

МАССАЖ КАРАНДАШАМИ.

В последнее время возрастает интерес к массажу пальцев рук. Доказано, что даже самый примитивный массаж, заключающийся в сгибании и разгибании пальцев, вдвое ускоряет процесс овладения ребенком речью.

Массаж рекомендуется для детей дошкольного возраста от 2 до 7 лет.

Систематическое использование таких упражнений способствует повышению речевой активности, развитию памяти и воображения, концентрации внимания, созданию благоприятного эмоционального фона.



Учитель-логопед, Чернова Е.Ю.



«Горка»

Скатывание карандаша с тыльной поверхности рук.

Инструкция.

«Положи карандаш на тыльную сторону кисти. Наклони руки вниз. Придерживай карандаш другой рукой. Пусть он скатится вниз с твоей руки как с горки»

«Подъёмный кран».

Поднимание карандаша с поверхности стола одним пальцем.

Инструкция.

«Положи карандаш на край стола. Попробуй поднять его, подцепив снизу одним пальцем. А теперь выполни это упражнение с другими пальцами».

Проговаривание рифмовки:

«Карандашик поднимаю, крепко пальцем прижимаю».



«СКОЛЬЖЕНИЕ»

Продвижение вверх и вниз по длине карандаша, захватив его пальцами, как при рисовании, и с упором острым кольцом в стол.

Инструкция.

«Держи пальцами карандаш, как ты его держишь, когда рисуешь. Крепко сожми пальцы рук. Двигайся по карандашу сначала вверх, потом вниз. Повтори эти движения другой рукой.»

Проговаривание рифмовки.

«По карандашу скольжу, съехать вниз скорей спешу.»

«ЛАДОШКА»

Передача карандаша поочередно каждому пальцу из одной руки в другую.

Инструкция.

«Сожми карандаш указательным пальцем правой руки, поддержи, передай его указательному пальцу левой руки. Удерживай карандаш средним пальцем правой руки. Передай его среднему пальцу левой руки. Передавай карандаш как эстафетную палочку другим пальцам»

Проговаривание рифмовки.

«Карандаш я поддержи, в гости к пальчику приду»



«КАЧАЛОЧКА»

Прокатывание карандаша между пальцами.

Инструкция.

«Возьми карандаш в правую руку и прокати его поочередно между пальцами левой руки. Теперь прокати карандаш левой руки между пальцами правой руки. Постарайся его не уронить.»

Проговаривание рифмовки.

«Карандаш не отдыхает, между пальцами гуляет.»

«ДОБЫВАНИЕ ОГНЯ»

Прокатывание карандаша между ладонями.

Инструкция.

«Положи карандаш на правую ладонь. Прикрой его левой ладонью. Катай карандаш между ладонями сначала медленно, а потом быстрее от кончиков пальцев к запястьям. Попробуй это сделать сразу двумя карандашами.»

Проговаривание рифмовки.

«Карандаш катать я буду. Может быть, огонь добуду.»



«Пианино».

- Нажимание на карандаш поочередно кончиками пальцев.
- Прижимай карандаш, который лежит на столе кончиками каждого пальца.

Прижимай сильнее.

«УТЮЖОК»

Прокатывание карандаша по поверхности стола.

Инструкция ;

«Положи карандаш на стол. Прокати его сначала ладонью левой руки, а потом правой.»

Проговаривание рифмовки.

«Карандаш по столу прокачу вперед-назад, как захочу»



«Прятки».

Инструкция:

«Возьми короткий карандаш и сожми его в кулачке, спрячь».

Проговаривание рифмовки:

«Карандашик посжимаю, и ладошку поменяю»

«Волчок»

Вращение карандаша на столе большим и указательным пальцами.

Проговаривание рифмовки:

«По столу круги катаю, карандаш не выпускаю»



«Эстафета»

Передача карандаша поочерёдно каждому пальцу из одной руки в другую.

