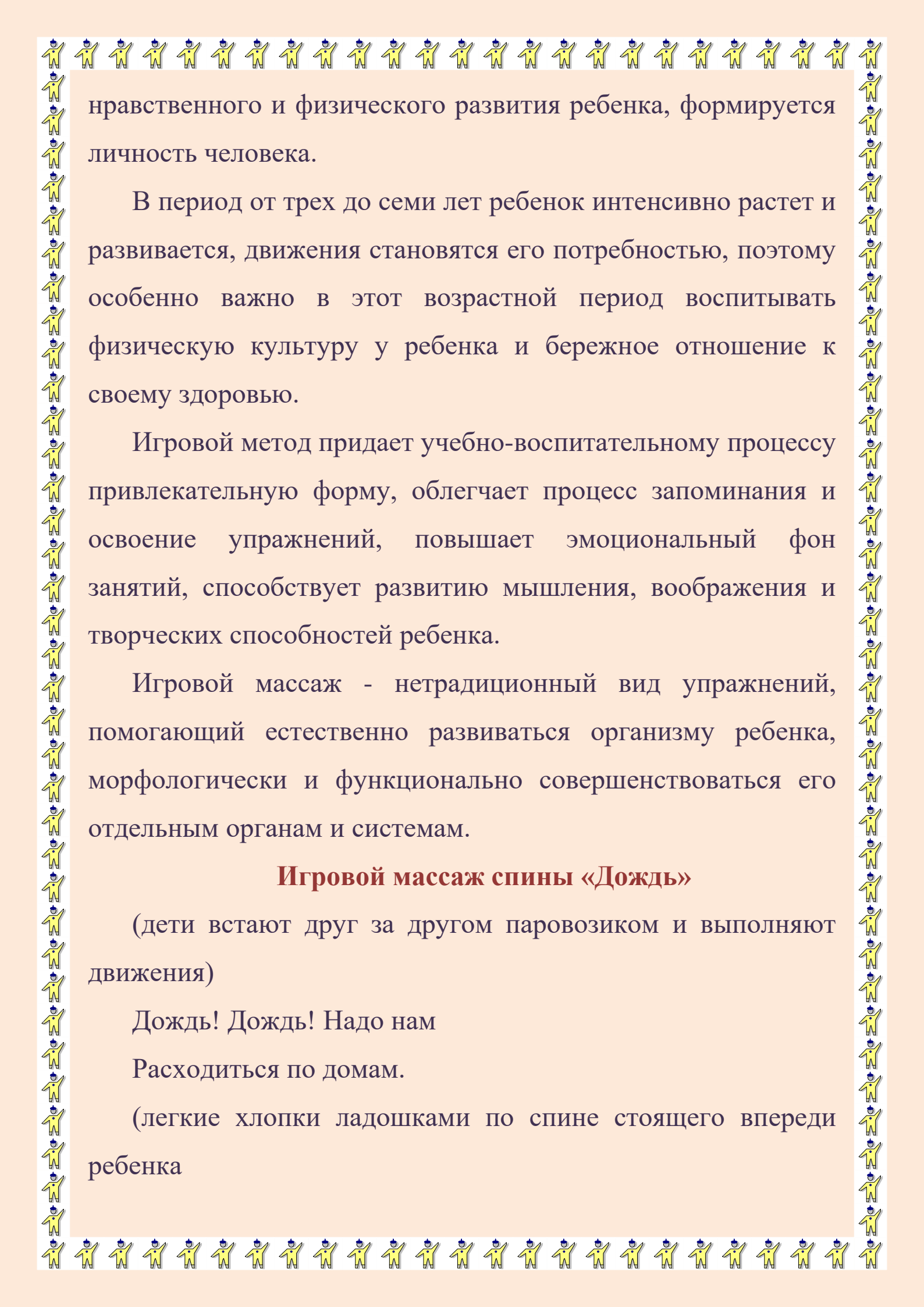


Игровой массаж - здоровьесберегающая ТЕХНОЛОГИЯ

Одной из основных задач, стоящих перед педагогами, является воспитание здорового подрастающего поколения.

В последние годы наблюдается ухудшение состояния здоровья детей. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей на здоровье детей отрицательно влияют ухудшение экологической обстановки, облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, просмотр видеофильмов, постоянно звучащая громкая музыка), а также социальная напряженность в обществе. Возникла необходимость оздоровления детей, создание здоровьесберегающих технологий для решения задач улучшения здоровья детей.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного,



нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому особенно важно в этот возрастной период воспитывать физическую культуру у ребенка и бережное отношение к своему здоровью.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Игровой массаж - нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам.

Игровой массаж спины «Дождь»

(дети встают друг за другом паровозиком и выполняют движения)

Дождь! Дождь! Надо нам

Расходиться по домам.

(легкие хлопки ладошками по спине стоящего впереди ребенка)



Гром! Гром, как из пушек,
Нынче праздник у лягушек.

(легкое поколачивание кулачками)

Град! Град! Сыплет град!

Все под крышами сидят.



(постукивание пальчиками)

Только мой братишка в луже

(поглаживание спины ладошками)

Ловит рыбу нам на ужин!

Игровой массаж спины «Свинки»

(дети встают друг за другом паровозиком)

Как на пишущей машинке
Две хорошенькие свинки
Все постукивают
Все похрюкивают
Туки-туки-туки-тук!
Хрюки-хрюки-хрюки-
хрюк!



«Игровой массаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение.

**Информацию подготовила: Шурлыгина Татьяна
Витальевна, воспитатель группы «Стрекозка»,
детский сад №162, корпус 3
Май 2024**