

# „DOTYK I KOMUNIKACJA” – CIĄG DALSZY

## INNE SPOSOBY MASAŻU

### (STYMULACJI DOTYKOWEJ)

#### 1. MASAŻ TWARZY

SZYJA od dołu ku górze

POLICZKI od nosa i warg do skroni

- głaskanie
- rozcieranie okrężne
- oklepywanie i obszcypywanie

PODBRÓDEK od środka na boki

- głaskanie
- rozcieranie okrężne
- oklepywanie i obszcypywanie

CZOŁO od środka czoła do ucha

- głaskanie
- rozcieranie
- głaskanie

KONIEC/MASAŻ WARG

- ugniatanie poprzeczne
- rozciąganie do uszu
- „dzióbek”
- obszcypywanie i głaskanie

## 2. **WIERSZYKI – MASAŻYKI**

Kreślimy na plecach lub innych częściach ciała dziecka znaki według tekstu znanych wierszyków, np.:

- „Rak” – spacerujemy palcami po całym ciele dziecka, delikatnie naśladujemy szczypanie:

*Idzie, idzie rak,*

*Czasem naprzód,*

*Czasem wspak.*

*Idzie rak, nieborak,*

*Jak uszczypnie, będzie znak.*

- „Dwa Michały” – szybko zataczamy na plecach dziecka duże koła, wolniej zataczamy małe koła:

*Tańcowały dwa Michały,*

*Jeden duży drugi mały.*

*Jak ten duży zaczął krężyć,*

*To ten mały nie mógł zdążyć.*

- „Maszyna do pisania” – chwytamy za ucho, gładzimy plecy lub klatkę piersiową dziecka, piszemy palcami litery A, B, C, kropka, przecinek:

*Wkręcamy papier do maszyny do pisania.*

*Wygładzamy kartkę papieru i piszemy:*

*„A.....,B.....,C.....,kropka, przecinek”.*

- „Entliczek pentliczek” – rysujemy na barkach dziecka pętelki i zawijasy, rytmicznie gładzimy dziecko po plecach dłonią, kreślimy opuszkami palców kratkę:

*Entliczek, pentliczek,*

*Czerwony stoliczek,*

*A na tym stoliczku,*

*Pleciony koszyczek.*

### **3. „SZCZOTECZKOWANIE” CIAŁA**

Szczotkujemy ciało dziecka różnego rodzaju szczoteczkami w następujący sposób:

SZYJA – od klatki piersiowej do brody

KLATKA PIERSIOWA – do serca

BRZUCH – zgodnie ze wskazówkami zegara

REKA – do serca

DŁOŃ – od nadgarstka do palców

PLECY – od pośladków w kierunku szyi

POŚLADKI – na okrągło jak zegar

NOGA – do serca (od stopy w kierunku pośladków)

STOPA (dół) – od pięty w kierunku palców

(wierzch stopy) – do góry począwszy od palców

Możemy też „malować” pędzlem, piórkiem ręce i nogi dziecka, a także pocierać ciało dziecka materiałami o różnej fakturze.

### **4. MASAŻ PIŁECZKAMI**

Masaż z wykorzystaniem piłek, piłeczek o różnej fakturze, sprężystości i wadze (turlanie we wszystkich kierunkach, opukiwanie, ugniatanie).

### **5. MASAŻ PRZY UŻYCIU MASAŻERA RĘCZNEGO, A NASTĘPNIE ELEKTRYCZNEGO**

### **6. WAŁKOWANIE CIAŁA**

Wałkowanie ciała dziecka wałkiem, butelką wypełnioną wodą.