**Игровой массаж с использованием массажных мячиков и Су-Джок «Ежик»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Стихотворное содержание | Игровые движения |
| 1. | В своей норке ежик спал,  Тихо мирно там дремал.  Видел добрые он сны,  Ожидал приход весны. | Упражнение на дыхание .  Спокойно делаем вдох и выдох, имитируя ровное дыхание во время сна. Ручки зажаты в кулачок, тихонько сжимаются и разжимаются. |
| 2. | Солнца теплые лучи  С весной чудесной в лес пришли.  Заглянули в норку, разбудили в ней ежа.  И позвали , чуть дыша: | Одна ладошка сжата в кулачок, другая рука раскрывается и широко расставляются пальчики. |
| 3. | - Просыпайся чудачок-  Шустрый маленький дружой!  -Просыпайся, потянись,  Солнцу мило улыбнись! | Су джок находится в левой руке, еще сжатой, а пальчики правой руки пытаются «разбудить» маленький мячик зажатый в кулачке. |
| 4. | Еж проснулся, потянулся  С норки выглянул скорей  И пошел искать друзей,  Таких же шустреньких ежей. | Су-джок катаем по ладошке, берем пальчиками обеих рук с двух сторон и пытаемся растянуть в стороны. |
| 5. | По полянке покатился  И к цветочкам обратился:  -«Здравствуйте цветочки,  лесные огонечки, | Су-джок катаем по ладошке и к каждому пальчику. |
| 6. | Аромат ваш так хорош,  Лепесточек , всяк пригож.  Не видали ль вы цветы  Друзей моих , что спят с зимы?» | Затем по каждому пальчику-цветочку, сначала по одной руке, а потом по другой руке. |
| 7. | «Ты по дорожке побеги,  На полянке ждут они,  По траве катаются,  Росою умываются» | Су-джок покатить от ладони до локтевого сгиба и обратно.  Покатать су-джок по ладошке и вокруг кисти рук. |

[](http://www.google.de/url?url=http://ivona.bigmir.net/showbiz/stars/337884-V-sem-e-Mihaila-Galustjana-rodilsja-ezhik&rct=j&frm=1&q=&esrc=s&sa=U&ved=0CBoQ9QEwAjhkahUKEwjDqt3soo_GAhXLiywKHT9YDhQ&usg=AFQjCNHHYMeHHjBxwfhFqBAHdMCS3TgXHg)