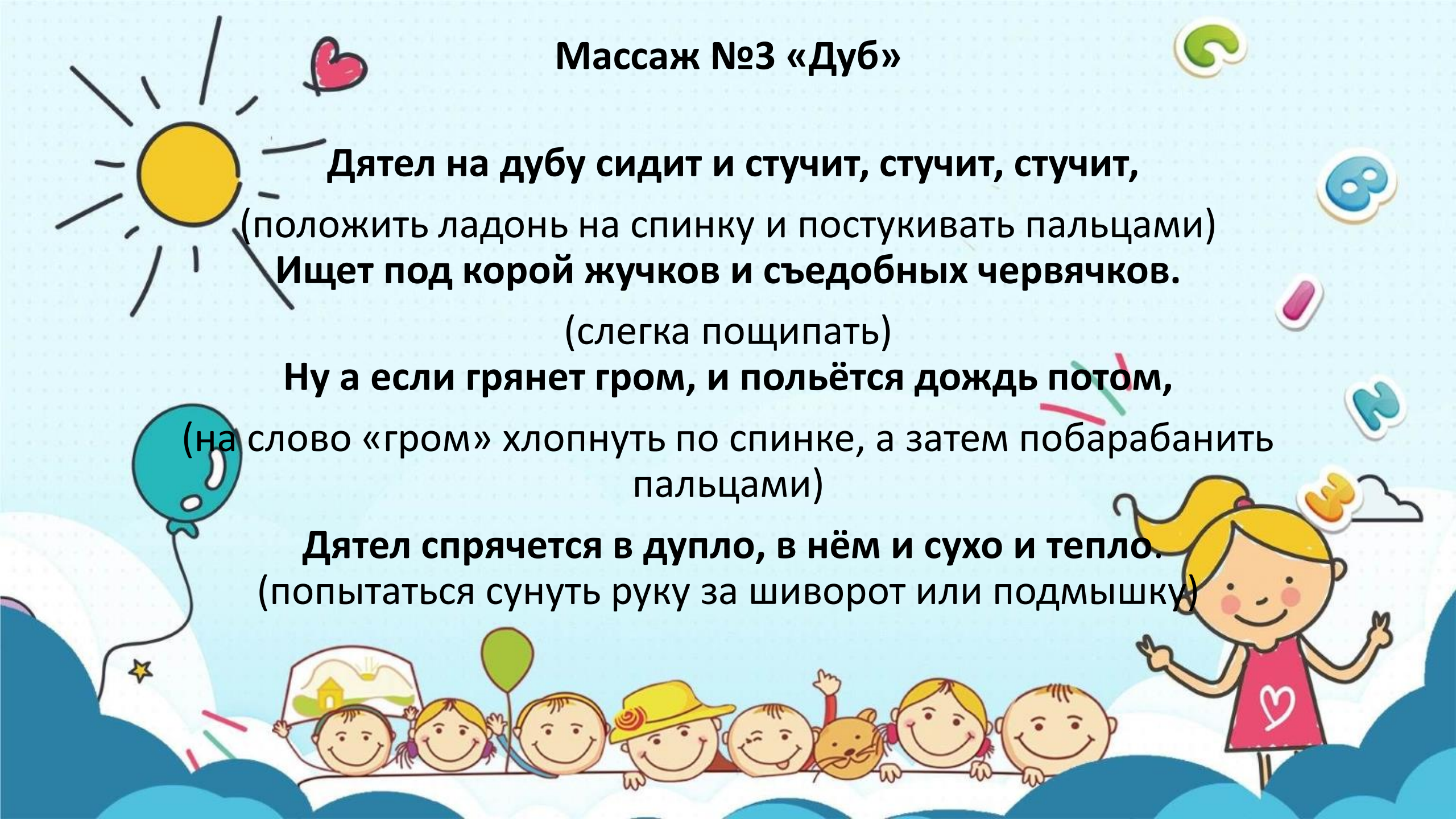
(слегка пощипать)

Ну а если грянет гром, и польётся дождь потом,

(на слово «гром» хлопнуть по спинке, а затем побарабанить пальцами)

Дятел спрячется в дупло, в нём и сухо и тепло.

(попытаться сунуть руку за шиворот или подмышку)



Самомассаж №4 «БАРАБАН»

По себе стучать я стану, как стучат по барабану,

(ребенок хлопает ручкой по другой руке)

И по ножкам постучу столько, сколько захочу

(ребенок похлопывает себе по ножкам)

Я скачу, скачу галопом, я стучу, стучу с пришлепом,

(похлопывания по груди)

Барабаню тут и там по утрам и вечерам.

Тук, тук, туки, туки, стук, стук, стуки, стуки.

(похлопывающие движения сверху вниз по телу)

Кот не любит барабан, залезает под диван.

(прячем ручки)



Комплекс упражнений для самомассажа.

- **«Растираем шею».** Дети прямыми движениями рук вверх-вниз растирают себе шею от ключицы до подбородка и обратно (по 3 раза).
- **«Птичка».** Дети кладут руку себе на правое плечо, ведут руку от правого плеча к левому и обратно, рисуя «крылья птички» (по 3 раза).
- **«Большие и маленькие круги на груди».** Дети кладут руку на грудь и круговыми движениями от вилочковой железы по часовой стрелке рисуют сначала маленькие, а затем большие круги на груди (по 3 раза).
- **«Большие и маленькие круги на животе».** Дети кладут руку на живот, круговыми движениями по часовой стрелке рисуют сначала маленькие, а затем большие круги на животе (по 3 раза).
- **«Гармошка».** Дети кладут руку на правый (левый) бок и проводят ею по ребрам сверху вниз и снизу вверх - «играют на гармошке», приговаривая: «Тили-тили, трали-вали» (по 3 раза с каждой стороны).
- **«Катаемся с горки».** Дети вытягивают вперед руку без варежки, а руку в варежке кладут на кисть вытянутой руки, проводят варежкой от кисти до плеча и обратно - «поднимаются, катаются с горки» (по 3 раза).
- **«Надеваем браслеты».** Дети проводят варежкой вокруг руки на уровне запястья, локтя, плеча - «надевают браслеты» (по 3 раза).
- **«Крутая горка».** Дети вытягивают вперед правую ногу, кладут руку в варежке на стопу вытянутой ноги, проводят варежкой от стопы до бедра и обратно: «катаются-поднимаются с горки» (по 3 раза). Меняют ногу, повторяют движения.