**Приложение 2**

**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, *(зажать шарик в ладошке)*

Четверо ножек. *(раскрыть ладошки)*

Ежик по лесу идет *(катать шарик по ладошке прямыми движениями)*

На спине листок несет. *(соединить ладошки)*

И кряхтит, пыхтит и фыркает он - «Фыр», *(зажимать, разжимать шарик в ладошке)*

Все-равно тебя я к норке донесу. *(катать шарик по ладошке круговыми движениями)*

Самый сильный я в лесу, *(зажать шарик сначала в одном кулачке,*

Я боюсь одну лису – «фух». *затем в другом)*

Маленький ежик, *(зажать шарик в ладошке)*

Четверо ножек. *(раскрыть ладошки)*

Ежик по лесу идет *(катать шарик по ладошке прямыми движениями)*

На спине грибок несет. *(ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик)*

И кряхтит, пыхтит и фыркает он - «Фыр», *(зажимать, разжимать шарик в ладошке)*

Все-равно тебя я к норке донесу. *(катать шарик по ладошке круговыми движениями)*

Самый сильный я в лесу, *(зажать шарик сначала в одном кулачке,*

Я боюсь одну лису – «фух». *затем в другом)*

Маленький ежик, *(зажать шарик в ладошке)*

Четверо ножек. *(раскрыть ладошки)*

Ежик по лесу идет *(катать шарик по ладошке прямыми движениями)*

На спине лису несет. *(зажать шарик между ладошками)*

И кряхтит, пыхтит и фыркает он - «Фыр», *(зажимать, разжимать шарик в ладошке)*

Все-равно тебя я к норке донесу. *(катать шарик по ладошке круговыми движениями)*

Самый сильный я в лесу, *(зажать шарик между ладошками)*

Победил саму лису!

# 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 загибаются.* (Загибаем 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 иголочки»***

 *У сосны, у пихты, елки
    Очень колкие иголки.
    Но еще сильней, чем ельник,
    Вас уколет 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. | *Круговое вращение шарика вправо**между ладонями с увеличением**радиуса.* |
| Вдруг шар лопнул, воздух вышел -Стал он тонкий и худой. | *Вращение в обратную сторону**с уменьшением радиуса.* |

**Слива**

|  |  |
| --- | --- |
| Сливу я держу в руке,Зажимаю в кулаке.Разжимаю, зажимаю | *Зажать шарик в кулаке.**Разжать, зажать.* |
| И ладонями катаю. | *Покатать между ладонями.* |

**Компот**

|  |  |
| --- | --- |
| Будем мы варить компот,Фруктов много нужно. Вот: | *Круговые вращения**шарика между ладонями.* |
| Будем яблоки крошить,Грушу будем мы рубить,Отожмем лимонный сок,Слив положим, сахарок. | *Прокатывание шарика**по каждому пальцу,**начиная с мизинца**(на каждую строчку)* |
| Варим, варим мы компот,Угостим честной народ. | *Круговые вращения**шарика между ладонями.* |

**Ветер**

|  |  |
| --- | --- |
| Ветер по лесу гулял,Ветер листики считал: | *Прокатывания шарика между**ладонями.* |
| Вот дубовый,Вот кленовый,Вот рябиновый резной,Вот с березки золотой,Вот последний лист с осинки,  | *Прокатывание шарика**по каждому пальцу,**начиная с мизинца**(на каждую строчку)* |
| Ветер бросил на тропинку. | *Круговые вращения**шарика между ладонями.* |

**Коза**

|  |  |
| --- | --- |
| Идет коза рогатая,Идет коза бодатая. | *Медленное прокатывание шарика**между ладонями.* |
| За ней козленочек бежит,Колокольчиком звенит. | *Быстрое прокатывание шарика**между ладонями.* |

***2. Упражнения с использованием массажного кольца.***

**Лесной дом**

|  |  |
| --- | --- |
| У лисы в лесу глухомЕсть нора — надежный дом.Не страшны зимой метелиБелочке в дупле на ели.Под кустами еж колючийНагребает листья в кучу.Из ветвей, корней, корыХатки делают бобры.Спит в берлоге косолапый,До весны сосет там лапу. | *Массаж пальцев кольцом на обеих**руках: по  два пальца (мизинец – мизинец,**безымянный – безымянный…) на каждое**двустишие.* |
| Есть у каждого свой дом,Всем тепло, уютно в нем. | *«Дом» - ладошки направлены под углом,**кончики пальцев соприкасаются.* |

**Гриб**

|  |  |
| --- | --- |
| 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. | *Массаж пальцев кольцом,**начиная с мизинца.* |

**Новые кроссовки**

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