

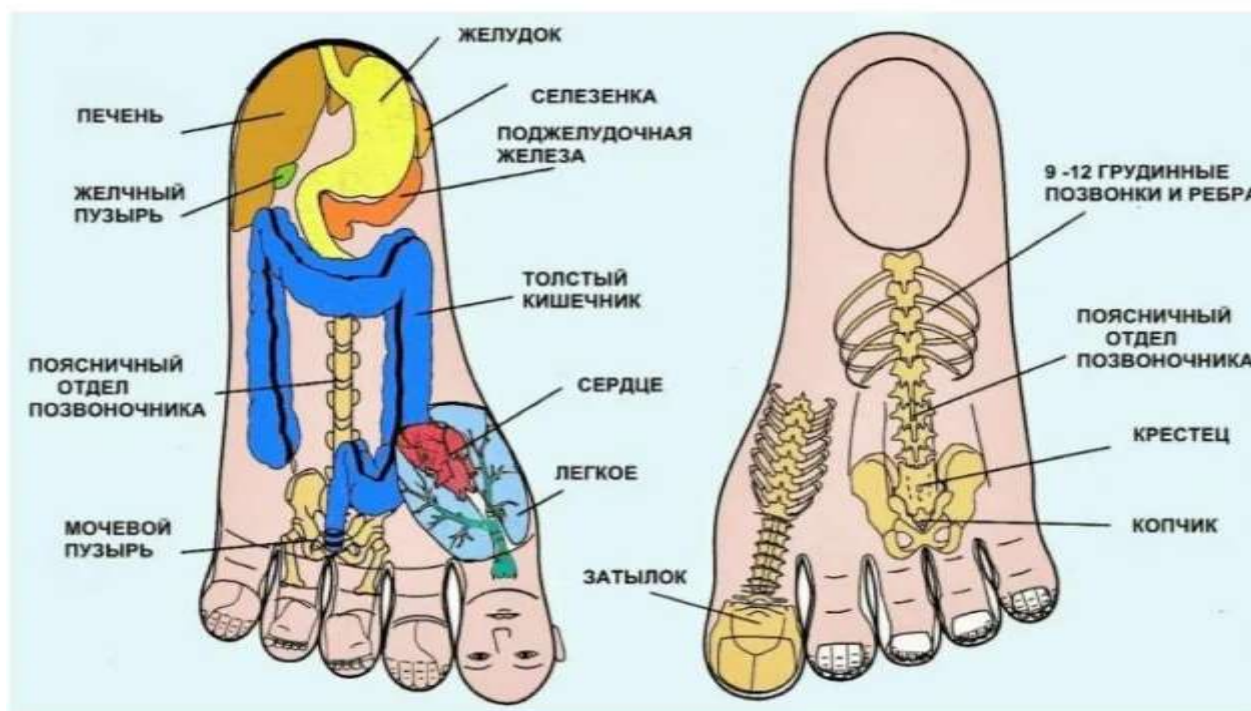
Картотека игровых упражнений с мячиками Су Джок.



Составила: Лебедева Н.А.,
воспитатель

Точки здоровья.

Су-Джок это метод точечного воздействия на кисть и стопу.



Цель: формирование речи посредством использования массажного мячика Су-Джок, воздействие на биологически активные точки кистей рук с помощью массажёра, при этом стимулируя речевые зоны коры головного мозга.

Комплексы упражнений с шариками «Су Джок»

Целью использования упражнений с шариком Су-Джок в работе педагога является воздействие на биологически активные точки, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

Этапы проведения Су – Джок терапии:

I этап. Знакомство детей с Су-Джок, правилами его использования.

II этап. Закрепление знаний в упражнениях, играх.

III этап. Самостоятельное использование шарика Су-Джок в соответствии с потребностями и желаниями.

