

## Техника «Фольговый массаж»

Цель: развитие мелкой моторики у детей, уменьшение напряжения, развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

- Проработка и активизация внутренних мышц ладони у детей.
- Повышение уровня уверенности в себе.
- Физическое расслабление.
- Развитие эмоционального контакта.

Инвентарь: пищевая фольга (30x30).

Возрастные рамки применения: от 1,5–2 лет и старше.

Алгоритм работы

Основная часть

1. Возьмите кусочек фольги размером 30x30 см, скомкайте и комочек выкатайте в ладошках в форме «колобка» (шарика).
2. Шарик должен быть неплотный, но и не мягкий.
3. Прокатывайте шарик по ладошкам, захватывая в увлекательное путешествие вашего «колобка» каждый пальчик.
4. Прodelать это путешествие можно несколько раз на каждой ладошке.
5. Такой шарик хорош, если поверхность массажа не очень большая.
6. Для больших поверхностей используйте продолговатый цилиндр, который тоже скатывается из фольги.
7. Цилиндром можно массировать большие поверхности – рука, спина и т. д.

Выводы. В процессе массажа (если его делает кто-то из родителей) хорошо общаться с ребенком – предложите ему маленький рассказ-придумку о путешествии «колобка» или блестящего «паровозика» (цилиндр).

Устанавливается эмоциональная связь с ребенком, происходит активизация

глубоких мышц руки ребенка. Создаются условия для позитивного принятия ребенком себя, опыт социального взаимодействия.