

Управление образования
администрации городского округа Солнечногорск
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«ДЕТСКИЙ САД

№14»

МО 141570 Солнечногорский район
пгт. Менделеево,
ул.Куйбышева, д.14-15

8-495-546-33-87
8-495-546-36-69
mend.school.1@mail.ru

Су - Джок терапия в работе логопеда

Картотека игр

учитель-логопед Смагина Н.Г.
МБДОУ № 14
пгт Менделеево

Массаж специальным шариком, эластичным кольцом

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

Массаж эластичным кольцом помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, способствуя развитию речи.

Кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Картотека игр по Су-Джок терапии

1. Массаж Су – Джок шарами

дети повторяют слова и выполняют действия с шариком 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.

2. Массаж пальцев эластичным кольцом.

Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики

Раз – два – три – четыре – пять, *разгибать пальцы по одному*
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.

3. Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков.

ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш

На правой руке:

| | |
|--------------------|-------------------------|
| Этот малыш-Илюша, | <i>на большой палец</i> |
| Этот малыш-Ванюша, | <i>указательный</i> |
| Этот малыш-Алеша, | <i>средний</i> |
| Этот малыш-Антоша, | <i>безымянный</i> |
| А меньшего малыша | <i>мизинец</i> |

зовут Мишуткою друзья.

На левой руке:

| | |
|-------------------------|-------------------------|
| Эта малышка-Танюша, | <i>на большой палец</i> |
| Эта малышка-Ксюша, | <i>указательный</i> |
| Эта малышка-Маша, | <i>средний</i> |
| Эта малышка-Даша, | <i>безымянный</i> |
| А меньшую зовут Наташа. | <i>мизинец</i> |

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?

4. Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий

Упражнение «**Один-много**».

Логопед катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе.

Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.

Аналогично упражнения «**Назови ласково**», «**Скажи наоборот**»

5. Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания

1. Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.;
2. Ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

6. Использование шариков для звукового анализа слов

Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.

7. Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов

На столе коробка, по инструкции логопеда ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зеленый – около коробки; Затем наоборот, ребенок должен описать действие взрослого.

8. Использование шариков для слогового анализа слов

Упражнение «**Раздели слова на слоги**»: Ребенок называет слог и берет по одному шарик из коробки, затем считает количество слогов.

Упражнение «Ударный слог»

Берём 2 массажные шарика и проводим 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 их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

Упражнение «Колючий ёжик»

Массаж подушечек пальцев рук, можно с проговариванием слогов.

Упражнение «Пружинки»

Одеваем пружинку на каждый палец обеих рук поочередно, придумывая слова с заданным звуком.

Упражнение «Кочки»

Раскручиваем шарик и делаем кочки. Дифференцируем звуки, проходя по кочкам (в слогах и словах).

КАРТОТЕКА ИГР

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Сказка «Ежик на прогулке»

| | |
|--|---|
| Жил да был ежик в лесу, в своем домике - норке | <i>зажать шарик в ладошке</i> |
| Выглянул ежик из своей норки и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку и решил прогуляться по лесу. | <i>раскрыть ладошки и показать шарик улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером</i> |
| Покатился ежик по прямой дорожке | <i>прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик</i> |
| катился - катился и прибежал на красивую, круглую полянку | <i>ладошки соединить в форме круга</i> |
| Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке | <i>зажимать шарик между ладошками</i> |
| Стал цветочки нюхать | <i>прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох</i> |
| Вдруг набежали тучки | <i>зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться</i> |
| и закапал дождик: кап-кап-кап | <i>кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика</i> |
| Спрятался ежик под большой грибок | <i>ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним</i> |
| и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб. | <i>показать пальчики</i> |
| Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много ... как понесет их ежик? Да, на своей спинке. | <i>каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика</i> |
| Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки | |
| и довольный побежал домой | <i>прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик</i> |

«На поляне, на лужайке»

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

«Медведица»

Шла медведица спросонок,
А за нею – медвежонок.
А потом пришли детишки,
Принесли в портфелях книжки.
Стали книжки открывать
И в тетрадочках писать.

*шагать шариком по руке
шагать тихо шариком по руке
шагать шариком по руке
нажимать шариком на каждый палец*

«Иголки»

Ребенок катает щетку между ладонями, приговаривая:

*“У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки.
Но еще сильнее, чем ельник,
Вас уколет можжевельник”.*

«Осень»

Дождик, дождик озорной,
Поиграть пришёл со мной.
Капли весело стучат
Кап-кап-кап.
Листья кружатся, летят,
С ветром поиграть хотят.
Осень в гости к нам пришла.
Непогоду привела.