Приёмы работы с шариком:

- - удерживать шарик на расправленной ладони каждой руки;
 - сжимать шарик в кулачок, надавливая 5-10 сек, а затем раскрывать ладонь, полностью разводя пальцы в стороны и удерживать в центре ладони 5-10 сек;
 - каждым пальчиком надавливать на иголки шарика каждой руки;
 - надавливать щепотью каждой руки на иголки шарика;
 - сжимать шарик кончиками пальцев каждой руки;
 - захватывать колючий шарик тремя пальчиками и стучать им по столу, двигаться по поверхности стола;
 - вращать шарик между ладонями по часовой и против часовой стрелки;
 - прокатывать шарик в ладонях вперед и назад, проходя всю поверхность кисти;
 - круговые движения шарика между ладонями;
 - перекатывание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони;
 - вращение шарика кончиками пальцев;
 - сжатие шарика между ладонями;
 - сжатие и передача из руки в руку;
 - подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями и т.д.
- Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой и т.д

Начинать следует с массажа колечками:

- на каждый палец поочередно надевать колечко и движениями вперед-назад передвигать его вдоль пальца.
- катать мячик между ладошками сначала в медленном, затем в быстром темпе.
- на счет до пяти сжимать мячик сначала в правой ладошке, затем в левой и, наконец, двумя ладошками.
- катать левой рукой по ладошке мячик вперед-назад сначала в медленном темпе, затем в быстром. Аналогично выполнять правой рукой.
- левую ладошку раскрыть и повернуть в сторону. По пять раз ударять мячиком по пальцам, начиная с большого, затем столько же раз по центру ладошки. То же самое выполнять правой рукой.
- мячик поочередно прикатить к пальцам левой руки под счет до пяти, начиная с большого. Дойдя до мизинца, вернуться к большому пальцу. То же самое выполнять с пальцами правой руки.
- осуществлять круговые движения мячиком по левой ладошке сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки под счет до пяти. Аналогичную

работу проводить с правой рукой.

- тыльную сторону руки положить на стол. Пальцы расставить в разные стороны. Мячик катать вперед-назад по каждому пальцу, начиная с большого. Дойдя до мизинца, аналогичными движениями вернуться к большому.

Работает сначала левая, затем правая ладошка.

- мячик положить на стол и удерживать правой рукой. Каждым пальцем левой руки, начиная с большого, с усилием нажимать на мячик. Упражнение повторить с пальцами правой руки.

- массажный мячик катать по столу вперед-назад под счет до пяти, затем пять раз ритмично нажимать ладошкой на мячик.

- удерживая мячик в правой руке, на счет до пяти выполнять вращательные движения кистью руки сначала против часовой стрелки, потом по часовой стрелке.

- массажный мячик положить на стол. Всеми пальцами правой руки ухватить его, поднять над столом, затем опустить на стол и разжать пальцы рук.

Упражнение повторить левой рукой, затем одновременно обеими руками.

- мячик удерживать в левой руке, раскрыв пальцы правой руки. Передать на весу мячик в правую руку и раскрыть пальцы левой руки. Упражнение повторить под счет до десяти сначала в горизонтальном, затем в вертикальном положении.

- поглаживающими движениями двигать мячик от центра ладошки к пальцам, затем от пальцев к центру ладошки сначала правой руки, затем левой.

- левую ладошку с собранными вместе пальцами удерживать на весу.

Проводить мячиком вперед-назад по тыльной стороне левой руки, потом правой.

- мячик удерживать в левой руке между большим и указательным пальцами.

Под счет до пяти сжимать его между пальцами. В ходе упражнения мячик удерживать и сжимать поочередно всеми пальцами руки.

- мячик положить на стол между двумя руками. Правой рукой поднять его над столом, опустить, положить правую руку рядом с мячиком. То же самое выполнить левой рукой. Упражнение выполнять сначала в медленном, затем быстром темпе.

- два мячика положить на стол. Обхватить первый мячик всеми пальцами правой руки, положив левую руку на второй мячик, растопырив пальцы.

Поднять правую руку с мячиком над столом, опустить, растопырив пальцы в стороны, придерживая ладошкой первый мячик. Далее обхватить второй мячик всеми пальцами левой руки, поднять над столом, опустить, растопырив пальцы в стороны, придерживая левой ладошкой мячик на столе. Упражнение выполнять в умеренном темпе, поочередно двигая правой и левой рукой.

