МБДОУ д/с №3 «Алёнушка»

Консультация для родителей

«Практические приёмы массажа и самомассажа,как способ развития мелкой моторики рук»

Подготовила воспитатель

Жданова И.В.

Станица Егорлыкская

Научно доказано, что у детей с проблемами в речевом развитии очень часто наблюдается недостаточность двигательной активности, в том числе и плохая координация мелкой моторики. Неоспорим тот факт, что активные движения пальцев рук, как бы подготавливают почву для последующего формирования речи. Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. С другой стороны, формирование движений тоже происходит при участии речи.

Т.о. рекомендуется сочетать массаж артикуляционных органов с массажем рук. Это благотворно влияет как на развитие мелкой моторики пальцев рук, так и на развитие речи.

Весь материал, в котором предполагаются движения (особенно рук), лучше усваивается в стихотворной форме, т.к. стихи дают возможность войти в ритм движения. Проговаривание дает огромный эффект. Ритм речи, особенно стихотворной, способствует развитию координации и произвольной моторики. Кроме того, с помощью стихотворений вырабатывается правильный ритм дыхания, развивается речеслуховая память.

Целесообразно использовать следующие приемы массажа: поглаживание, растирание, вибрацию.

Поза массируемого – сидя. Массирующая рука свободно лежит на плоской поверхности стола.

Массажист располагается напротив ребенка или несколько сбоку.

Выполняется массаж одной рукой. Другой рукой фиксируется конечность массируемого.

Массажные движения производятся в направлении от кончиков пальцев к предплечью.

Продолжительность массажа 3-5 минут.

Поводить массаж можно ежедневно или через день, 10-12 сеансов за курс. При необходимости курс можно повторить через 10-30 дней.

Во время массажа можно слушать спокойную музыку.

Для большей эффективности массажа, его можно сочетать с активными и пассивными движениями кистей рук.

В дошкольном возрасте, для детей с речевыми недостатками, используются разнообразные комплексы массажа и самомассажа.

1.Самомассаж ладоней пластмассовым ковриком «травка». На каждый ударный слог осуществляется поглаживающие движения ладонями. Поверхности «иголочек» касаются не только пальцы, но и ладони. Направление движений – к себе.

Гладила мама –ежиха ежат: «Что за пригожие детки лежат!»

2.Самомассаж подушечек пальцев. Большой палец становится на ноготь массируемого пальца, а остальные пальцы прижимают его подушечку снизу, разминая ее. На каждую строчку осуществляется разминание одного пальца. После пятой строчки происходит смена рук.

Дети любят всех зверей: (большой палец)

Птиц, и ящериц, и змей, (указательный палец)

Пеликанов, журавлей, (средний палец)

Бегемотов, соболей, (безымянный палец)

Голубей и глухарей, (мизинец)

И клестов, и снегирей, (большой палец)

Любят горного козла, (указательный палец)

Обезьянку и осла, (средний палец)

Дикобраза и ежа, (безымянный палец)

Черепаху и ужа. ( мизинец)

3. Самомассаж фаланг пальцев. На каждый ударный слог осуществляется разминание фаланги одного пальца (на каждую строчку – разминание одного пальца). Направление движения – от ногтевой фаланги к основанию пальца. После 4 строчки – смена рук. Последние две строчки – разминание больших пальцев каждой руки.

Вырос у нас чесночок,

Перец, томат, кабачок,

Тыква, капуста, картошка,

Лук и немножко горошка.

Овощи мы собирали,

Ими друзей угощали,

Квасили, ели, солили,

С дачи домой увозили.

Прощай же на год,

Наш друг – огород!

4. Массаж (самомассаж) подушечек пальцев. Кисть одной руки лежит на столе ладонью вниз, пальцы разведены. Другая рука указательным пальцем по очереди прижимает каждый ноготь (катая его на подушечке вправо-влево). На каждую строку осуществляется разминание одного пальца. После 5 строчки – смена рук.

Шел медведь к своей берлоге, да споткнулся на пороге.

«Видно очень мало сил я на зиму накопил»,-

Так подумал и пошел он на поиск диких пчел.

Все медведи – сладкоежки, любят, есть медок без спешки,

А наевшись, без тревоги до весны сопят в берлоге.

5. Массаж (самомассаж). «Щелчки». Ладонь прижата к столу, пальцы разведены. Другая рука поднимает пальцы по одному (лежащая рука с силой прижимается, сопротивляясь подъему). Затем палец отпускают, и он со стуком резко падает на стол. На каждую строку поднимают один палец. После 5 строчки – смена рук.

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!

6. Упражнение «Китайские шары». Ребенку дается по паре каучуковых мячиков. Он кладет их в ладошку и старается обвести один мяч вокруг другого. После 2 строчки – смена рук.