*Катаем мяч между ладонями круговыми
движениями.
Сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.
Катаем мяч круговыми движениями между
ладонями.
Энергично сжимаем мяч обеими руками.*

Упражнение «Дождик»

Дождик по лесу гулял,
Дождик песню напевал:
Кап-кап, кап-кап-кап.
Всё не кончится никак.

*Катаем мяч между ладонями круговыми
движениями.
Энергично сжимаем мяч то в правой, то в
левой руке*

Упражнение «В саду»

Это спелый абрикос.
Он в саду на ветке рос.
В сад с корзиной мы пойдём,
Яблок спелых мы наберём.
Не ленись, и помогай,
Собрать нам урожай.

*Энергично сжимаем мяч обеими руками.
Катаем мяч между ладонями движениями
вверх-вниз.
Катаем мяч между ладонями круговыми
движениями.*

Упражнение «Урожай»

В огороде много дел.
Урожай у нас поспел.
Помидор и кабачок,
Перец, лук и чесночок.
Свекла, репа, редька, лук.
Много овощей вокруг!

*Катаем мяч по поверхности стола
круговыми движениями.
Попеременно сжимаем мяч то в правой, то
в левой руке.
Энергично сжимаем мяч обеими руками.*

Упражнение «Колобок»

Пироги испечь хочу.
Руками тесто замешу.
Посильнее разомну.
В колобок превращу.
Испеку я колобок.
Колобок румяный бок.

*Энергично сжимаем мяч обеими руками.
Катаем мяч по поверхности стола или
между ладонями круговыми движениями.*

Упражнение «Каравай»

Месим, месим тесто,
Есть в печурке место.
Испечём мы каравай
Перекладывай, валяй.

*Энергично сжимаем мяч обеими руками.
Перекладываем то в левую руку, то в правую
руку*

Упражнение «Мои руки»

В руки мячик я возьму.
Посильней его сожму.
Это – правая рука,
Это – левая рука.
Знаю я наверняка.

Движения соответствуют тексту.

Упражнение «Овощи»

У девочки 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.*

Упражнение «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.

Упражнение «Грибы»

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.
Удивляется мой друг.
«Сколько здесь грибов вокруг!»
Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок,
Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки
пусть!
Рыжики, волнушки найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой, все грибы несусь с собой.
А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!

Дети делают ладошку «корзиночкой» и катают шарик.

Показывают удивление, разводят руки в стороны

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.

Упражнение «Поздняя осень»

Дети катают Су – Джок между ладонями.

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.

Упражнение «Ягоды»

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,
Малина, клубника, шиповник, смородина и
земляника
Запомнил ягоды я наконец. Что это значит?
Я – молодец!

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

*Поднимают плечи, удивляются
Большой палец поднимают вверх.*

Упражнение «Мебель»

Мебель я начну считать.
Кресло, стол, диван, кровать,
Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.
Вот сколько мебели назвал.

*Поочередно надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Встряхивают обе руки.

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Упражнение «Дикие звери зимой»

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до
весны проспит,
Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.
Только зайныке не спится – убегает от лисицы.
Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.

*Поочередно надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Упражнение «Новый год»

Праздник приближается, ёлка наряжается.
Мы развешали игрушки: бусы, шарик, хлопушки.
А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.

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

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Упражнение «Транспорт»

Будем мы с тобой играть, будем транспорт
называть
Автомобиль и вертолет, трамвай, метро и
самолет,
Пять пальцев мы в кулак зажем,
Пять видов транспорта мы назовем.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

*Поочередно надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Дети сжимают пальцы в кулачок.

Упражнение «Животные жарких стран»

За мамой слонихой шагает слоненок,
За крокодилихой – крокодиленок,
За львицей шагает маленький львенок,
За верблюдицей бежит верблюжонок,
За зеброй спешит полосатый зебренок,
За кем же торопится каждый ребенок?

*Поочередно надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки*

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Упражнение «Животные Севера»

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Тепы – тяпы, тепы – тяпы,

Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети.

Упражнение «Дикие животные весной»

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Это зайчонок, это бельчонок, это лисенок, это волчонок,

А это спешит, ковыляет спросонок бурый, мохнатый,

Смешной медвежонок.

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Упражнение «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 надевают колечко на пальчики,
начиная с мизинца правой руки.*

Упражнение «Насекомые»

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Дружно пальчики считаем – насекомых называем.
Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зеленым брюхом.
Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!