Инструкция.

«Сожми карандаш указательным пальцем правой руки, поддержи, передай его указательному пальцу левой руки. Удерживай карандаш средним пальцем правой руки. Передай его среднему пальцу левой руки. Передавай карандаш как эстафетную палочку другим пальцам».

Проговаривание рифмовки:

«Карандашик ты сжимай и другому передай»

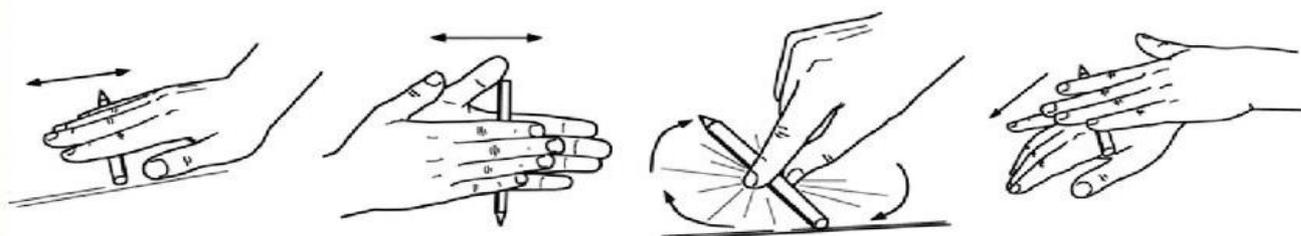
«Вертолёт»

Возьми тонкий карандашик тремя пальцами. Покрути его.

Пусть он вращается быстро-быстро, как винт вертолёта!

«Отправляется в полет. Наш красавец вертолёт!»

Массаж карандашами

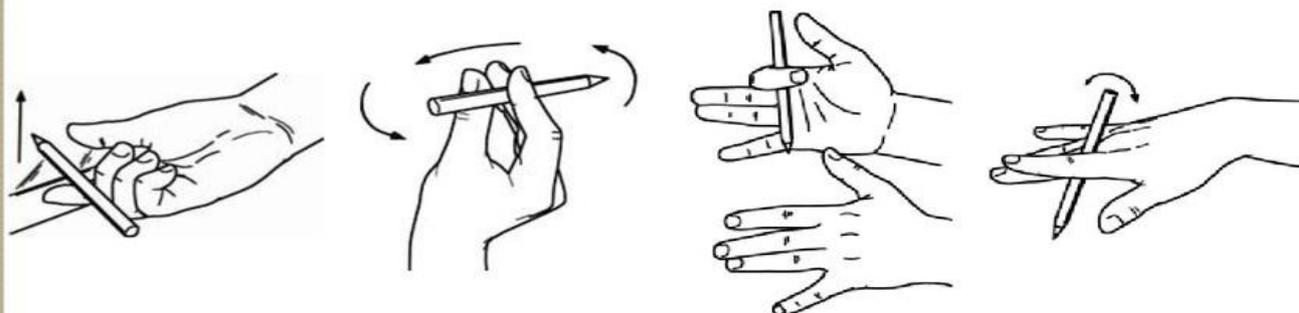


«Утюжок»

«Добывание огня»

«Волчок»

«Горка»



