

Игровое упражнение «Волшебная спина»

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 пальчиками на спине)

•

Твоя спина, ну как тетрадь,
В тетради можно рисовать
(делаем рисунки на спине: геометрические
фигуры)

•

Твоя спина, ну как окно,
Его помыть пора давно
(круговые движения)

•

Твоя спина, ну как дорожка
А по дорожке ходят кошки
(пальчиками побегать по спине)

•

А, мы перчаточки возьмем, будем закаляться!

1-2-3-4-5 - будем обтираться!

Вытрем пальчик, локоток, до плеча дойдем
дружок!

Руку левую вперед - сверху перчаточка идет,

Руку правую вперед - сверху перчаточка
идет,

До груди, до живота - 1 и 2, 1 и 2!

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, ты перчаточки, сними!
И, направо повернись, и соседу улыбнись,
Чтоб здоров он был и весел,
Чтоб дружили вы все вместе!

Игровой массаж и самомассаж

- ❖ учит детей сознательно заботиться о своём здоровье,
- ❖ является профилактикой простудных заболеваний,
- ❖ прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие!!!

Будьте здоровы!



Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад №28 г.
Лениногорска »



Игры и упражнения с массажными перчатками

Составила: воспитатель первой
квалификационной категории

Сахбиева Л. Р.

* 2026 *

«Массажные перчатки»

можно использовать для игрового массажа с целью:

- ✚ закаливания и оздоровления;
- ✚ для повышения сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям;
- ✚ для снятия мышечного напряжения;
- ✚ снятия усталости;
- ✚ для повышения общего тонуса организма;
- ✚ для укрепления иммунитета и улучшения эмоционального состояния ребёнка.

Можно массажировать руки, ножки, стопы, спинки друг другу, животик.



Разнообразные поглаживания, пощипывание очень нравится деткам.



Дети могут делать массаж всех частей тела себе и друг другу.

Главное правило – не навреди!!!!

Никакой боли,

только приятные ощущения позволят в дальнейшем выполнять эти игровые упражнения.

Для изготовления «Массажной перчатки»

Вам понадобится:

- ✓ простая перчатка или рукавичка;
- ✓ несколько разных пуговиц, бусинок;



- ✓ иголка с ниткой и фантазия!!!

Массаж можно проводить в игровой форме в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.



Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке делают его для ребенка доступным и интересным.

Игровой массаж (самомассаж) положительно влияет на развитие речи, так как дети вместе с педагогами проговаривают стишки, также улучшает эмоциональное состояние ребенка.



Перчатки можно использовать как дидактический материал:

- Вы можете спросить «Какого цвета пуговка», «Найди все пуговки красного или любого другого цвета».
- Покажите ребенку пуговку, предположим, желтого цвета, и попросите его вспомнить «Что бывает желтого цвета, пока я делаю тебе массаж спинки».