**"Игровой массаж на музыкальных занятиях"**

**Массаж** — метод, который позволяет успешно решать проблемы, как профилактики, так и лечения различных заболеваний. Это и делает массаж популярным, особенно в детской практике.

**Задачи игрового массажа:**

- приобщение дошкольников к здоровому образу жизни;

- развитие коммуникативных навыков;

- развитие артикуляции;

- развитие мелкой моторики пальцев рук;

- развитие музыкального слуха;

- развитие вокальных навыков.

В зависимости от цели массаж может быть тонизирующий или расслабляющий. **Тонизирующий массаж** проводится в более быстром темпе, применяются все основные приемы, но растирание и разминание выполняются более энергично, больше используется ударных приемов.

**Расслабляющий массаж** отличается плавностью и равномерным ритмом движений, применяется большое количество поглаживаний, расслабляющих вибраций.

**Основные приемы игрового массажа:**

- поглаживание (поглаживание данной области тела, производимом в определенном направлении поглаживание, граблеобразное, щипцеобразное. С него обычно начинается и заканчивается массаж);

- растирание (смещение, растяжение, передвижение тканей в различных направлениях);

- разминание (смещение тканей с захватом);

- ударные приемы (легкое постукивание);

- вибрация (передача колебаний руки на массируемые ткани ребенка, бывает прерывистая и непрерывная);

- комбинирование (разминание и потряхивание, сдвигание и надавливание, сжатие и растяжение, растяжение и вибрация, надавливание и вибрация, надавливание и растирание).

Детский массаж очень полезен для правильного развития малыша, способствует развитию моторики, укреплению мышц, благотворно влияет на нервную и иммунную системы ребенка, делается также с профилактической целью многих детских заболеваний. Можно использовать различные виды игрового массажа: пальцев рук, головы, лица, ушей, шеи, биологически активных точек, всего тела. В идеале, игровой массаж для детей должен представлять комплекс различных приемов, сочетающих:

**Музыкотерапию;**

**Дыхательную и артикуляционную гимнастику;**

**Непосредственно массажные движения;**

**Детские песенки, стишки, прибаутки;**

**Пальчиковые, речевые игры.**

**СОРОКОНОЖКИ**

Две больших сороконожки побежали по дорожке **(*простучать пальчиками от головы до пяток*).**

Все бежали и бежали, и друг дружку обгоняли (***повторять несколько раз, увеличивая темп постукиваний и ускоряя интонацию*).**

До чего ж они устали (***перейти на спокойные поглаживающие манипуляции*).**

Передохнули? (***на этот вопрос ребенок должен энергично закивать*).**

Вот и снова побежали **(*сделать все манипуляции заново*).**

На музыкальных занятиях массаж проводится под музыку – слова пропеваются или музыка звучит просто фоном. Малыши закрепляют в игре навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, развивают мелкую мускулатуру пальцев рук. Дети постарше становятся героями известных сказок, песен, представляют себя скульпторами, художниками, которые «лепят» или «рисуют» свое тело и лицо.

**НЕВАЛЯШКА**

**Исходное положение: Дети сидят на стульях перед педагогом.**

Неваляшка, неваляшка **(*массирование точки возле переносицы*).**

Качи - кач, качи - кач, (***наклоны головы влево-вправо*)**

Ой, красивая милашка (***массируем точки на шее*).**

Качи - кач, качи – кач.

Неваляшке не сидится, **(*массирование точки возле ушей*).**

Она любит веселиться, **(*хлопки в ладоши*).**

Наклоняется вперёд, (**наклон головы вперёд)**

Влево, вправо,

влево, вправо.

Поворот. **(*круговое движение головы*).**

Неваляшку мы качаем, (***массирование шею и покачиваем головой*).**

Очень весело играем. (***сжимать и разжимаем пальцы рук*).**

Раз, два, три, четыре, пять, (***ладони раскрыты, пальцы по очереди встречаются, левые с правой рукой*).**

Мы устали с ней играть. **(*закрыть ладонями лицо*).**

**ДОЖДИК**

***Исходное положение****:* **Дети сидят на полу, вытянув ноги.**

Мы по улице идем**, (*пальцами рук перебирать, нажимая вниз по ногам*)**,

Дождик капает кругом. **(*поочередно сжимать и разжимать кисти рук*)**

Раз, два, три, четыре, пять, **(*поочередно массировать пальцы*)**

Надо зонтик раскрывать (***соединить руки над головой*)**

Мы по лужам шлепаем (***хлопки ладонями по бедрам*)**

И ногами топаем! (***постукивание кулаками по бедрам*)**

Ловим капли мы руками, (**поочередно разжимать кулаки обеих рук**)

Раз, два, три! (**3 хлопка)**

И качаем головами (***качать головой*)**

**КОТИК**

**Исходное положение: Дети сидят на стульях перед педагогом***.*

Ходит котик потихоньку, лапки мягкие идут **(*похлопывание ладонями по ногам*)**

Если мышку он увидит, (**круговые видения указательными пальцами в уголках гл***аз*)

Лапки быстро побегут (***быстро перебирать пальцами по ногам*).**

**ВОТ НА УЛИЦЕ МОРОЗ**

Вот на улице мороз**! (*поглаживают руки*)**

Ну-ка, все потрите нос! **(*трут кончик носа*)**

Ни к чему нам бить баклуши **(*грозят правым указательным пальцем*)**

Ну-ка, взялись все за уши:

Покрутили, повертели,

Вот и уши отогрели! (***указательным и большим пальцами держатся за мочки ушей и вращают их вперед, затем назад*)**

По коленкам постучали, (***стучат ладонями по коленям*)**

По плечам похлопали, (***скрестив руки на уровне груди, хлопают ладонями по плечам*)**

Ножками затопали! (***топают ногами*)**