

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
по использованию массажера су-джок
в развитии мелкой моторики рук детей.
Массаж пальцев рук «Су-джок».

При использовании массажного шарика, лучше каждое движение рук представить в форме сказки (песенки) и ваш малыш охотно и с удовольствием будет играть. Отрабатывая движения и рассказывая сказку (песенку) вместе со взрослым, ребенок развивает мелкую моторику рук и точность произношения слов этой сказки.

Сказка «Маленький ежик» (по мотивам песенки «Маленький ежик»)

Маленький ежик,	<i>(зажать шарик в ладошке)</i>
Четверо ножек.	<i>(раскрыть ладошки)</i>
Ежик по лесу идет	<i>(катать шарик по ладошке прямыми движениями)</i>
На спине листок несет.	<i>(соединить ладошки)</i>
И кричит, пыхтит и фыркает он - «Фыр»,	<i>(зажимать, разжимать шарик в ладошке)</i>
Все-равно тебя я к норке донесу.	<i>(катать шарик по ладошке круговыми движениями)</i>
Самый сильный я в лесу,	<i>(зажать шарик сначала в одном кулачке,</i>
Я боюсь одну лису – «фух».	<i>затем в другом)</i>
Маленький ежик,	<i>(зажать шарик в ладошке)</i>
Четверо ножек.	<i>(раскрыть ладошки)</i>
Ежик по лесу идет	<i>(катать шарик по ладошке прямыми движениями)</i>
На спине грибок несет.	<i>(ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик)</i>
И кричит, пыхтит и фыркает он - «Фыр»,	<i>(зажимать, разжимать шарик в ладошке)</i>
Все-равно тебя я к норке донесу.	<i>(катать шарик по ладошке круговыми движениями)</i>
Самый сильный я в лесу,	<i>(зажать шарик сначала в одном кулачке,</i>
Я боюсь одну лису – «фух».	<i>затем в другом)</i>
Маленький ежик,	<i>(зажать шарик в ладошке)</i>
Четверо ножек.	<i>(раскрыть ладошки)</i>
Ежик по лесу идет	<i>(катать шарик по ладошке прямыми движениями)</i>
На спине лису несет.	<i>(зажать шарик между ладошками)</i>
И кричит, пыхтит и фыркает он - «Фыр»,	<i>(зажимать, разжимать шарик в ладошке)</i>
Все-равно тебя я к норке донесу.	<i>(катать шарик по ладошке круговыми движениями)</i>
Самый сильный я в лесу,	<i>(зажать шарик между ладошками)</i>
Победил саму лису!	

Сказка «Ежик на прогулке»

Цель: воздействовать на биологически активные точки по системе Су Джок, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

Оборудование: массажер Су-Джок.

Жил - да был ежик в лесу, в своем домике - норке *(зажать шарик в ладошке)*. Выглянул ежик из своей норки *(раскрыть ладошки и показать шарик)* и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку *(улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером)* и решил прогуляться по лесу. Покатился ежик по прямой дорожке *(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик)*, катился-катился и прибежал на красивую, круглую полянку *(ладошки соединить в форме круга)*. Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке *(зажимать шарик между ладошками)*. Стал цветочки нюхать *(прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох)*. Вдруг набежали тучки *(зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться)*, и закапал дождик: кап-кап-кап *(кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика)*. Спрятался ежик под

большой грибок (*ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик под ней*) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (*показать пальчики*). Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много: как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (*каждый кончик пальчика потыкать шипиком шарика*) и довольный побежал домой (*прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик*).

Сказка «Ёжик»

Катится колючий ёжик, нет ни головы, ни ножек.
По ладошки бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит (*шарик между ладошками*).
Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.
Бегаёт туда-сюда, мне щекотно, да, да, да (*движения по пальцам*).
Уходи колючий ёж в тёмный лес, где ты живёшь!
(*пускаем по столу и ловим подушечками пальцев*).

