

Консультация для родителей

Тема: «Игровой самомассаж, как средство подготовки руки к письму».

Одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нарушениями к письму является самомассаж рук.

Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благотворно развивается речевая функция.

По методике можно научить детей самостоятельно делать себе массаж предплечья, кистей и пальцев рук. При обучении детей самомассажу используются массажные движения по ладоням, кистям и предплечьям обеих рук: поглаживание, растирание, легкое надавливание кончиками пальцев при массировании, легкое пощипывание, похлопывание, сгибание и разгибание пальчиков (как всех вместе, так и поочередно).

Все массажные движения выполняются по направлению: от кончиков пальцев к запястью и от кисти к локтю. После каждого упражнения следует делать расслабляющие поглаживания или встряхивание рук. Начинать нужно с прогревающих движений, так как согревание делает мышцы более податливыми, помогает избежать болевых ощущений.

Самомассаж делается на обеих руках попеременно. Выполнение упражнений можно сопровождать стишками или счетом на 4 для каждой руки, использовать музыкальное сопровождение.

Вот некоторые упражнения.

РАСТИРАНИЕ ЛАДОНИ

«**Ручки греем**» - упражнение выполняется по внешней стороне ладони.

Очень холодно зимой,
Мерзнут ручки – ой, ой, ой!
Надо ручки нам согреть,
Посильнее растереть.



«**Добываем огонь**» - энергично растираем ладони друг о друга, чтоб стало горячо.

Мы как древние индейцы
Добываем огонёк:
Сильно палочку покрутим –
И огонь себе добудем.



«Стряпаем» - имитируем скатывание колобков, по 4 раза влево и вправо.

Мы постряпаем ватрушки,
Будем сильно тесто мять.
Колобочков накатаем,
Будем маме помогать.



РАСТИРАНИЕ ПАЛЬЦЕВ

«Братцы» - обеими руками одновременно растираем о большие пальцы по очереди (с указательного пальца по мизинец), растирание каждого пальчика по 2 раза

Ну-ка, братцы, кто сильнее?
Кто из вас поздоровее?
Все вы, братцы, молодцы,
Просто чудо-удальцы!



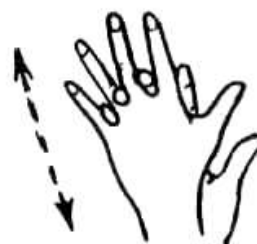
«Точилка» - сжав одну руку в кулачок, вставляем в него поочередно по одному пальцу другой руки и прокручиваем влево-вправо каждый пальчик по 2 раза.

Мы точили карандаш,
Мы вертели карандаш.
Мы точилку раскрутили,
Острый кончик получили.



«Точим ножи» - активное растирание раздвинутых рук вверх-вниз.

Ножик должен острым быть.
Будем мы его точить,
Чтобы чистил нам морковку
И картошку на готовку.



«Пила» - ребром ладони одной руки «пилим» по ладони, предплечью другой руки.

Пилим, пилим мы бревно –
Очень толстое оно.
Надо сильно постараться,
И терпения набраться.



РАСТИРАНИЕ ПРЕДПЛЕЧЬЯ

«**Надеваем браслеты**» - одной рукой изображаем «надетый браслет», круговыми движениями от кисти к локтю двигаем «браслет», прокручивая его влево-вправо.

Мы браслеты надеваем,
Крутим, крутим, продвигаем,
Влево-вправо, влево-вправо,
На другой руке сначала.



«**Пружинка**» - спиралевидное растирание ладонью (кулачком, ребром) одной руки по предплечью другой.

Мы пружинку нарисует
Длинную и крепкую.
Мы сперва ее растянем,
А затем обратно стянем.



«**Гуси**» - пощипывание руки вдоль предплечья от кисти к локтю.

Гуси травушку щипали,
Громко, весело кричали:
«Га-га-га, га-га-га!
Очень вкусная трава!»



«**Человечки**» - указательным и средними пальцами выполняем точечные движения вдоль предплечья (человечки – «маршируют», «прыгают», «бегут»).

Человечки на двух ножках
Маршируют по дорожке.



Подобные игры способствуют развитию:

- воображения, мышления, способности к анализу;
- тактильной (кожной) чувствительности;
- элементарной ловкости в обращении с мелкими предметами;
- словаря;
- предметной деятельности;
- терпения и усидчивости;
- пространственной ориентации.

Список литературы:

1. Аммосова Н.С. Самомассаж рук при подготовке детей с речевыми нарушениями к школе // Логопед, №6, 2004. – С.78 -82.
2. Егорова Е.А. Упражнения и игры для развития движений пальцев рук / Логопед, № 6, 2005. – С.58-60.