



Картотека

**пальчиковых игр с использованием шарика - массажера
и эластичных колец Су – Джок
в старшей и подготовительной группе**

**МАССАЖЕР МЕДИЦИНСКИЙ
В КОМПЛЕКТЕ С ДВУМЯ МЕТАЛЛИЧЕСКИМИ
КОЛЬЦЕВЫМИ ПРУЖИНАМИ
“МАССАЖНЫЙ ШАРИК”
(СУ ДЖОК ТЕРАПИЯ)**



Су - кисть. Джок - стопа.
Системы соответствия органов тела на кистях и стопах - это “дистанционное управление”, созданное для того, чтобы человек мог поддерживать себя в состоянии здоровья с помощью воздействия на определённые точки.
Су Джок терапия - это высокая эффективность, безопасность и простота. С помощью колец удобно массировать пальцы - это оказывает благотворное влияние на весь организм.

Пальчиковая игра «Черепаша» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла большая черепаха (дети катают Су-Джок между ладоней)
И кусала всех от страха,
Кусь, кусь, кусь, кусь, (Су-Джок между большим пальцем и
остальными, которые ребенок держит
«щепоткой»). Надавливают ритмично на
Су Джок, перекладывая из руки в руку).
Никого я не боюсь. (дети катают Су-Джок между ладоней).

Пальчиковая игра «Ёжик» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
на клубочек ты похож. (дети катают Су-Джок 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)

Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик» (с массажными кольцами)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

- 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).

Пальчиковая игра с шариком Су - Джок

Описание: Движения шарика выполняются в соответствии с текстом.

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.

Массаж пальцев эластичным кольцом

Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

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

Массаж пальцев эластичным кольцом

Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

На правой руке:
Этот малыш-Илюша, (прокатить по большому пальцу)
Этот малыш-Ванюша, (прокатить по указательному пальцу)
Этот малыш-Алеша, (прокатить по среднему пальцу)
Этот малыш-Антоша, (прокатить по безымянному пальцу)
А меньшего малыша зовут Мишуткою, друзья. (прокатить по мизинцу)

На левой руке:
Эта малышка-Танюша,
Эта малышка-Ксюша, (движения те же)
Эта малышка-Маша,
Эта малышка-Даша,
А меньшую зовут Наташа.

Пальчиковая игра с шариком Су - Джок

Описание: Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.

Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?

Упражнение с шариком Су – Джок

Описание: Воспитатель берет 2 массажных шарика и проводит ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх), делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!
Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит шарики ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

Пальчиковая игра «Зайки на лужайке» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

На поляне, на лужайке (катать шарик между ладонями)
Целый день скакали зайки. (прыгать по ладошке шаром)
И катались по траве, (катать вперед – назад)
От хвоста и к голове.
Долго зайцы так скакали, (прыгать по ладошке шаром)
Но напрыгались, устали. (положить шарик на ладошку)
Мимо змеи проползали, (вести по ладошке)
«С добрым утром!» - им сказали.
Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать. (гладить шаром каждый палец)

Пальчиковая игра «Медведи» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла медведица спросонок, (шагать шариком по руке, надавливая)
А за нею – медвежонок. (шагать тихо шариком по руке)
А потом пришли детишки, (шагать шариком по руке в быстром темпе)
Принесли в портфелях книжки.
Стали книжки открывать, (нажимать шариком на каждый палец)
И в тетрадочках писать.

Пальчиковая игра «Ёжик на дорожке» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

| | |
|----------------------------|---|
| По тропинке, по дорожке | (катаем шарик по ладони) |
| Топают к нам чьи-то ножки. | («Топаем» шариком по ладони) |
| Это ёж – колючий бок, | (Показать шарик на развернутой ладони) |
| По грибам большой знаток! | (Надавить на каждый пальчик поочередно) |

Пальчиковая игра «Колючий ежик» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Катиться колючий ёжик (круговые движения шариком между ладонями).
Нет ни головы, ни ножек.
По ладошке бежит,
И пытит, пытит, пытит.

