

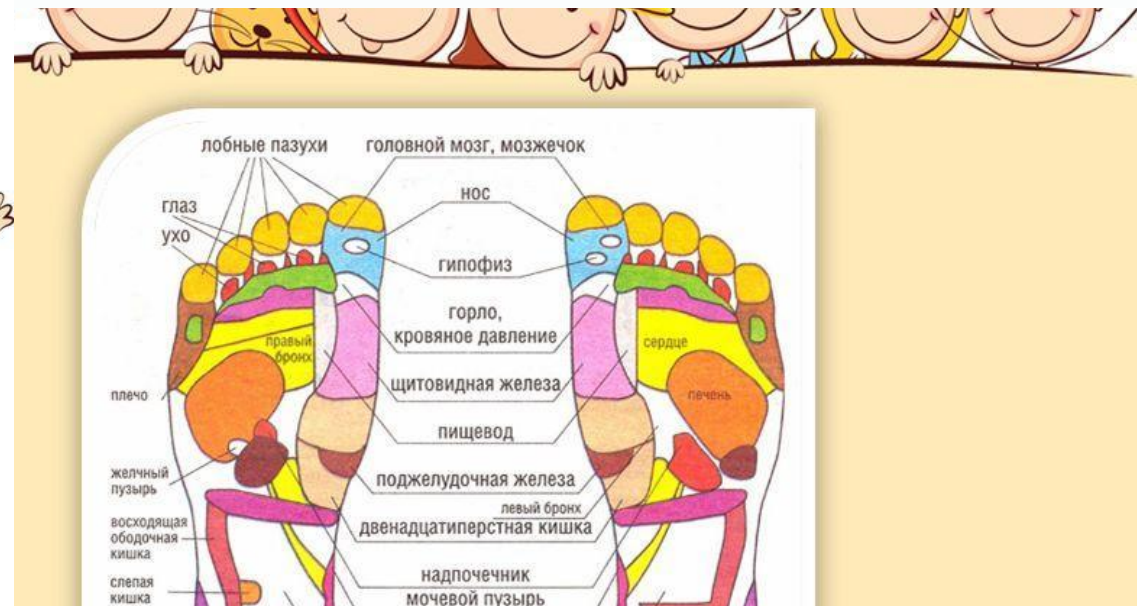
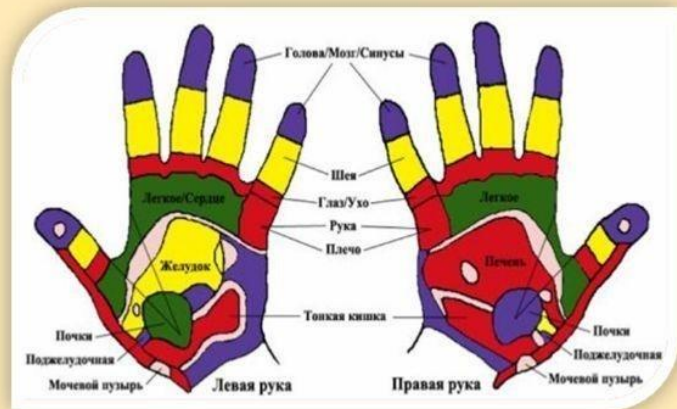
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение "СОШ
"Муринский центр образования № 4"