- два мячика положить на стол. Ухватить левой рукой правый мячик за шипик, а правой рукой левый. Правую руку положить на левую. Переместить левый мячик в правую сторону, правый мячик — в левую. Повторить упражнение десять раз. Аналогичную работу проводить в положении, когда левая рука находится над правой.

- левую и правую руки положить на мячики, попеременно двигая ими вперед-назад. Далее вращать мячиками по кругу сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки. Пальцы рук растопыривать.

- каждым пальцем правой руки вращать мячик сначала по часовой стрелке, затем против часовой стрелки. Аналогичное упражнение выполнять пальцами левой руки. Далее вращательные движения осуществлять пальцами обеих рук в разных направлениях.

При выполнении упражнений с массажными мячиками важно соблюдать ряд требований:

- чередовать медленный и быстрый темп выполнения движений;
- соблюдать принцип «от простого к сложному» (сначала ребенок учится работать ведущей рукой, затем не ведущей и, наконец, обеими руками одновременно);
- перед выполнением упражнения показывать движения, сопровождая их словесной инструкцией;
- каждое упражнение давать в игровой форме (например, помочь Мишутке замесить тесто, собрать грибы, постирать одежду).

Обучение комплексу проводится в три этапа

I этап обучения

Все упражнения комплекса выполняются в исходном положении сидя.

1 упражнение

«Согреем свои ладошки до ощущения сильного жара». (Интенсивное растирание ладонных поверхностей кистей друг о друга).

Упражнение стимулирует работу всех органов и систем организма.

Выполняется не менее 2 раз в день.

2 упражнение

«Давайте нарисуем на большом пальце лицо человечка». А теперь побарабаним кончиками больших пальцев по столу, затем сильно разотрём кончики больших пальцев.

Упражнение стимулирует развитие головного мозга и интеллекта.

Выполняется не менее 2 раз в день.

II этап обучения

В комплекс к первым двум упражнениям включаем новые упражнения.

3 упражнение

«Разотрем ладошкой правой руки верхнюю (тыльную поверхность) левой ладошки». Акцент на растирание кончиков пальцев (зона соответствия зоны головы).

Выполняется не менее одного раза в день.

III этап обучения

В комплекс к первым трём упражнениям включаем новые упражнения.

4 упражнение

Выполняется с помощью специального массажного шарика.

Массируем все зоны и точки соответствия на ладонных поверхностях кистей.

Выполняется не менее 1 раза в день.

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ "СУ ДЖОК"

Игра - «Сорока – белобока»

Сорока белобока кашу варила, деток кормила. (Катаем массажный шарик по ладошке руки.)

Первого накормила, (Берем колечко, которое находится внутри шарика, и надеваем на большой палец. Спускаемся вниз, по пальцу и поднимаемся.)

Второго накормила, (Переходим на указательный палец и массируем его, так же как и предыдущий.)

Третьего накормила, (Переходим на средний палец.)

Четвертого накормила, (Переходим на безымянный палец.)

А вот пятого кормить не стала. (Переходим на мизинец.)

Ведь он дрова не рубил, (Начинаем сначала с большого пальца.)

Печку не топил, *(И продолжаем с каждым по очереди...)*
Воду не носил, Кашу не варил,
На стол не накрывал,
Вот и остался голодным – голодным – голодным. *(Убираем кольцо и берем шарик, быстро катая по ладошке.)*

Игра «Черепаша»

«Шла большая черепаха
И кусала всех от страха,
(Дети катают Су Джок между ладоней)
Кусь, кусь, кусь, кусь,
(Су Джок шарик сдавливают поочередно между большим пальцем и остальными пальцами руки. Упражнение проделывают сначала правой рукой, затем – левой.)
Никого я не боюсь»
(Дети катают шарик между ладонями.)

