

«МАССАЖНЫЕ ПЕРЧАТКИ»

НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

*Подготовил воспитатель старшей группы «Жарки»
Пупынина Марина Владимировна*



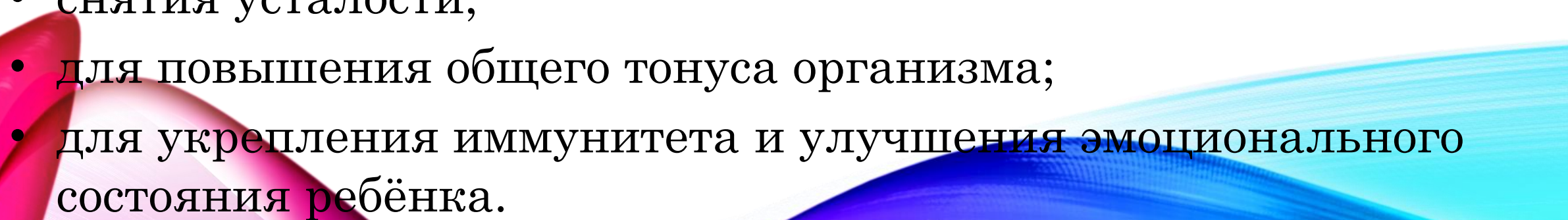
Привитие навыков здорового образа жизни, создание мотивации для занятий гимнастикой и спортом — одни из приоритетных задач укрепления здоровья ребенка. Для этого нередко делают оборудование для детского сада своими руками. Такое оснащение способствует к проведению новых увлекательных игр на занятиях. Оно позволяет детям «отдохнуть» от приевшихся упражнений, а педагогам — реализовывать новые задачи.

В нашей группе тоже есть пособия для физкультурного уголка, которые мы изготовили своими руками. Хотим поделиться новым изобретением - массажными перчатками.



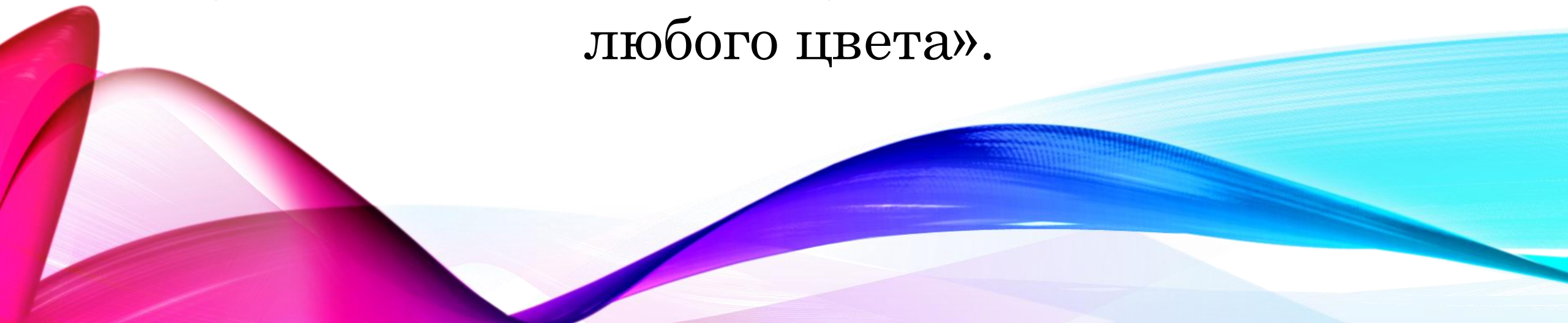
Цель: разнообразить повседневные методы закаливания и оздоровления детей с применением нестандартного оборудования для массажа и самомассажа.

Задачи:

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

Игровой самомассаж положительно влияет на развитие речи, так как дети проговаривают стихи и приговорки, улучшает эмоциональное состояние ребёнка.

Перчатки можно использовать и как дидактический материал: «Какого цвета пуговка», «Найди все пуговки красного или любого цвета».



ИГРА МАССАЖ: «БЫЛ У ЗАЙКИ ОГОРОД»:

Был у зайки огород (*Поглаживание вдоль спины*)

Ровненькие грядки (*Поперёк спины*)

Он зимой играл в снежки, (*Постучать кулаками по спине снизу - вверх*).

Ну, а летом в прятки (*Пальцы по спине побежали снизу - вверх и «спрятались» под мышки*).

А весной в огород

Зайка с радостью идёт (*Пальцы по спине «идут»*)

Он сначала всё вскопает (*Пощипывания*)

А потом всё заровняет (*Поглаживания, как будто ямки заравниваешь*).

Семена просеет ловко (*Лёгкие быстрые постукивания всеми пальцами по очереди*)

И пойдёт сажать морковку (*Пальцы «пошли»*)

Закопает, заровняет (*Опять поглаживания*)

А потом у зайки вновь

Вырастет морковь (*Пальцами пробежать, а на макушке пальцы изображают ботву от морковки*).



«ЗДОРОВАЯ СПИНКА»

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 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 *(поездить по спине)*

А мы варежки возьмем, будем закаляться!

1-2-3-4-5 – будем обтираться!

