**Массаж и самомассаж рук**

**в младшей группе «Кораблик»**

Воспитатели: Антонычева К.С.

Кочеткова О.В.

Из нейрофизиологии известно, что ладонь является проекцией наибольшего количества участков головного мозга. На ней находятся нервные окончания, связанные с зонами речи. Способность ясно излагать свои мысли тесно связана с мелкой моторикой пальцев рук. Массаж пальчиков для развития речи у детей способствует улучшению взаимодействия полушарий мозга, активизирует участки, которые отвечают за речь. В дальнейшем он помогает улучшить память, внимание, усидчивость, а иногда и раскрывает таланты детишек. С помощью пальчикового массажа, игр и упражнений можно резко усилить развитие речи – дети начинают говорить раньше, четче, постепенно увеличивают словарный запас.

Если у ребенка есть проблемы с речью или моторикой, желательно:

* комбинировать упражнения с играми и проговариванием для одновременного развития и пальчиков рук и речи;
* заниматься регулярно и систематично, выбрав одно и то же время, не пропуская занятий;
* заинтересовать ребенка, сделав занятие увлекательной игрой, поощрять его в процессе;
* по возможности использовать все пальчики, добиваться энергичных действий;
* начинать с легких заданий, заменяя их более сложными (например, вначале заняться «главной» рукой, затем другой, а в конце – работать обеими одновременно);
* не затягивать длительность занятия, контролировать усталость ребенка;
* начинать с медленного выполнения упражнений, акцентируя внимание на технике, затем повышать скорость выполнения.

Если выполнять такой массаж регулярно, мы поможем укрепить ребенку мелкую моторику, ускорим развитие его речи и поддержим иммунитет.

Использование игрового пальчикового самомассажа в сопровождении легко запоминающихся стихов и в сочетании с сюрпризными игровыми моментами позволяют организовать занятия, как весёлые эмоциональные непринуждённые минутки отдыха, релаксационные паузы, и, в то же время, повысить эффективность коррекционной работы на занятиях.

Самомассаж можно успешно проводить индивидуально и с группой детей одновременно. Разработанный комплекс занимательных игровых упражнений способствует пробуждению интереса к занятиям, умению понимать словесные инструкции, развитию темпо-ритмической, интонационной и слоговой структуры речи, внимания, памяти, усидчивости, обогащению активного словарного запаса, формированию связной речи, помогает сделать речь яркой и эмоциональной, повышает настроение детей.

**«ШИШКИ»**  (сосновые шишки)

Мишка по лесу ходил,

Много шишек находил,

В детский сад нам приносил,

Ребятам шишки подарил!

Раз, два, три, четыре, пять!

Будем с шишками играть,

Между ручками катать!

В ручку правую возьмём

И сильней её сожмем,

Ручку быстро разжимаем

Между ручками катаем!

В ручку левую берём

И сильней её сожмём!

Ручку быстро разжимаем,

Между ручками катаем!

**«БИГУДИ»** (бигуди)

Бигуди в руках катаю,

Между пальчиков верчу.

Непрерывно каждый пальчик

Быть послушным научу.

**«БУМАГА»** (лист бумаги, газеты)

Раз, два, три, четыре, пять!

Мы бумажку будем мять!

Свои ручки развивать!

В ручку правую возьмём

И чуть-чуть её помнём.

Мы чуть-чуть её помнём

Левой ручке отдаём!

**«ЁЖИК»** (массажный мячик с иголочками)

Мы возьмём в ладошки ёжик

И потрём его слегка.

Разглядим его иголки,

Помассируем бока!

**«КОЛОБОК»** (мячик-попрыгунчик)

Я катаю колобок,

У него румяный бок,

Круглый бок, гладкий бок,

Вот так чудо колобок.

**«ЗУБНАЯ ЩЁТКА»** (зубная щётка)

Я возьму зубную щётку,

Чтоб погладить пальчики.

Станьте ловкими скорей

Пальчики-удальчики!

**«КАРАНДАШ»** (карандаш с ребрышками)

Покатаю я в руках карандаш немножко.

Станьте ловкими скорее пальчики-ладошки!

**«ГОРОШИНЫ»** (горох)

С блюдца я беру горошки

Словно птичка клювом крошки.

**«ГУСЬ»** (прищепки бельевые)

Вот проснулся, встал гусёнок.

Пальцы щиплет мне спросонок!