Игра «Ёжик»

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
На клубочек ты похож.
(Дети катают шарик между ладонями.)
На спине иголки
(Массажные движения большого пальца.)
Очень-очень колкие.
(Массажные движения указательного пальца.)
Хоть и ростом ёжик мал,
(Массажные движения среднего пальца.)
Нам колючки показал,
(Массажные движения безымянного пальца.)
А колючки тоже
(Массажные движения мизинца.)
На ежа похожи. *(Дети катают су джок между ладонями.)*

Игра «Мальчик-пальчик»

- Мальчик-пальчик,
Где ты был?
(Надеваем кольцо су джок на большой палец.)
- С этим братцем в лес ходил,
(Надеваем кольцо су джок на указательный палец.)
С этим братцем щи варил,
(Надеваем кольцо су джок на средний палец.)
С этим братцем кашу ел,
(Надеваем кольцо су джок на безымянный палец.)
С этим братцем песни пел.
(Надеваем кольцо су джок на указательный палец.)

Игра «Чудесный шарик»

(Выполняем движения в соответствии с текстом)
Этот шарик непростой, - *(любимся шариком на левой ладошке)*
Он колючий, вот какой. - *(накрываем правой ладонью)*
Будем с шариком играть - *(катаем шарик горизонтально)*

И ладошки согревать.
Раз катаем, два катаем - (катаем шарик вертикально)
И ладошки согреваем.
Раз катаем, два катаем - (катаем шарик горизонтально)
И ладошки согреваем.
Катаем, катаем, катаем - (катаем шарик вертикально)
Сильней на шарик нажимаем.
Как колобок мы покатаем, - (катаем шарик в центре ладошки)
Сильней на шарик нажимаем.
(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)
В ручку правую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.
(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)
В ручку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Раз сжимаем, два сжимаем
Шарик мы не выпускаем.
(Выполняем движения в соответствии с текстом)
Мы положим шар на стол
И посмотрим на ладошки,
И похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки.
Мы немного отдохнём,
Заниматься мы начнём.

Сказка «Ёжик на прогулке»

Жил - да был ёжик в лесу, в своем домике-норке (зажать шарик в ладошке).

Выглянул ёжик из своей норки (раскрыть ладошки и показать шарик) и увидел солнышко. Улыбнулся ёжик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером) и решил прогуляться по лесу. Покатился ёжик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик), катился-катился и прибежал на красивую, круглую полянку (ладошки соединить в форме круга). Обрадовался ёжик 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 ёжик под большой грибок (ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним) 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 ёжику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много: как понесет их ёжик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ёжик грибочки на иголки (каждый кончик пальчика потыкать шипиком шарика) и довольный побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Волшебный ёжик»

У меня волшебный ёжик! Посмотри! Шарик лежит на ладошке
Нет ни головы, ни ножек! Раз, два, три! Прокатываем между ладоней

горизонтально Он по пальчикам бежит! Раз, два, три, четыре, пять! *Правой рукой прокатываем от ладони вдоль каждого пальчика левой руки*
По дорожкам не спешит! Раз, два, три, четыре, пять! *Левой рукой прокатываем от ладони вдоль каждого пальчика правой руки*
На полянке он играет! *Перекладываем с одной руки на другую*
И ладошки согревает! *Прокатываем между ладонями вертикально*
В руку правую возьму, крепко ежика сожму! Раз, два, три, четыре, пять! *Сжимаем шарик правой рукой, держим под счет*
В руку левую возьму, крепко ежика сожму! Раз, два, три, четыре, пять! *Сжимаем шарик левой рукой, держим под счет*
А устанет он немножко, положу его в лукошко! *Руки в виде лукошка*
Ежика обнимем дружно, пальчики прижать нам нужно! Раз, два, три, четыре, пять! *Пальцами правой руки «щепоткой» сжимаем шарик под счет*
И в другую руку взяли, крепко ежика обняли! Раз, два, три, четыре, пять! *Пальцами левой руки «щепоткой» сжимаем шарик под счет*
Наш волшебный, умный ежик пальчикам всегда поможет! *Прокатываем между ладонями горизонтально*
Будем с ежиком дружить и красиво говорить! *Прокатываем между ладонями вертикально*

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Слива»

Сливу я держу в руке,
Зажимаю в кулаке,
Отпускаю, разжимаю
И ладошками катаю. Н. Нищева
(Кладут мячик на правую ладошку. Крепко сжимают его. Раскрывают ладонь. Катают мячик между ладонями.)

