



# **ИГРОВОЙ МАССАЖ И САМОМАССАЖ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ОВЗ.**

**Разработчик:**

**Коротаева И.В.**

**Музыкальный руководитель  
МАДОУ «Детский сад №3»**

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ И ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖИ В ДЕТСКОМ САДУ – ОТНОСЯТСЯ К ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ В ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ



## Массаж

*это ритмичное раздражение кожи с определенной силой и в определенной последовательности. Массаж действует непосредственно на кожу и те органы, которые находятся ближе к коже.*

*Слово массаж происходит от арабского слова масс — касаться.*



- Оздоровительный массаж назначают в профилактических целях. **Представляет собой специальные приемы механического воздействия на тело ребенка с определенной длительностью и интенсивностью.** В детских садах он применяется как самостоятельный метод укрепления организма или в комплексе с оздоровительной гимнастикой.
- Игровой самомассаж используется в образовательной и игровой деятельности дошкольников, при индивидуальной работе с ними.

□



## Виды самомассажа:

- Хлопковый самомассаж .
- Точечный (по А. Уманской).
- Самомассажи стоп, кистей рук, ушных раковин, живота, грудной области, шеи, головы, лица.
- С массажными мячиками.
- Песочный.
- Мыльный.
- С пробковыми массажёрами
- Бумажный
- Карандашный.
- Рукавичкой.

## Точечный массаж по А.А. Уманской



- Точечный массаж по Уманской: 9 важнейших зон, где находятся, способ воздействия, лечебные эффекты.

- Простая 5-минутная

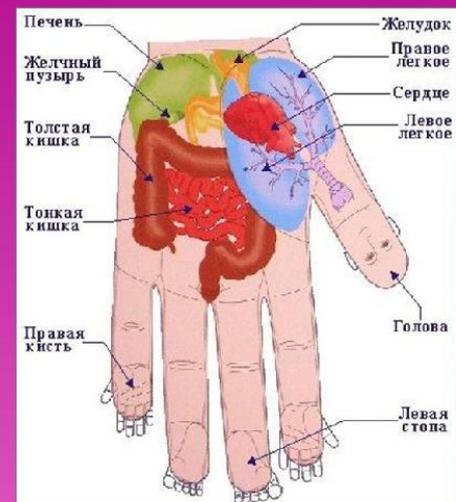
техника укрепит  
иммунитет,

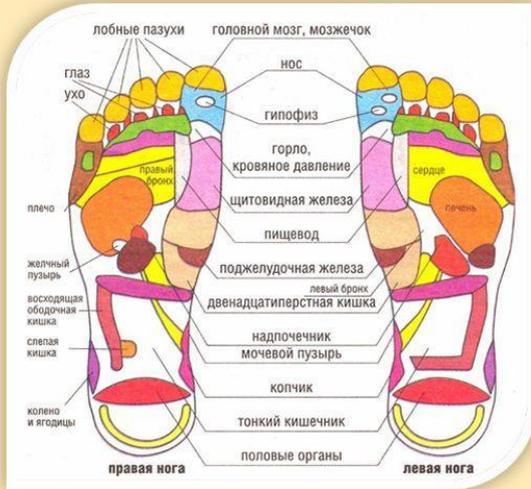
Взаимодействие с педагогами, специалистами ДОУ, родителями, медиками и специалистами ПМПК

Создание  
Индивидуальной  
Адаптированной  
Образовательной  
Программы для ребёнка с  
ОВЗ.

### Противопоказания к проведению точечного массажа:

1. Наличие злокачественных и доброкачественных опухолей;
2. Заболевания туберкулезом, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки;
3. Глубокие поражения внутренних органов;
4. Заболевания крови;
5. Психические расстройства;
6. Лихорадочное состояние;
7. Беременность.

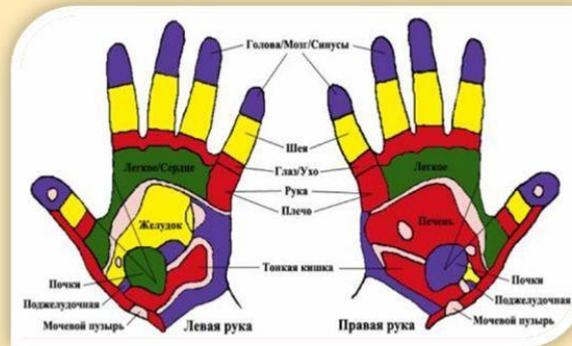




**Как рекомендации  
для родителей  
в тетрадах по взаимосвязи.**

**Пальчиковая  
гимнастика-  
как средство  
развития и  
активизации речи**

## Самомассаж рук



## Упражнения с массажными мячиками

Массажный мячик предназначен для микро массажа. Шипы на его поверхности при перекатывании воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови и стимулируют кровообращение. Игры с массажными мячиками можно проводить как по телу малыша, так и используя только ручки. Эти мячики легко умещаются в детской ладошке, что позволяет с ними весело играть и развивать мелкую моторику рук.



При разучивании и закреплении песен различной тематики с детьми ОВЗ использование массажёров: мячиков, мякишей, снежков, шишек, грецких орехов, карандашей, палочек, песка, пластилина и пр.

Для снятия нервного напряжения, зажатости при общении у ребенка с ОВЗ.

## Упражнения с шариком массажером Су - Джок



# Массаж лица и пальцев рук зубными щетками



# НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫМИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОВЗ — ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ

**Поэтому самомассаж, как метод профилактики простудных заболеваний и гриппа и коррекции речевых и других нарушений, практикуется в дошкольных учреждениях в легкой игровой форме.**

## **Игровой самомассаж**

Игровой самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют развитию у ребенка стремления к здоровому образу жизни, развивают навык самооздоровления.



**«Капуста» (массаж спины)**

Мы капусту рубим, рубим. (Рубящие движения рёбрами ладоней.)

Мы морковку трём, трём. (Трущие движения костяшками пальцев.)

Мы капусту солим, солим. (Точечные прикосновения пальцами.)

Мы капусту жмём, жмём. (Прожимание мышц пальцами.)

Сок капустный пьём, пьём. (Поглаживающие движения пальцами.)

**«Мурочка-Снегурочка»  
(самомассаж тела)**

Мурка шёрстку прилизала, (Дети поочерёдно поглаживают руки от кисти к плечу.)

Новый банник повязала. (Мягко поглаживают шею сверху вниз.)

А ещё нашла у кошки (Трут ладони друг о друга.)

Рукавички (Показывают ладошки.)

И сапожки (Поглаживают колени.)

Улыбнулась Мурочка: (Ставят руки «палочкой» и качают головой вправо-влево.)

-Я теперь – Снегурочка! (Ставят руки на пояс и выпрямляют спинку.)

**Желаю успехов!!!**