Вы видали циркача? Мяч идет вокруг мяча!

Кружит с видом знатока, будто шмель вокруг цветка.

7. Соединение одноименных пальцев. На каждую строку стихотворения дети соединяют подушечки одноименных пальцев и не разъединяют их до слова «арбуз».

На базар ходили мы, много груш там и хурмы.

Есть лимоны, апельсины. Дыни, сливы, мандарины.

Но купили мы арбуз – это самый лучший груз.

8.Самомассаж с прищепками. Бельевой прищепкой на ударные слоги стиха поочередно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно. После первого двустишья – смена рук. Необходимо проверить, чтобы прищепки были не слишком тугие.

Кусается сильно котенок – глупыш,

Он думает: это не палец, а мышь.

- Но я же играю с тобою малыш!

- А будешь кусаться – скажу тебе «кыш»!

9. Упражнение «клювы». Ребенок собирает разложенные на столе палочки одноименными пальцами – от указательных к мизинцу – и удерживает до тех пор, пока не соберет все 4 «клюва». На каждую строчку осуществляется по одному взятию палочки.

Клювов длиннее

Не видывал я ,

Чем клювы у цапли

И журавля.

10.Упражнение «Пальцеходы». Рисуем соты таких размеров, чтобы в них помещались подушечки детских пальцев. Указательные и средние пальцы ребенка «ходят» - «летают» по сотам на ударные слоги.

Пальцы, как, пчелы, летают по сотам

И в каждую входят с проверкою: что там?

Хватит ли меда всем до весны,

Чтобы не снились голодные сны?

Элементы самомассажа можно вводить детям с 3-х лет. Дети дошкольного возраста достаточно четко, правильно выполняют предлагаемые упражнения.



Как известно, массаж – это мощный биологический стимулятор, воздействующий на функции кожи, уровень снабжения организма кислородом и питательными веществами, на сократительную способность и работоспособность мышц массируемой руки, а также эластичность суставов и мышц. Помимо этого, игровой массаж кистей рук – важнаясостовляющая сенсорного воспитания. Игровой самомассаж – это уникальная тактильная гимнастика, благодаря которой в мозг поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных на коже, а также от проприорецепторов мышц и суставов.

Одновременно с этим в кору головного мозга, в том числе и речеслуховые, поступает информация, которая не только оказывает тонизирующее воздействие на кору головного мозга, но и способствует увеличению резервных возможностей функционирования головного мозга. Развиваются межполушарные интеграторы, работа полушарий.

Игровой самомассаж является эффективным средством совершенствования таких психических функций, как внимание, память(словесно – моторная координация, тактильная, рефлекторная), зрительно – моторная координация, а также развитие речевой сферы.

Веселые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствует изменению позиции ребенка из объекта в субъект педагогического воздействия, а это гарантия успеха коррекционной и развивающей работы.

Как уже говорилось, игровой самомассаж рекомендуется использовать в виде отдельного 5-минутного занятия ежедневно или в виде динамической паузы на занятии в детском саду.

Поглаживание.

Прямолинейное поглаживание тыльной и ладонной поверхности кисти руки подушечками выпрямленных 2-5ти пальцев – это «лучи солнца».

Солнышко лучами гладит нас, ласкает.

Солнце, как и мама лишь одно бывает.

Предварительно необходимо попросить ребенка изобразить солнышко, расправив пальцы массирующей руки. Направление движения – от кончиков пальцев к лучезапястному суставу.

Круговое поглаживание ладони подушечками 2 или 3 пальцев.

Сорока – сорока, где была? Далеко.

Дрова рубила, печку топила, воду носила.

Кашку варила, деток кормила.

Спиралевидное поглаживание тыльной и ладонной поверхности кисти руки подушечками 2 -5 пальцев ( от кончиков пальцев до лучезапястного сустава).

Растирание.

Прямолинейное растирание выпрямленными ладонями друг друга.

Чьи руки зимою всех рук горячей?

Они не у тех, кто сидел у печей,

А только у тех, а только у тех,

Кто крепко сжимал обжигающий снег.

И крепости строил на снежной горе,

И снежную бабу лепил во дворе.

На первые 2 строчки стихотворения, дети потирают руки, с 3-й строки сжимают и разжимают кулачки.

Гребнеобразное круговое растирание ладонной впадины (средними и концевыми фалангами).

Разминание.

Круговое разминание ладони подушечкой большого пальца противоположной руки.

Толстушка – ползушка, дом завитушка. Ползи по дорожке,

Ползи по ладошке. Ползи, не спеши рога покажи.

Щипцеобразное разминание (продольное и поперечное) мышечного валика локтевого края ладони.

Гуси – гуси! Га – га – га! Есть хотите? Да – да – да,

Так летите же домой. Серый волк под горой

Не пускает нас домой!

