


# ВОЛШЕБНЫЕ ТОЧКИ ЗДОРОВЬЯ

Автор:  
*Папст Лилия Фридриховна*  
*воспитатель МДОУ № 37*  
*детский сад комбинированного вида*  
*Копейский городской округ*  
*Челябинская область*  
*Россия*



**"Здоровье — это драгоценность и притом единственная, ради которой стоит не только не пожалеть времени, сил, труда и социальных благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унижительной"**

**Мишель Монтень**

ПРОФИЛАКТИКА  
ОРВИ  
КОМПЛЕКС  
ТОЧЕЧНОГО  
МАССАЖА

«Гномик –  
Шалунишка»

## ЦЕЛЬ КОМПЛЕКСА ТОЧЕЧНОГО МАССАЖА

ЗАКЛЮЧАЕТСЯ не только в профилактике простудных и других заболеваний, повышении жизненного тонуса у детей, но и привитии им чувства ответственности за свое здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить свое самочувствие. Оказать положительное воздействие на свой организм.

# ГНОМИК В ПАЛЬЧИКАХ ЖИВЕТ

(СГИБАЮТ И РАЗГИБАЮТ ПАЛЬЦЫ РУК),

ОН ЗДОРОВЬЕ НАМ НЕСЕТ.



**РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ**

(ФАЛАНГАМИ ПАЛЬЦЕВ ТРУТ ТОЧКИ У КРЫЛЬЕВ НОСА),

**НАЧАЛ ГНОМИК НАШ ИГРАТЬ,  
КУЛАЧКОМ КРУЖОЧКИ У НОСА РИСОВАТЬ,**



## А ПОТОМ ПОДНЯЛСЯ ВЫШЕ

(ЛЕГКОЕ ПОГЛАЖИВАНИЕ ГАЙМОРОВЫХ ПАЗУХ НОСА)

(МАССАЖ УКАЗАТЕЛЬНЫМ И СРЕДНИМ ПАЛЬЦАМИ НАДБРОВНЫХ ДУГ)

ЗАСМЕЯЛСЯ, УЛЕТЕЛ.



# ГНОМ НАШЕЛ У ГЛАЗА ТОЧКУ

(МАССАЖ ТОЧЕК У ПЕРЕНОСИЦЫ),

## ВЛЕВО, ВПРАВО ПОКРУТИЛ, НА ДРУГУЮ НАДАВИЛ

(МАССАЖ ТОЧЕК У КРЫЛЬЕВ НОСА),





**А ПОТОМ СПУСТИЛСЯ НИЖЕ  
(МАССАЖ ТОЧЕК НАД ВЕРХНЕЙ ГУБОЙ),**

**ПРЯМО К РОТИКУ ПОБЛИЖЕ,**



## ЗА УШАМИ ПРЯТАЛСЯ

(МАССАЖ ТОЧЕК УШНОЙ РАКОВИНЫ),

СМЕЯЛСЯ НАДО МНОЙ И ХОТЕЛ ИГРАТЬ СО МНОЙ.



# РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ (МАССАЖ ЛОБНОГО ОТДЕЛА И НАДБРОВНЫХ ДУГ), Я РЕШИЛ ЕГО ПОЙМАТЬ.



ГНОМА Я В БРОВЯХ ЛОВИЛ,

А ОН ПО КРУГУ ВСЕ ХОДИЛ.