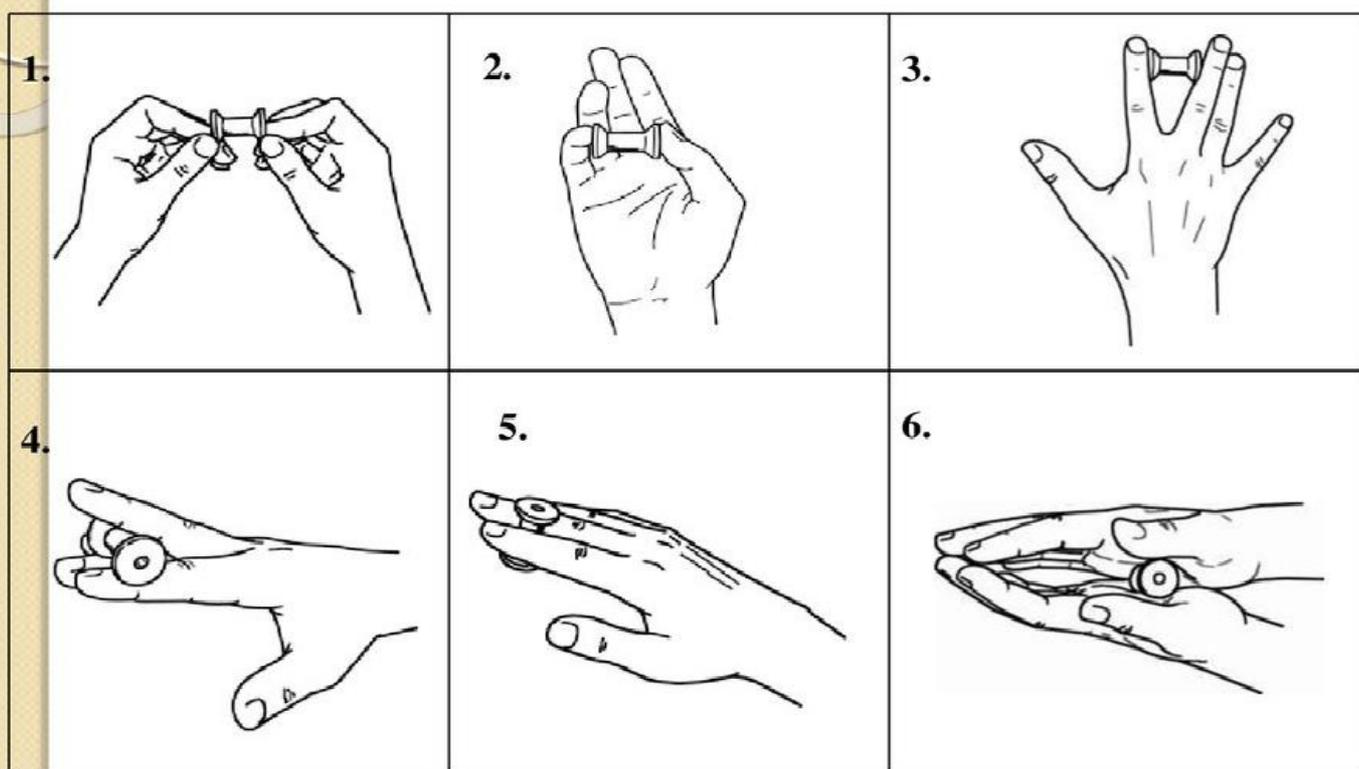
«Подъемный кран»

«Вертолет»

