

ПРИЁМЫ МАССАЖА КИСТЕЙ И ПАЛЬЦЕВ РУК:

- ✓ **Поглаживание кисти руки с внешней и внутренней стороны лёгкими круговыми движениями;**

Взрослый надавливает большим пальцем своей руки на основание большого пальца ребёнка, на середину ладони, основания других пальцев.

- ✓ **Растирание ладоней движениями вверх-вниз;**

«Погреем ладошки»;

- ✓ **Массаж подушечек пальцев:**

Большой палец ставится на ноготь массируемого пальца, а остальные пальцы прижимают его подушечку снизу, разминая её.

- ✓ **Массаж фаланг пальцев:**

На каждую строку разминаяется один палец, начиная от ногтевой фаланги к основанию пальца

Вырос у нас чесночок, *указательный*

Перец, томат, кабачок, *средний*

Тыква, капуста, *безымянный*

картошка,

Лук и немного горошка *мизинец*

Овощи мы собирали, *мизинец*

Ими гостей угощали, *безымянный*

Квасили, ели, солили, *средний*

С дачи домой увозили. *указательный*

Прощай же на год, *большой палец*

Наш друг, огород! *большой палец*

левой руки

большой палец

правой руки



- ✓ **Массаж подушечек пальцев:**

Рука ребёнка лежит на столе ладонью вниз, пальцы разведены. Взрослый указательным пальцем по очереди прижимает каждый ноготь, «катая» на подушечке его вправо-влево.

Шёл медведь к своей берлоге, *мизинец*

Да споткнулся на дороге. *безымянный*

Видно очень мало сил *средний*

Я на зиму накопиль,- *указательный*

Так подумал и пошёл *большой*

Он на поиск диких пчёл. *большой*

Все медведи – сладкоежки, *указательный*

Любят есть медок без сешки. *средний*

А наевшись, без тревоги *безымянный*

До весны сонят в берлоге. *мизинец*

- ✓ **Массаж «Щелчки»:**

Рука ребёнка лежит на столе ладонью вниз, пальцы разведены.

Взрослый поднимает пальцы ребёнка по одному, затем отпускает.

Палец со стуком падает на стол, издавая щелчок.

На каждую строчку поднимают один палец, после 5-й строки – смена рук.

Поднял уши бурундук.

Он в лесу услышал звук:

Это что за громкий стук,

Тук да тук, тук да тук?

А пойдём, - сказал барсук

Сам увидишь этот трюк.

Это дятел сел на сук

И без крыльев, и без рук

Ищет он, где спрятан жук,-

Вот и слышен перестук!

- ✓ **Массаж мячиком - «ёжиком»:**

- массаж ладоней круговыми движениями мяча

«Гладила мама – ежиха ежат:

«Что за пригожие детки лежат!»

- Прокатывание мяча между растопыренными пальцами от большого пальца к мизинцу и обратно сначала одной, потом другой руки.



- ✓ **Массаж с прищепками: взрослый поочередно бельевой прищепкой «кусает» ногтевые фаланги ребёнка.**

Кусается сильно котёнок-глупыш,

Он думает - это не палец, а мышшь.

Но я же с тобою играю, малыш,

А будешь кусаться - скажу тебе

«Кыш!»

