МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ГОРЛОВКИ «ЯСЛИ – САД №91 «ОРЛЕНОК» КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА»

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ
«Самомассаж для дошкольного возраста с использованием природных материалов и сухих бассейнов»»

Подготовила воспитатель:

Мирошниченко Е.В.

.

Горловка 2023г.

В настоящее время проблема здоровья детей - одна из самых актуальных. Поэтому внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс остается актуальным. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Эффективным и универсальным средством здоровьесберегающих технологий является **игровой массаж пальцев и кистей рук с помощью природного материала**. Учеными доказано, что совершенствование мелкой мускулатуры руки влияет на речевое развитие и формирование мыслительных операций. На кончиках детских пальчиков расположены нервные окончания, которые способствуют передаче огромного количества сигналов в головной мозг, что способствует развитию ребенка.

Педагоги используют нетрадиционными методы в работе с детьми дошкольного возраста: игры и комплексы упражнений с использованием природного материала - игровой самомассаж. Выполняется с помощью использования природных материалов (шишки различных видов, чурбачки, палочки) или "Сухого бассейна".

"**Сухие бассейны**" - небольшие емкости, наполненные сыпучим материалом (семечки, горох, рис, ракушки, маленькие шишки).

**Игровые самомассажи** - уникальная тактильная гимнастика, благодаря которой в головной мозг ребенка поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных на кожных покровах. Одновременно с этим в кору головного мозга (в речеслуховые, зрительные и другие зоны) поступает информация, которая не только оказывает тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, но и способствует увеличению резервных возможностей функционирования головного мозга и всего организма. Самомассаж кистей и пальцев рук дошкольников в «сухом бассейне» способствует нормализации мышечного тонуса, стимуляции тактильных ощущений, формированию произвольных, координированных движений пальцев рук.

Самомассаж с использованием природных материалов и сухих бассейнов очень интересен детям дошкольного возраста. По мере овладения детьми навыками выполнения упражнений, самомассаж сопровождается стихотворным текстом или выполняется под музыку, сказку авторского сочинения. Данный вид деятельности помогает снять у детей эмоциональное напряжение и формирует положительную мотивацию на занятии.

 Погружаясь как можно глубже в наполнитель, ручки ребенка массируются, пальцы становятся более чувствительными, а их движения – координированными.

 Самомассаж кистей и пальцев рук в «сухом бассейне» способствует:

 - нормализации мышечного тонуса;

 - стимуляции тактильных ощущений;

 - увеличение объема и амплитуды движений пальцев рук;

 - формированию произвольных, координированных движений пальцев рук.

Самомассаж в «сухом бассейне» можно сопровождать стихотворным текстом или выполнять под музыку:

**Горох**

 Опустить кисти рук в «бассейн», «помешать» горох, одновременно сжимая и разжимая пальцы рук

 В миску насыпали горох

 И пальцы запустили,

 Устроив там переполох,

 Чтоб пальцы не грустили.

 **Фасоль**

 На дне «бассейна» спрятать игрушки от киндер-сюрпризов. Опустить кисти рук в «бассейн», «помешать» фасоль, затем найти и достать игрушки.

 В миске не соль, совсем не соль,

 А разноцветная фасоль

 На дне – игрушки для детей,

 Мы их достанем без затей.

**Тесто**

 Опустить кисти рук в «сухой бассейн» и изображать, как месят тесто.

 Месим, месим тесто,

 Есть в печи место.

 Будут-будут из печ

 Булочки и калачи.

 **Лодочка**

 Соединить ладони обеих рук «лодочкой», делать скользящие движения по поверхности «сухого бассейна».

 Лодочка плывет по речке,

 Оставляя на воде колечки.

 **Повар**

 Выполнять круговые движения кистью в «сухом бассейне» по часовой стрелке и против нее.

 Варим, варим, варим щи.

 Щи у Вовы хороши!

 **Стираем платочки**

 Выполнять движения раскрытой ладонью по дну «сухого бассейна» в направлении вперед-назад, пальцы разведены.

 Мама и дочка стирают платочки.

 Вот так, вот так»!

 Постирали и отжали.

 Ох, немножко мы устали.

 **Колобок**

 Сжимать и разжимать кулачки в «сухом бассейне».

 Кулачок как колобок.

 Мы сожмем его разок.

 Кулачки сжимаем,

 Кулачками мы играем.

 **Зарядка**

 Сжимать и разжимать кулачки в «сухом бассейне».

 Пальцы делают зарядку,

 Чтобы меньше уставать.

 А потом они в тетрадке

 Будут буковки писать.

**Напрягаем пальцы**

 Опустить кисти рук в «сухой бассейн». Растопырить пальцы, напрягать их как можно сильнее, затем расслабить и слегка пошевелить пальцами.

 Только уставать начнем,

 Сразу пальцы разожмем,

 Мы пошире их раздвинем,

 Посильнее напряжем.

 **Ладошки здороваются**

Опустить кисти рук в «сухой бассейн». Сплести пальцы рук, соединить ладони и сжимать их как можно сильнее. Затем расслабить руки и слегка пошевелить пальцами.

 Наши пальчики сплетем

 И соединим ладошки.

 А потом как только може

 Крепко – накрепко сожмем.

 **Лягушки**

 Сжать руки в кулачки и положить их на дно «бассейна» пальцами вниз. Резко распрямить пальцы (руки как бы подпрыгивают) и положить руки на дно бассейна с растопыренными пальцами.

 Две веселые лягушки

 Ни минуты не сидят.

 Ловко прыгают подружки

 Только брызги вверх летят.