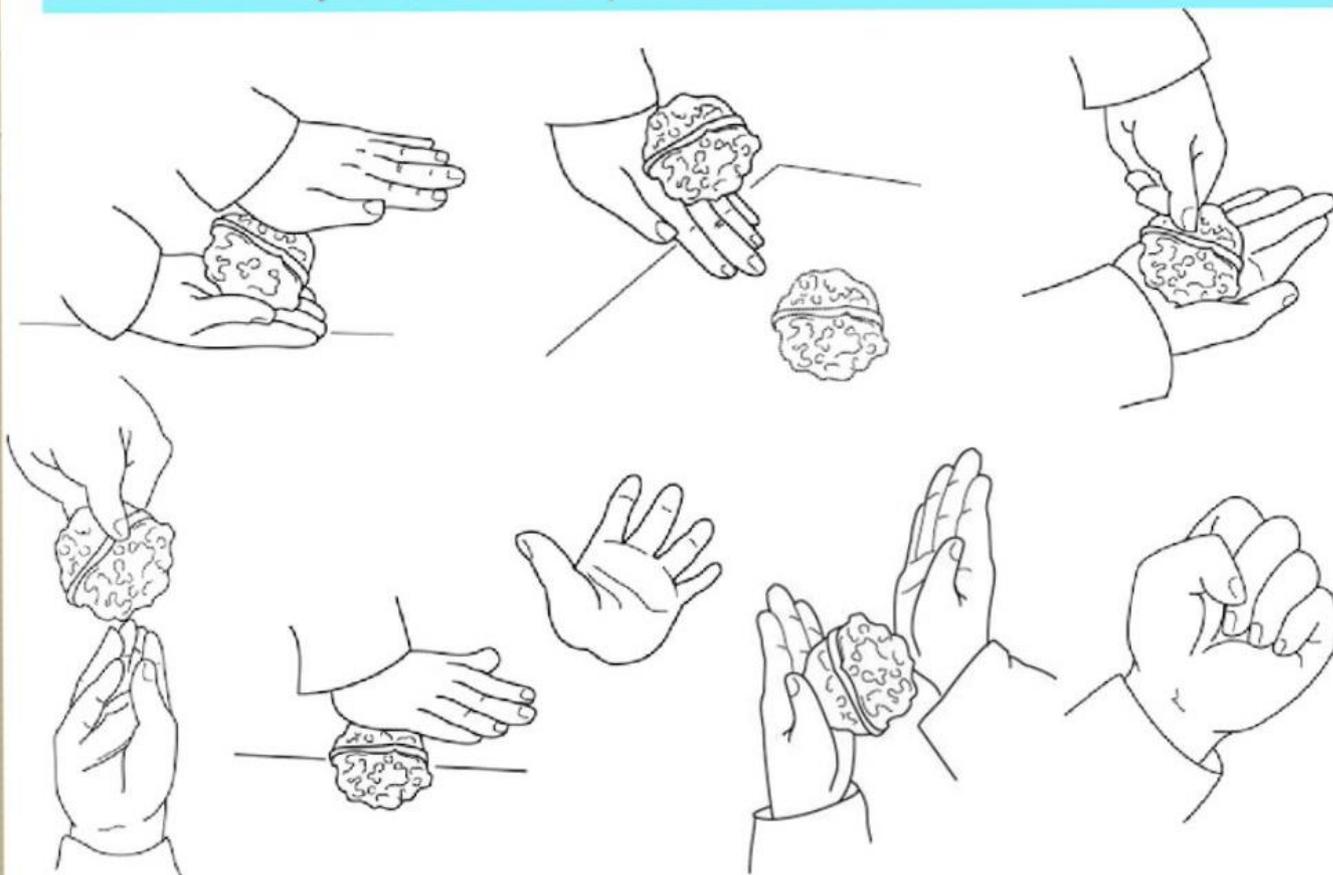
«Эстафета»

«Качалочка»

Массаж катушками



Массаж грецкими орехами



Массаж грецкими орехами.

С помощью грецкого ореха можно массировать запястья, кисти рук ребенка, ладони, пальцы, тыльные стороны кистей, межпальцевые зоны. Желательно иметь орехи различной величины, круглой и продолговатой формы, с гладкой и бугристой поверхностью. Ниже приведены некоторые полезные упражнения, которые можно выполнять с орехами.

1. Прятать орех в плотно сжатой ладони сначала одной, потом другой руки.
2. Кончиками пальцев одной руки «ввинчивать» орех в середину ладони другой руки.
3. Прокатывать орех по поверхности ладони, лежащей на столе, от кончиков пальцев до запястья.
4. Скатывать орех с тыльной стороны кисти рук, как с горки.
5. Прокатывать орех между ладонями от пальцев к запястью и обратно.
6. Раскатывать орех по поверхности стола ладонью круговыми движениями, как пластилин.
7. Удерживать орех между пальцами обеих рук, сложив их в щепоть.