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Шарик»

Этот шарик непростой, -
Он колючий, вот какой. —
Будем с шариком играть —
И ладошки согревать.
Раз катаем, два катаем —
Сильней на шарик нажимаем.
Как колобок мы покатаем, -
Сильней на шарик нажимаем.
В руку правую возьмём,
В кулачок его сожмём.
В руку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.
Мы положим шар на стол
И посмотрим на ладошки,
И похлопаем немножко,
Потрясём свои ладошки.
(Любуемся шариком на левой ладошке накрываем правой ладонью катаем шарик горизонтально катаем шарик вертикально катаем шарик в центре ладошки Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке Выполняем движения в соответствии с текстом.)

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Дорожка»

Кольцо на пальчик надеваю. И по пальчику качу. Здоровья пальчику желаю,
Ловким быть его учу. Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Я мячом круги катаю,
Взад-вперед его гоняю,
Им поглажу я ладошку,
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка.
Каждым пальцем мяч прижму
И другой рукой начну.

Дети катают мячик ладонью по столу. Надавливают пальчиками на иголки. Выполняют движения в соответствии с текстом

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Колечко»

Чтоб здоров был пальчик наш,
Сделаем ему массаж.
Посильнее разотрем
И к другому перейдем.
Мы колечки надеваем,
Пальцы наши украшаем,
Надеваем и снимаем,
Пальцы наши упражняем.
Будь здоров, ты пальчик мой,
И дружи всегда со мной.
Кольцо на пальчик надеваю,
Вниз и вверх его качу,
Здоровья пальчику желаю.
Ловким быть его учу. *Выполняем движения в соответствии с текстом*

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Раз – два – три – четыре – пять»

Раз – два – три – четыре – пять,
Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

Разгибать пальцы по одному Поочередно надевать массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Малыши»

Этот малыш-Илюша,
Этот малыш-Ванюша,
Этот малыш-Алеша,
Этот малыш-Антоша,
А меньшего малыша
зовут Мишуткою друзья.
Эта малышка-Танюша,

Эта малышка-Ксюша,
Эта малышка-Маша,
Эта малышка-Даша,
А меньшую зовут Наташа.

На правой руке: на большой палец, указательный, средний, безымянный, мизинец. На левой руке: на большой палец, указательный, средний, безымянный, мизинец. Поочередно надевать массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «На полянке»

На поляне, на лужайке
Целый день скакали зайки.

И катались по траве,
От хвоста и к голове.

Долго зайцы так скакали,
Но напрыгались, устали.

Мимо змеи проползали,
«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать.

*Катать шарик между ладонями,
прыгать по ладошке шаром,
катать вперед – назад,*

*прыгать по ладошке шаром,
положить шарик на ладошку,
вести по ладошке,*

гладить шаром каждый палец

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Овощи»

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,

Вот пузатый кабачок положила на бочок,

Перец и морковку уложила ловко,

Помидор и огурец. Наша Зина – молодец!

Дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик Дети одевают колечко на пальцы, начиная с большого. Показывают большой палец.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Фрукты»

Этот пальчик – апельсин,

Он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива,

Вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос,

Высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша,

Просит: «Ну – ка, скушай!»

Этот пальчик – ананас,

Фрукт для вас и для нас.

Дети поочередно разгибают пальчики из кулачка, одевая колечко. Дети катают шарик по ладошке.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Грибы»

Я корзинку в лес беру,

Там грибы я соберу.

Удивляется мой друг:
«Сколько здесь грибов вокруг!»

Дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик.

Показывают удивление, разводят руки в стороны.

Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок, Поочередно одевают колечко на пальчики,
Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть! начиная с мизинца правой руки.
Рыжики, волнушки найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой, все грибы несусь с собой.
А мухомор не понесу, пусть останется в лесу! Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Поздняя осень»

Солнышко греет уже еле – еле,
Перелетные птицы на юг улетели,
Голы деревья, пустынные поля,
Первым снежком принакрылась земля.
Река покрывается льдом в ноябре –
Поздняя осень стоит на дворе.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Ягоды»

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,
Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника -
Запомнил ягоды я наконец. Что это значит? Я – молодец!
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Поднимают плечи, удивляются. Большой палец вытягивают вперед.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Мебель»

Мебель я начну считать.
Кресло, стол, диван, кровать,
Полка, тумбочка, буфет,
Шкаф, комод и табурет.
Вот сколько мебели назвал.
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Одежда»

Постираю чисто, с толком
Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,
А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.
Вот устали мои руки!
Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку. Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Встряхивают обе руки.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Посуда»

Девочка Иринка порядок наводила.
Девочка Иринка кукле говорила:
«Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в масленке,
Хлебушек должен быть в хлебнице,
А соль, конечно, в солонке!»
Дети катают Су – Джок между ладонями. Поочередно одевают колечко на

пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Дикие животные»

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,
Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.
Только зайнышке не спится – убегает от лисицы.
Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Новый год»

Праздник приближается,
Елка наряжается.
Мы развешали игрушки:
Бусы, шарики, хлопушки.
А здесь фонарики висят,
Блеском радуют ребят.
Дети катают Су – Джок между ладонями. Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Зимние забавы»

Что зимой мы любим делать:
В снежки играть, на лыжах бегать,
На коньках по льду кататься,
Вниз с горы на санках мчаться.
Дети катают Су – Джок между ладонями. Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Транспорт»

Будем мы с тобой играть,
Будем транспорт называть –
Автомобиль и вертолет,
Трамвай, метро и самолет,
Пять пальцев мы в кулак зажмем,
Пять видов транспорта мы назовем.
Дети катают Су – Джок между ладонями. Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки. Дети сжимают пальцы в кулачок.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Животные жарких стран»

За мамой слонихой шагает слоненок,
За крокодилицей – крокодиленок,
За львицей шагает маленький львенок,
За верблюдицей бежит верблюжонок,
За зеброй спешит полосатый зебренок,
За кем же торопится каждый ребенок?
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Животные Севера»

Тепы – тяпы, тепы – тяпы,

Это ласты, а не лапы.
У тюленей ласты эти
Носят мамы, папы, дети.
Дети катают Су – Джок между ладонями

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Дикие животные весной»

Это зайчонок, Это бельчонок,
Это лисенок, Это волчонок,
А это спешит, ковыляет спросонок
Бурый, мохнатый, Смешной медвежонок.
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Домашние птицы»

Есть у курицы цыпленок,
У гусыни есть гусенок,
У индюшки – индюшонок,
А у утки есть утенок.
У каждой мамы малыши
Все красивы, хороши!
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Домашние животные»

Довольна корова своими телятами,
Овечка довольна своими ягнятами,
Кошка довольна своими котятами,
Кем же довольна свинья. поросятами!
Довольна коза своими козлятами,
А я довольна своими ребятами!
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Перелетные птицы»

Тили – тели, тиле – тели,
С юга птицы прилетели!
Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко.
Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей.
Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –
Все вернулись, прилетели,
Песни звонкие запели! *Дети катают Су – Джок между ладонями.*
Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Подводный мир»

Посмотри скорей вокруг!
Что ты видишь, милый друг.
Здесь прозрачная вода,
Плывет морской конек сюда,
Вот медуза, вот кальмар,

Это рыба шар.

А вот расправив восемь ног,

Гостей встречает осьминог.

Дети катают Су – Джок между ладонями. Поочередно одевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пальчиковая гимнастика с самомассажем «Насекомые»

Дружно пальчики считаем – насекомых называем.

Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зеленым брюхом.

Это кто же тут звенит, Ой, сюда комар летит!

Дети катают Су – Джок между ладонями