**Игровой самомассаж с
использованием
нетрадиционного оборудования
с детьми младшего дошкольного
возраста**

Подготовила
инструктор по физической культуре:
Чернушина Ирина Игоревна

г. Мурино
2021

Самомассаж рук



Самомассаж — это массаж, выполняемый самим ребёнком

Точечный массаж



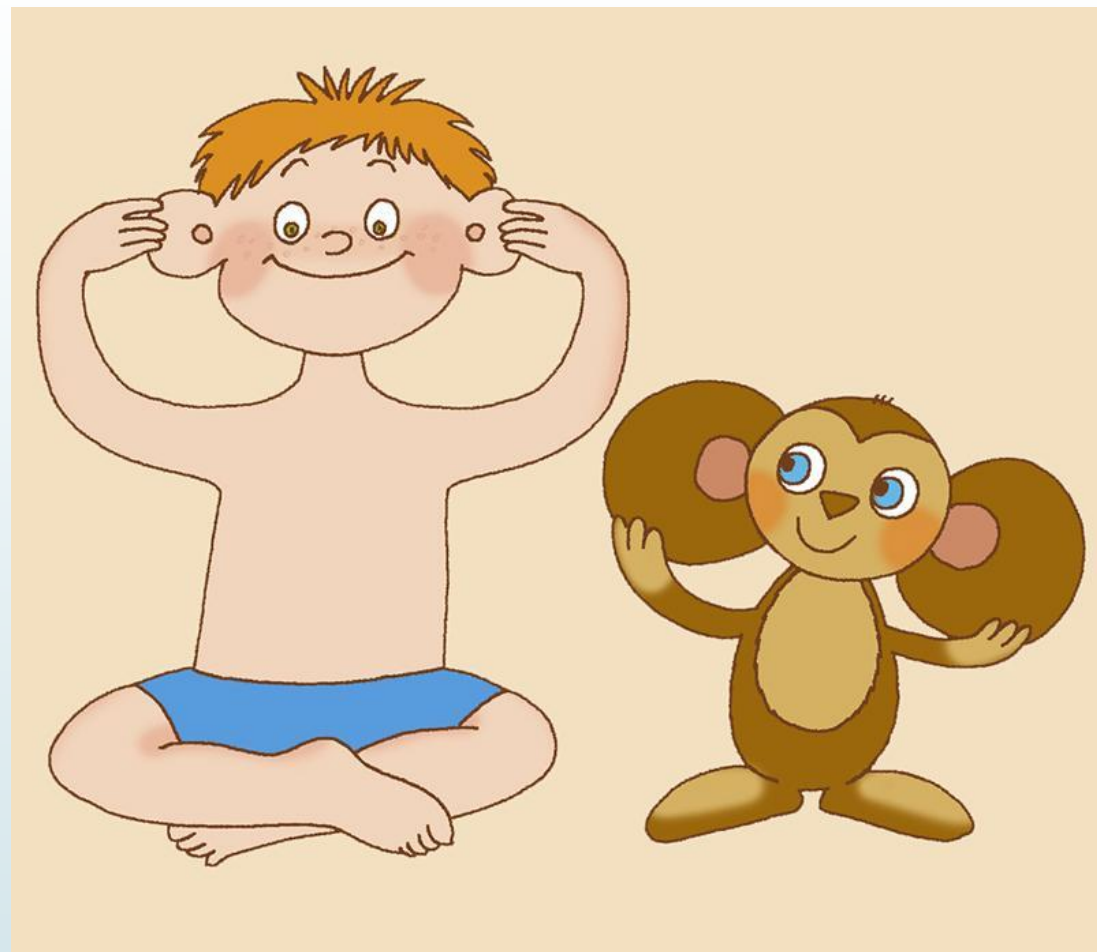
- точка на макушке
- верхняя точка ушной раковины
- точка между бровями над переносицей
- наружные углы глазок
- точка в центре внутренней части подбородка

Игра - основной вид деятельности ребенка



ИГРОВОЙ

самомассаж — это
массаж, выполняе
мый самим
ребёнком в форме
игры



дети получают радость и хорошее настроение

Цель игрового самомассажа



- Нормализация мышечного тонуса, стимуляция тактильных ощущений, сохранение и укрепление психического и физического здоровья

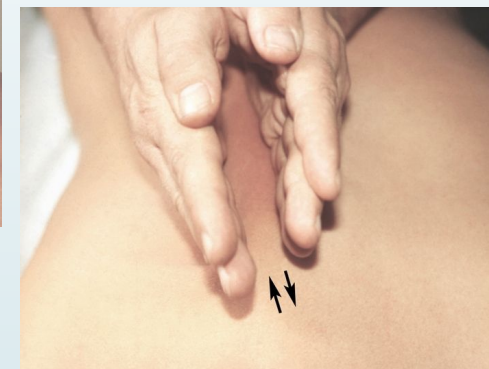
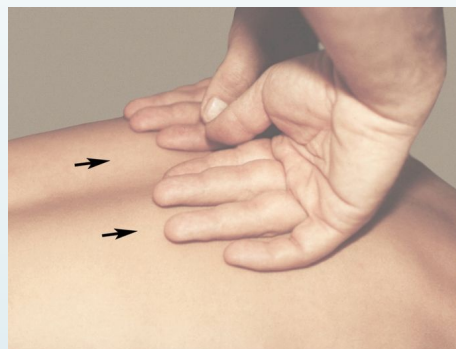
Задачи :

1. Воспитывать интерес к оздоровительному массажу;
2. Обучать элементам массажа;
3. Закреплять технику выполнения различных видов игровых массажей;
4. Повышать сопротивляемость организма к простудным заболеваниям;
5. Предотвращать простудные заболевания путем воздействия на активные точки;
6. Развивать интеллектуальные функции;
7. Развивать двигательную память;
8. Воспитывать бережное отношение к своему телу;
9. Развивать коммуникативные навыки и тактильное восприятие;



Приемы самомассажа

- Поглаживание
- Растирание
- Разминание
- Вибрация
- Постукивание



Самомассаж рук и тела мячами



«Вот ежата покатались,
Крепко лапками сцепились.
Ловко, весело играют
И друг другу помогают»

Самомассаж рук и тела палочками

«Туки-туки-туки-точки, застучали молоточки.
Туки-ток, туки-ток, так стучит молоток»




«Добываем мы огонь
Взяли палочку в ладонь
Сильно мы ее покрутим
И огонь себе добудем»

Самомассаж рук и тела массажными перчатками



самомассаж — один из видов пассивной гимнастики, оказывающей тонизирующее действие на центральную нервную систему, улучшающей функции рецепторов, проводящих путей



Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Преимущества
физкультурных
занятий с
использованием
игрового
самомассажа





Спасибо за внимание!