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.*

Раз, два, три, четыре, пять,

Шишку будем мы катать.

Шишку будем мы катать,

Раз, два, три, четыре, пять.

Сосновая шишка нам колет ладошки.

Мы покатаем шишку немножко.

\* \* \*

Шишки, словно ёжики,

Колются чуть – чуть.

Покатать в ладошках

Шишку не забудь.

\* \* \*

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.

\* \* \*

Мишка с шишкою играет,

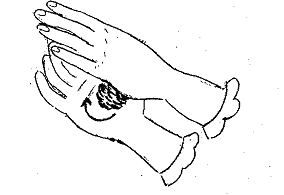
Между лап её катает

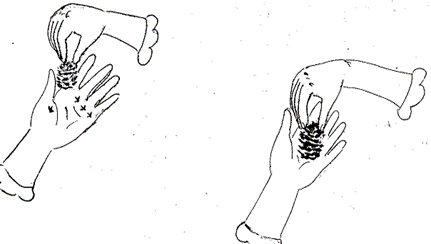
Медвежата все хохочут,

Шишки лапы им щекочут.

Колются не больно,

Дети все довольны.

**

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

***Легкое постукивание и вращательное движение кончиками шишки.***

Шишку я на пальчик ставлю

И постукиваю.

На другой переставляю -

Поворачиваю.

По всем пальцам пройду-

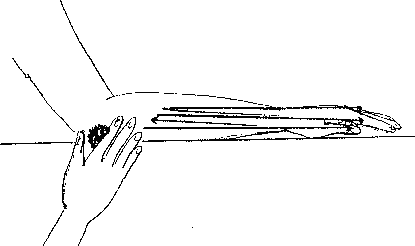
Шишку переверну.

***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 шишек друг другу.***

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.

***Перекатывание шишек друг другу***

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

В шишки поиграем —

Друг другу покатаем,

Пальцы разминаем,

Мишку вспоминаем:

Ай, спасибо, Мишка,

За такие шишки.

\*\*\*

Шишка покатилась,

До Лизы докатилась,

К Пете воротилась,

А потом обратно.

Как катать приятно!

***Самомассаж рук с применением орехов***

*(Катают грецкий орех между ладонями)*

Мы научимся орехи

Между пальцами катать,

Это в школе нам поможет

Буквы ровные писать.

А теперь давай ладошки

Помассируем немножко.

Ты орешек покатай

Да смотри, не потеряй.

Вы, ладошки, постарайтесь,

Вы, орешки, покатайтесь.

В ручки разные возьми

И немножечко пожми.

1, 2, 3, 4, 5!

***Самомассаж рук с применением желудей:***

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
* Разжимать руки в желудях, горохе, орехах (по типу сухого бассейна).

**Игровой самомассаж**

**с природным материалом**



***Учитель-логопед МБДОУ №2***

***Брагина Ирина Анатольевна***