

Самомассаж кистей, пальцев и ладоней рук, как средство развития речи у дошкольников

(консультация для родителей)

Составила: Рычкова С.Н.

«Истоки способностей и дарования детей находятся на кончиках пальцев...»

В. А. Сухомлинский

В человеческом организме все органы и функциональные системы взаимосвязаны и представляют собой единое целое. В связи с этим ни одна проблема, в том числе и касающаяся речи, не может быть рассмотрена как процесс локальный. Режим этой сложной и многообразной деятельности организма во многом зависит от всевозможных раздражителей.

Как известно, массаж – это мощный биологический стимулятор, раздражитель, воздействующий на функции кожи, уровень снабжения организма кислородом и питательными веществами, на выведение продуктов распада, на сократительные способности и работоспособность мышц массируемой кисти руки, а также на эластичность суставов и связок.



Самомассаж кистей и пальцев рук является средством повышения иммунитета, поскольку на ладонях расположены нервные окончания. Если их деятельность активизируется, улучшается функциональное состояние внутренних органов, стимулируются речевые зоны коры головного мозга. Кинестетические импульсы, идущие от пальцев рук, изменяют функциональное состояние коры головного мозга, усиливают ее регулирующую и координирующую функции. С давних времён массаж и самомассаж использовался как лечебный метод. Например, в китайской медицине считается, что упражнения для рук приводят в гармонию тело и разум, развивают психику и речь.

Самомассаж осуществляется с помощью различных приспособлений:

- массажных мячиков;
- шариков су-джок;
- аппликатора Кузнецова;
- шестигранных карандашей;
- бельевых прищепок;

- ватных палочек;
- сосновых шишек;
- грецких орехов;
- щеток массажных



Су-джок терапия – это массажное воздействие на биологически активные точки кисти и стопы. Метод су-джок безопасен, эффективен и прост в применении, доступен для детей. Стимулирование рефлексогенных зон усиливает концентрацию внимания, улучшает интеллектуальные возможности, поддерживает организм в здоровом состоянии.

Самомассаж, проводимый в игровой форме, вызывает у дошкольников положительные эмоции, повышает интерес к логопедическим занятиям, приучает к дисциплине и самоконтролю. Даже гиперактивные дети при проведении игрового самомассажа сосредотачиваются на выполнении упражнений и меньше отвлекаются.



Выполнение упражнений можно сопровождать стихами или счетом. Использование специально разработанного стихотворного материала в сочетании с движениями позволяет дать ребенку максимальное количество знаний, что способствует: обогащению словаря, совершенствованию грамматического строя речи, автоматизации поставленных звуков, развитию воображения у детей. Стихотворение ведет за собой порядок движений, а стихотворный ритм задает ритм массажных движений.

Веселые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время гарантируют успех в коррекционной и развивающей работе с детьми.

Начинать самомассаж нужно с прогревающих движений, что делает мышцы более податливыми, помогает избежать болевых ощущений. После упражнений дети выполняют расслабляющие поглаживания или встряхивание рук. Самомассаж делается на обеих руках попеременно.

Самомассаж с помощью массажных шариков су-джок

Нашей елке Дед Мороз
Украшения принес:
Шарики хрустальные,
Блестки серебристые,
Звездочки лучистые.
Снег пушистый подарил,
Быстро елку нарядил.

*дети надевают колечки су-джок на
каждый палец руки на каждое
название, смена рук*

Самомассаж рук губкой

Снег февральский, слабый-слабый,
Мялся под рукой,
Но, как раз для снежной бабы
Нужен нам такой.

*дети сжимают и разжимают
губки в ладонях*

Самомассаж с помощью бигуди

Крутит, вертит, стелется

*прокручивают бигуди между
указательным и большим пальцем*

По дворам метелица,
Заметает все пути,
Не проехать, не пройти.

*вращают бигуди на ладони
проводят по каждому пальцу
катают между ладонями*

***Уважаемые родители! Желаем Вам интересных и увлекательных игр с
Вашими детьми! Здоровья и положительных эмоций!!!***

Источники:

М.В. Еромыгина «Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей
рук. Зрительная гимнастика» ДЕТСТВО-ПРЕСС 2018

https://mdou102.edu.yar.ru/materiali_pedagogov/amosova_marina_konstantinovna/igrovoy_samomassazh_kak_sredstvo_podgotovki_ruki_doshkolnika_k_pismu.pdf

<https://www.maam.ru/detskijsad/konsultacija-dlja-roditelei-samomasazh-kistei-palcev-i-ladonei-ruk-dlja-razvitija-rechi-doshkolnikov.html>