Мне по пальчикам бежит
И пытит, пытит, пытит.
Бегаёт туда, сюда,
Мне щекотно да, да, да. (движения шариком по пальцам).

Уходи, колючий ёж
В тёмный лес, где ты живёшь! (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев).

Пальчиковая игра «Орешки для белочки» (с шариком)

Описание: Движения выполняются в соответствии с текстом.

В руки я орех возьму,
И немного покручу.
Так, так и вот так.
Я орешек покручу.
Между пальцев положу,
И вот так его держу.
Так, так, и вот так
Между пальцев положу.
Я в ладошку положу,
Крепко я его сожму.
Не разбил орешек сам,
Белке я его отдам.

Пальчиковая игра «Ёжик маленький» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик маленький замерз
и в клубок свернулся. *(крепко сжать шарик ладонью)*

Солнце ежика согрело,
Ёжик развернулся. *(открыть ладонь и показать шарик)*

Массаж пальцев эластичным кольцом «Лесные звери»

Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот. *(поочередно надеваем кольцо на каждый палец)*

На зеленый, на лужок

Приходи и ты, дружок! *(катаем шарик по ладошке)*

Пальчиковая игра «Игрушки» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

На большом диване в ряд *(поочередно катаем шарик к каждому пальчику, начиная с большого)*

Куклы Катины сидят:
Два медведя, Буратино,
И веселый Чиполлино,
И котенок, и слоненок.

Раз, два, три, четыре, пять *(надавливаем шариком на кончики пальцев)*
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.

Пальчиковая игра «Мячик - ёжик» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

| | |
|----------------------------|--------------------------------------|
| Ежик колет нам ладошки, | (катаем шарик в разных направлениях) |
| Поиграем с ним немножко. | |
| Ежик нам ладошки колет – | (шариком ударяем по ладошке) |
| Ручки к школе нам готовит. | |
| Мячик-ежик мы возьмем, | (подбрасываем мячик вверх) |
| Покатаем и потрем. | (прокатываем между ладошек) |
| Вверх подбросим и поймает, | (опять подбрасываем мячик) |
| И иголки посчитаем. | (пальчиками мнем иголки мячика) |
| Пустим ежика на стол, | (кладем мячик на стол) |
| Ручкой ежика прижмем | (ручкой прижимаем мячик) |
| И немножко покатаем... | (катаем мячик по столу) |
| Потом ручку поменяем | (меняем руки) |

Массаж пальцев эластичным кольцом «Пальчики»

Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Этот пальчик — в лес пошёл,
Этот пальчик — гриб нашёл,
Этот пальчик — занял место,
Этот пальчик — ляжет тесно,
Этот пальчик — много ел,
Оттого и растолстел.

Массаж пальцев эластичным кольцом «Моя семья»

Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Этот пальчик — дедушка,
Этот пальчик — бабушка,
Этот пальчик — папенька,
Этот пальчик — маменька,
Этот пальчик — я,
Вот и вся моя семья!

Массаж пальцев эластичным кольцом «Работники»

Описание: Дети поочередно прокатывают массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Ивану-большому — дрова рубить,
Ваське-указке — воду носить,
Мишке-среднему — печку топить,
Гришке-сиротке — кашу варить,
А крошке Тимошке — песенки петь,
Песни петь и плясать,
Родных братьев потешать.

Пальчиковая игра «Домик» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

В этом домике пять этажей: (катаем шарик по ладони)
На первом живет семейство ежей, (надавливаем поочередно на каждый пальчик)

На втором живет семейство зайчат,
На третьем - семейство рыжих бельчат,
На четвертом живет с птенцами синица,
На пятом сова - очень умная птица.
Ну, что же, пора нам обратно спуститься:
На пятом сова,
На четвертом синица,
Бельчата на третьем,
Зайчата - втором,
На первом ежи, мы еще к ним придем.

Пальчиковая игра «Орехи» (с шариком)

Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Мы научимся орехи

Между пальцами катать.

(Дети катают шарик между пальцами сначала одной руки, потом другой).

Это в школе нам поможет

Буквы ровные писать.