

# **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.

**Речевой материал для самомассажа су-джок.**

## **1. Упражнения с использованием массажного шарика.**

### **Шарик**

Надуваем быстро шарик.

*Круговое вращение шарика вправо*

Он становится большой.

*между ладонями с увеличением  
радиуса.*

Вдруг шар лопнул,  
воздух вышел -

*Вращение в обратную сторону  
с уменьшением радиуса.*

Стал он тонкий и худой.

### **Слива**

Сливу я держу в руке,

*Зажать шарик в кулаке.*

Зажимаю в кулаке.

*Разжать, зажать.*

Разжимаю, зажимаю

И ладонями катаю.

*Покатать между ладонями.*

### **Компот**

Будем мы варить компот,

*Круговые вращения*

Фруктов много нужно. Вот:  
Будем яблоки крошить,  
Грушу будем мы рубить,  
Отожмем лимонный сок,  
Слив положим, сахарок.  
Варим, варим мы компот,  
Угостим честной народ.

*шарика между ладонями.*  
*Прокатывание шарика*  
*по каждому пальцу,*  
*начиная с мизинца*  
*(на каждую строчку)*  
*Круговые вращения*  
*шарика между ладонями.*

### **Ветер**

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.

*Прокатывания шарика между*  
*ладонями.*  
*Прокатывание шарика*  
*по каждому пальцу,*  
*начиная с мизинца*  
*(на каждую строчку)*  
*Круговые вращения*  
*шарика между ладонями.*

### **Коза**

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

*Медленное прокатывание шарика*  
*между ладонями.*  
*Быстрое прокатывание шарика*  
*между ладонями.*

### **Птицы**

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.

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

*Быстрое прокатывание шарика  
между ладонями.*

### **Машина каша**

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 – поросётам.  
Всю посуду заняла,  
Все до крошки раздала.

*Круговые вращения  
шарика между ладонями.*

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

*Круговые вращения  
шарика между ладонями.*

### **Ёлка**

Перед нами елочка:

*Круговые вращения  
шарика между ладонями.*

Шипечки, игопочки,  
Шарики, фонарики,  
Зайчики и свечки,  
Звезды, человечки.

*Прокатывание шарика  
по каждому пальцу,  
начиная с мизинца  
(на каждое слово)  
Круговые вращения  
шарика между ладонями.*

### **Месим тесто**

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

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

### **Колечко**

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

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

### **Машина**

Шла по улице машина,  
Шла машина без бензина,  
Шла машина без шофера,

*Прокатывание шарика  
по каждому пальцу,  
начиная с мизинца сначала по левой*

Без сигнала светофора,  
Шла, сама куда не зная,  
Шла машина заводная.

*руке, потом по правой  
(на каждые два слова).*

*Круговые вращения  
шарика между ладонями.*

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

### **Лесной дом**

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.

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

*«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*

*(1 мизинец – 2 мизинец, 1*

*безымянный – 2 безымянный...)*

*на каждое двусторонне.*

*Шагают по стулу*

*указательным и средним*

*пальцами обеих рук.*