Польза массажа несомненна и неоднократно доказана на практике. Игровой самомассаж шишками сосны, кедра, ели, желудями, каштанами, орехами, березовыми чурочками с элементами пальчиковой гимнастики способствует активизации речи, познавательной деятельности, развития мелкой моторики пальцев рук, релаксации, повышения иммунитета детей. Рука содержит множество рефлекторных зон. И если их разминать с помощью природного материала можно и голове, и ногам и своему животу помочь. Недаром говорят, что **кончики** **пальцев – «второй головной мозг».**

***Перекатывание шишек***

***между ладонями.***

*Упражнения можно сопровождать веселыми, короткими стихами.*

Покатать в ладошках

Эта шишка не простая

Вся колючая такая.

Меж ладошками кладем

И ладошки разотрем.

Вверх и вниз её катаем

Свои ручки развиваем!

***Сжимание и разжимание шишек.***

*Упражнение можно проводить двумя руками одновременно или поочередно правой и левой рукой.*

Я сильнее всех на свете!

Буду шишки я сжимать.

Буду шишки я сжимать,

Буду руки развивать.

Левую и правую,

Правую и левую.

***Круговые движения сосновой шишкой между ладонями***

*(лучше раскрывшейся шишкой)*

Как ёжик колется сосна,

Её мне шишка не страшна.

Сосновую шишку

В ладонях катаю.

С сосновою шишкой

Сейчас я играю.

**

***Надавливание шишкой на основание большого пальца, указательного, среднего, мизинца и середину ладони***

***Прокатывание шишки от кончиков пальцев до локтя и обратно.***

От ладони до локтя

Покатила шишку я.

От локтя и до ладони

Катит шишка по дороге.



***Перебрасывание и перекатывание шишек друг другу.***

*(По столу, по ковру, по дорожке, через дорожку).*

Белки шутят,

Белки играют:

Шишки, как мячики,

Деткам кидают.

С белками весело

Мы поиграем,

Все шишки руками

Ловко поймаем.

Если упали,

Скорей подберем

И снова бросать их

Белкам начнем.

***Самомассаж рук с применением орехов, каштанов, желудей.***

Мы научимся орехи

Между пальцами катать,

Это в школе нам поможет

Буквы ровные писать.

Пальчиками желудь зажимай,

И вперёд-назад катай,

Да приговаривай:

Вперёд – назад, вперёд – назад,

Мой каждый пальчик будет рад.

***Упражнения с березовыми чурочками и корой***

Интересными могут быть и игры с березовыми чурочками и корой. Напри­мер, катание березовой чурочки между ладонями, про­катывание чурочки до локтя и обратно.

***Упражнения с желудями, каштанами, орехами, горохом и другими плодами.***

Данные игровые упражнения по­могают ребенку научиться удерживать в ладонях максимально большое коли­чество природного материала; перека­лывать между ладонями по одному или несколько плодов; доставать мелкие игрушки из ведерка, наполненного плодами; «купать» кисти рук, сжимать и разжимать руки в желудях, горохе, орехах (по типу сухого бассейна).

Подготовила учитель-логопед

Брагина Ирина Анатольевна

МБДОУ №2

г. Приморско-Ахтарск

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 2 «Ромашка».

**Памятка для родителей.**

**Игровой самомассаж**

**с природным материалом**