Для того чтобы массаж рук не был скучен и утомителен для ребенка, вам предлагается схема массажа со стихами. Специально подобранные словесные игры помогут вам и вашим детям с наибольшим интересом проводить данную процедуру.

Начинать и заканчивать массаж необходимо с легкого поглаживания рук ребенка.

1. Поглаживание руки от кончиков пальцев к локтю;
2. Разминаем каждый палец от ногтя к запястью, также прорабатываем каждый сустав:

*Мышь полезла в первый раз (второй, третий...),
Посмотреть который час.
Вдруг часы пробили «Бом!»
Мышь слетела кувырком...
(движение от запястья к ногтю);*

И так прорабатываем каждый палец.

3. Пощипывание боковых краев кистей рук;
4. Разминаем подушечки пальцев (надавливание):

*Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять.
Этот пальчик в лес пошел,
Этот пальчик гриб нашел,
Этот пальчик чистить стал,
Этот пальчик жарить стал,
Ну, а этот только ел,
Оттого и потолстел.*

5. Разминаем бугор под большим пальцем;
6. Разминаем бугор под четырьмя пальцами на ладони;
7. Ребром руки разминаем ладошку в различных направлениях;
8. Разминаем ладонь кулаком:

*Моя черепашка в коробке живет,
Купается в ванне, по полу ползет.
Ее на ладошке я буду носить,
Она не захочет меня укусить.*

9. Разминаем запястье руки круговыми движениями, захватив его большим и указательными пальцами другой руки («кольцо»);
10. Загибаем пальцы внутрь, и затем разгибаем наружу, потряхиваем ими:

Бом, бом, бом, бом,

По гвоздям бьем молотком.
 Гвозди не вбиваются,
 Только загиваются. (Загиваем пальцы)
 Значит, клещи надо взять,
 Будем гвозди вырывать.
 Я тянул, тянул, тянул,
 Все я гвозди разогнул.
 (Потряхиваем, разгибаем и потягиваем пальцы).
 11. Разминаем руку от запястья до локтя;
 12. Сцепить пальцы «Домиком» и потереть ими друг об друга:
 Сцепим пальцы мы в замок,
 Чтоб чужой войти не мог.
 Пустим только белочку,
 Ежика и зайчика,
 Пустим только девочку,
 Пустим только мальчика.
 13. Поглаживание руки от кончиков пальцев к локтю.

«Колючие иголки»

*У сосны, у пихты, елки
 Очень колкие иголки.
 Но еще сильнее, чем ельник,
 Вас уколёт можжевельник.
 Или
 Гладила мама-ежиха ежат:
 Что за пригожие детки лежат!*

Речевой материал для самомассажа су-джок.

1. Упражнения с использованием массажного шарика.

	Шарик
Надуваем быстро шарик. Он становится большой.	<i>Круговое вращение шарика вправо между ладонями с увеличением радиуса.</i>
Вдруг шар лопнул, воздух вышел - Стал он тонкий и худой.	<i>Вращение в обратную сторону с уменьшением радиуса.</i>
	Слива
Сливу я держу в руке, Зажимаю в кулаке. Разжимаю, зажимаю И ладонями катаю.	<i>Зажать шарик в кулаке. Разжать, зажать. Покатать между ладонями.</i>
	Компот
Будем мы варить компот, Фруктов много нужно. Вот: Будем яблоки крошить, Грушу будем мы рубить, Отожмем лимонный сок, Слив положим, сахарок. Варим, варим мы компот, Угостим честной народ.	<i>Круговые вращения шарика между ладонями. Прокатывание шарика по каждому пальцу, начиная с мизинца (на каждую строчку) Круговые вращения шарика между ладонями.</i>

Ветер по лесу гулял,
Ветер листики считал:
Вот дубовый,
Вот кленовый,
Вот рябиновый резной,
Вот с березки золотой,
Вот последний лист с осинки,
Ветер бросил на тропинку.

Ветер

Прокатывания шарика между ладонями.

Прокатывание шарика по каждому пальцу, начиная с мизинца (на каждую строчку)

Круговые вращения шарика между ладонями.