Вибрация.

Пунктирование 2 -5 пальцами (игра на пианино).

Кто там прыгает по крыше? Кап – кап – кап.

Чьи шаги всю ночь я слышу? Кап – кап – кап.

Я усну теперь едва ли. Кап – кап – кап.

Может, кошек подковали? Кап – кап – кап.

Поколачивание ладонной впадины кончиком указательного пальца противоположной руки.

Поглаживание.

Легкое плоскостное поглаживание тыльной поверхности кисти.

Во дворе у Толика маленькие кролики.

По утрам мы с Толиком кормим наших кроликов,

И едят морковку кролики из рук.

Массируемая рука «изображает» кролика, а массирующая гладит ласковыми, аккуратными движениями.

Таким образом, используя самые разнообразные элементы массажа и самомассажа, мы продолжаем целенаправленно развивать мелкую моторику рук, тем самым стимулируем процесс развития речи детей дошкольного возраста.

Рекомендуем посмотреть:

Игры с бумагой для детей дошкольников

Играем с бумагой. Первые шаги

Самый доступный, благодатный и экологический материал - бумага. Хочется порекомендовать взрослым некоторые игры для детей и немного исторических сведений.

Практически,наши дети начинают играть и действовать с ней с раннего возраста.

Что такое бумага?

Бумага получила свое название от водяного растения - папирус,из которого в Древнем Египте делали листы, используемые для письма. Процесс изготовления бумаги, используемый в наши дни, был перенят у китайцев. Из перемолотых растений - хлопка, бамбука, конопли, соломы - варили густую массу,прессовали и получали листы бумаги. В 12 веке,благодаря переписчикам книг,бумага и попадает в Европу. Сегодня бумагу делают их целлюлозы. Но существует и дизайнерская бумага! Этот процесс напоминает древнее производство, где добавляют в массу волокна и части растений,помимо перерабатываемой макулатурной бумажной массы. Эти интересные факты,полезно знать взрослым.

Игра. Разрывание бумаги

Возможности использования бумаги детьми не ограничены.Маленький ребенок обожает играть с бумагой! Вы и сами наблюдали это не раз. Просто надо направить процесс в нужное нам русло и предоставить безопасную бумагу (конечно,не новые газеты,свежие от типографской краски) Лучше всего подходит тетрадная, оберточная, яркая тонкая бумага для детского творчества (потому что - безопасная).Маленький ребенок рвет бумагу резкими движениями ,не обращая внимания на форму обрывков. Он просто наслаждается своими действиями и звуками. Возможность и легкость бумаги вызывает у него желание подбрасывать кусочки бумаги (просто еще разбрасывать!),наблюдая за ее движением.Это для него настоящее открытие,и он готов выполнять эти действия снова и снова. Играя со своим ребенком, Вы можете придумывать, что именно бросает малыш: осенние листья, снег,пушинки.Когда Ваш ребенок подрастет,он обязательно начнет обращать внимание на форму обрывков, возникших случайно,рассматривать, наделять их определенным содержанием (это зайчик, мячик и прочее).Конечно,потом Вы наклеите с ребенком эту красоту на лист бумаги и порадуетесь вместе.

Игра. Сминание бумаги

Малыш хватает лист бумаги,мнет его (помните, что мы учим детей не мять и не рвать книги? Но всегда предлагаем альтернативу - этот лист можно мять и рвать), выпускает из рук и берет новый лист. Дайте малышу бумагу и предложите поиграть. Он будет с напряжением рвать бумагу (а это весьма нелегкое дело и для более старших детей, тут важен показ и осторожность, чтобы ребенок не порезался). Покажите, как порванные на кусочки клочки можно скатать в комочки - это будут снежки; их можно бросать в цель , катать, складывать в корзинку, собирать. И в конце концов - приклеить, получив снеговую тучку или даже снеговика! Далее, в более старшем возрасте такие комочки можно использовать в играх, заменяя различные предметы - яйца, конфеты, бусинки и прочее.А бусинки можно собрать на ниточку...

Итак, сначала дайте ребенку мягкие сорта бумаги - папиросную, промокашку, салфетки - вообще идеально. С помощью взрослого уже малыш 2-х лет может приобщиться к творчеству (ребенок сминает кусочки разноцветной бумаги, а взрослый приклеивает - получаются цветы или собирает браслетик на нитку).

Манипуляции с бумагой полезны для детей.

При сминании и разрывании бумаги ребенок узнает не только свойства этого материала,но и в соответствии с его качеством согласует свои действия и усилия ( причем подсознательно в младшем возрасте)

Развиваются моторные функции рук

Игры с бумагой влияют на общее развитие ребенка и его творческий потенциал в дальнейшем.

Уборка помещения после работы с бумагой в игровой форме формирует привычку к

труду.