**ВОТ ГНОМИК НАШ И УМОЛК,  
(МАССАЖ КОНЧИКА НОСА)**

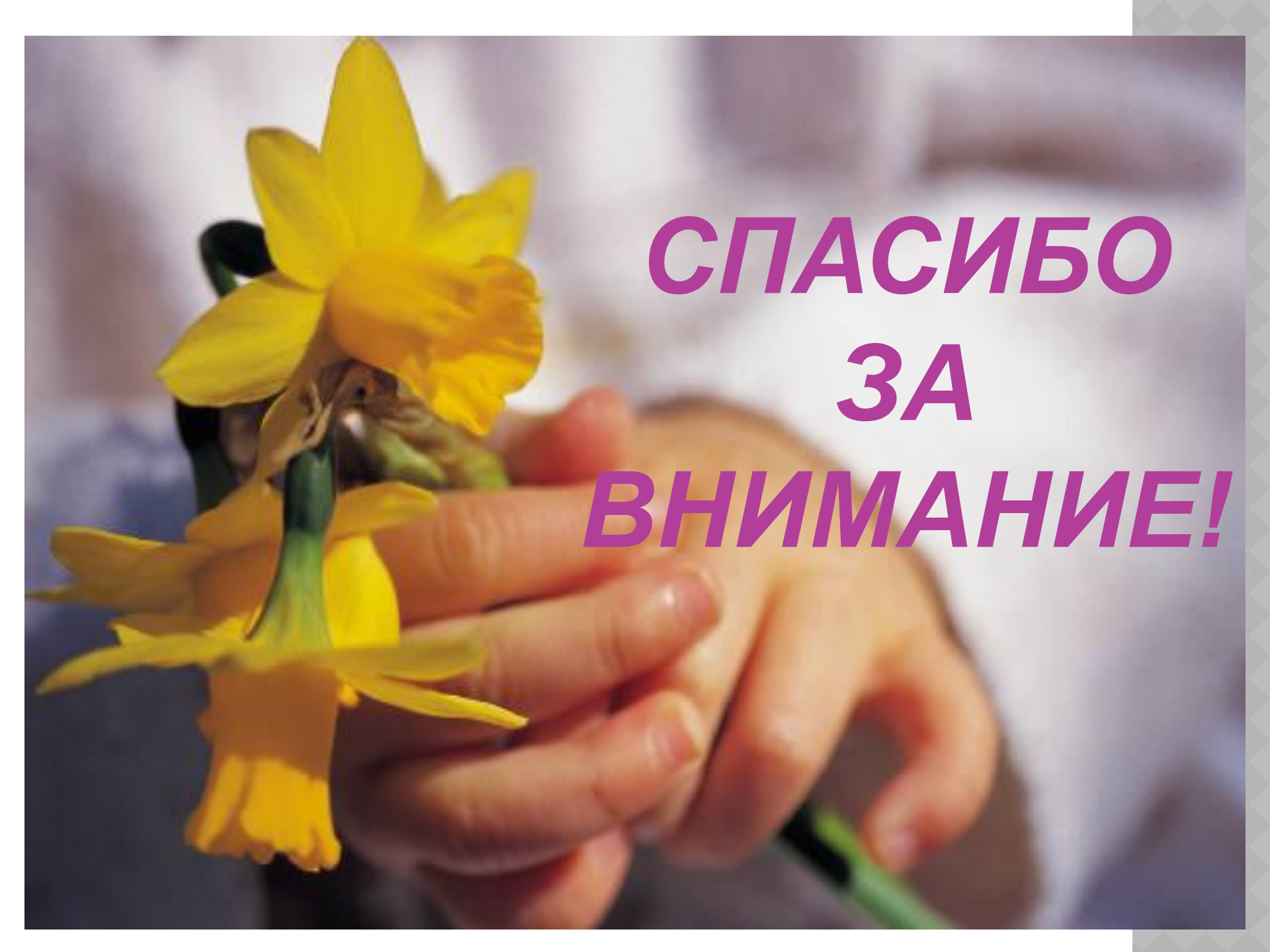
**И ПУСТИЛСЯ НАУТЕК.**



**МЫ ВОЗЬМЕМ ЕГО В ЛАДОШКИ,  
(РАССЛАБЛЕНИЕ КИСТЕЙ РУК)**

**ПОМАШЕМ РУЧКАМИ НЕМНОЖКО.**





***СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!***