Идет коза рогатая,
Идет коза бодатая.
За ней козленочек бежит,
Колокольчиком звенит.

Коза

Медленное прокатывание шарика между ладонями.

Быстрое прокатывание шарика между ладонями.

Эта птичка – соловей,
Эта птичка – воробей,
Эта птичка – соловушка,
Сонная головушка.
Эта птичка – свиристель,
Эта птичка – коростель.
Эта птичка – злой орлан.
Птички, птички, по домам.

Птицы

Прокатывание шарика по каждому пальцу, начиная с мизинца (на каждую строчку)

Быстрое прокатывание шарика между ладонями.

Маша каши наварила,
Маша кашей всех кормила.
Положила Маша кашу:

Кошке – в чашку, Жучке – в плошку,
А коту в большую ложку.
В миску – курицам, цыплятам,
И в корытце – пороссятам.
Всю посуду заняла,
Все до крошки раздала.

Машина каша

Круговые вращения шарика между ладонями.

Прокатывание шарика по каждому пальцу, начиная с мизинца (на каждую строчку)

Круговые вращения шарика между ладонями.

Перед нами елочка:

Шишечки, иголочки,
Шарики, фонарики,
Зайчики и свечки,

Звезды, человечки.

Ёлка

Круговые вращения шарика между ладонями.

Прокатывание шарика по каждому пальцу, начиная с мизинца (на каждое слово)

Круговые вращения шарика между ладонями.

Тесто мнем, мнем, мнем!
Тесто жмем, жмем, жмем!
После скалку мы возьмем,
Тесто тонко раскатаем,
Выпекать пирог поставим!

Месим тесто

*Переключать шарик из руки в
руку, слегка зажимая его.
Прокатывание шарика
между ладонями вперед – назад.*

На узорное крылечко
Кто-то уронил колечко.
И оно с крыльца скатилось,
За ступеньку закатилось.
Дети смотрят там и тут,
Но колечка не найдут.

Колечко

*Круговые вращения
шарика между ладонями.
Прокатывание шарика
между ладонями вперед – назад.
Прокатывание шарика
между ладонями вверх – вниз.*

Шла по улице машина,
Шла машина без бензина,
Шла машина без шофера,
Без сигнала светофора,
Шла, сама куда не зная,
Шла машина заводная.

Машина

*Прокатывание шарика
по каждому пальцу,
начиная с мизинца сначала по левой
руке, потом по правой
(на каждые два слова).
Круговые вращения
шарика между ладонями.*

2. Упражнения с использованием массажного кольца.

У лисы в лесу глухом
Есть нора — надежный дом.
Не страшны зимой метели
Белочке в дупле на ели.
Под кустами еж колючий
Нагребает листья в кучу.
Из ветвей, корней, коры
Хатки делают бобры.
Спит в берлоге косолапый,
До весны сосет там лапу.
Есть у каждого свой дом,
Всем тепло, уютно в нем.

Лесной дом

*Массаж пальцев кольцом на обеих
руках: по два пальца (мизинец – мизинец,
безымянный – безымянный...) на каждое
двустипшие.*

Этот пальчик в лес пошел.
Этот пальчик гриб нашел.
Этот пальчик чистить стал.
Этот пальчик жарить стал.
А этот пальчик все съел,
Оттого и потолстел.

*«Дом» - ладошки направлены под углом,
кончики пальцев соприкасаются.*

Гриб

*Массаж пальцев кольцом,
начиная с мизинца.*

Как у нашей кошки на ногах сапожки.
Как у нашей свинки на ногах ботинки.
А у пса на лапках голубые тапки.
А козленок маленький обувает валенки.
А сыночек Вовка – новые кроссовки.
Вот так, вот так, новые кроссовки.

Новые кроссовки

*Массаж пальцев кольцом на
обеих руках: по два пальца
(1 мизинец – 2 мизинец, 1
безымянный – 2 безымянный...)
на каждое двустипшие.
Шагают по стулу
указательным и средним
пальцами обеих рук.*