Руку правую вперед – сверху варежка идет,

До груди, до живота – 1 и 2 и 1 и 2.

Вытрем пальчик, локоток, до плеча дойдем дружок!

Руку левую вперед – сверху варежка идет,

До груди, до живота – 1 и 2 и 1 и 2.

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!

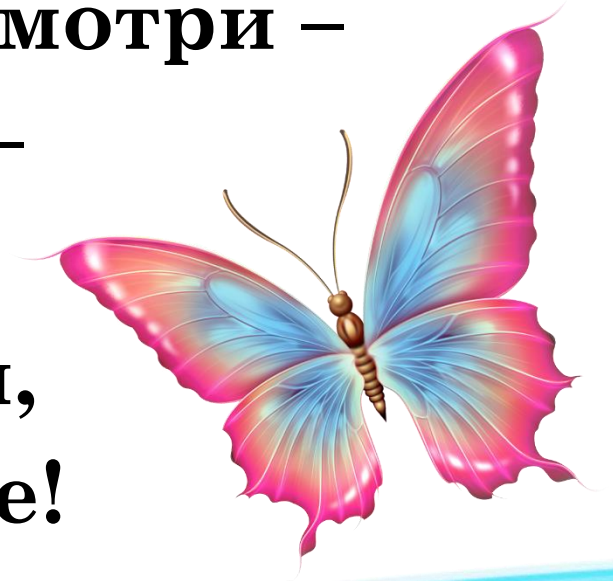
По команде, 1-2-3, варежки сними!





«МАССАЖНАЯ ЗАРЯДКА»

**Ты направо повернись и соседу улыбнись,
Отдай варежки свои и налево посмотри –
Там увидишь спину друга –
Разотри ее по кругу.
Чтоб здоров он был и весел,
Чтоб дружили вы все вместе!
Варежки ты возьми,
Свое тело разотри!**





«КАПУСТА»

Мы капусту рубим, рубим! (2 раза) (ребенок изображает рубящие движения топор, двигая прямыми ладошками вверх и вниз)

Мы капусту режем, режем! (2 раза) (ребром ладошки водим вперед и назад)

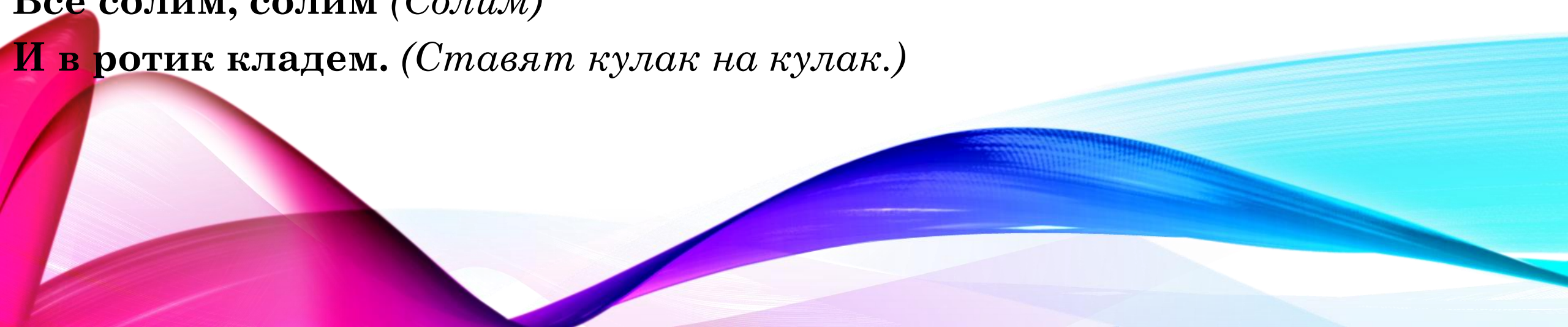
Мы капусту солим, солим! (2 раза) (собираем пальчики в щепотку и делаем вид, что солим капусту)

Мы капусту жмем, жмем! (2 раза) (энергично сжимаем и разжимаем кулачки)

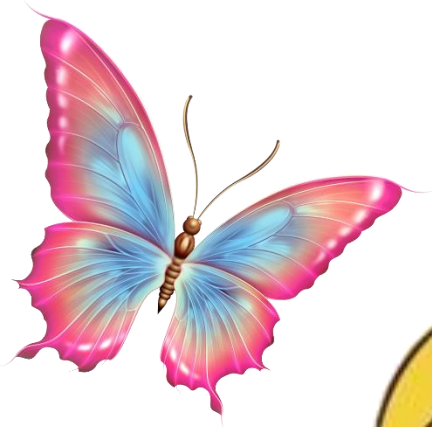
Мы морковку трем, трем! (2 раза) (правую ручку сжимаем в кулачок и двигаем её вверх-вниз вдоль прямой ладошки левой руки, изображая терку) .

Все солим, солим (*Солим*)

И в ротик кладем. (*Ставят кулак на кулак.*)







**Здоровые дети - в здоровой семье.
Здоровые семьи - в здоровой стране.
Здоровые страны - планета здорова.
Здоровье! Какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!**

СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!!!