Упражнение «Еж»

Берём 2 массажные шарика и проводим 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 их ладошками со словами:
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

Упражнение «Зайцы»

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

Упражнение «Помощники»

| | |
|-----------------------------|---|
| Вот помощники мои | <i>показать пальцы</i> |
| Вот помощники мои. | |
| Их, как хочешь поверни. | <i>шариком провести по руке, до локтя</i> |
| По дорожке белой, гладкой | |
| Скачут пальцы, как лошадки. | |
| Чок, чок, чок, | <i>повторить с другой рукой</i> |
| Чок, чок, чок – | |
| Скачет резвый табунок. | |

Упражнение «На лужок»

| | |
|--------------------------|---|
| На лужок пришли зайчата, | <i>поочередно надеваем кольцо на каждый</i> |
| Медвежата, барсучата, | <i>палец</i> |
| Лягушата и енот. | |
| На зеленый ты лужок | <i>катаем шарик по ладошке</i> |
| Приходи и ты, дружок | |

Упражнение «Капустка»

| | |
|---------------------------|--|
| Мы капустку рубим, рубим, | <i>ребром ладони стучим по шарик</i> |
| Мы капустку солим, солим, | <i>подушечками пальцев трогаем шарик</i> |
| Мы капустку трем, трем | <i>потираем ладошками о шарик</i> |
| Мы капустку жмем, жмем. | <i>сжимаем шарик в кулачке</i> |

Упражнение «Рыбки»

| | |
|--------------------------|---|
| Рыбки весело резвятся | <i>перекидывать шарик из руки в руку</i> |
| В чистой тепленькой воде | |
| То сожмутся, разожмутся, | <i>сжимать, разжимать шарик в кулачке</i> |
| То зароятся в песке, | |

Упражнение «Игрушки»

поочередно катаем шарик Су Джок к каждому пальчику, начиная с большого

На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
Два медведя, Буратино,
И веселый Чиполлино,
И котенок, и слоненок.
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.

Упражнение «Черепаша»

Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла большая черепаха
И кусала всех от страха,
Кусь, кусь, кусь, кусь,
Кусь, кусь, кусь, кусь,

Никого я не боюсь.

дети катают Су- Джок между ладонями

*Су- Джок между большим пальцем и
остальными, которые ребенок держит
«щепоткой». Надавливают ритмично на Су-
Джок, перекладывая из руки в руку.*

дети катают Су- Джок между ладонями

Упражнение «Ёжик»

Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
на клубочек ты похож.
На спине иголки
очень-очень колкие.
Хоть и ростом ёжик мал,
нам колючки показал,
А колючки тоже
на ежа похожи

дети катают Су- Джок между ладонями

*массажные движения большого пальца
массажные движения указательного пальца
массажные движения среднего пальца
массажные движения безымянного пальца
массажные движения мизинца
дети катают Су -Джок между ладонями*

Упражнение «Руки»

Эта ручка – правая
Это ручка – левая
Я на мячик нажимаю
И зарядку делаю:
Будет сильной правая
Будет сильной левая
Будут ручки у меня – ловкие,
умелые.

*Шарик на правой ладони
Шарик на левой ладони
Зажать шарик между ладонями*

*Сжать в правом кулаке
Сжать в левом кулаке
Катать мячик между ладонями*

Упражнение «Разминка»

| | |
|---|--|
| Мячик сильно пожимаю И ладошку поменяю. «Здравствуй, мой любимый мячик!» Скажет утром каждый пальчик. | <i>Сжимать мячик правой рукой, затем левой Удерживать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем.</i> |
| Крепко мячик обнимает, Никуда не выпускает. Только брату отдает: Брат у брата мяч берет. | <i>Крепко сжать мяч указательным и большим пальцем. Передать мяч, удерживаемый большим и указат. пальцами, в соответствующие пальцы левой руки.</i> |
| Два козленка мяч бодали И другим козлятам дали. По столу круги катаю, Из-под рук не выпускаю. Взад-вперед его качу; Вправо-влево — как хочу. Танцевать умеет танец На мяче мой каждый палец. | <i>Удерживать указательными пальцами пр. и лев. руки мяч. Затем средними пальцами и т. д. Катать мяч ладошкой правой руки вправо- влево, назад – вперед. Катать мяч кончиками пальцами правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем.</i> |
| Мячик пальцем разминаю, Вдоль по пальцам мяч гоняю. Мячик мой не отдыхает — Между пальцами гуляет. | <i>Катать мяч всей длинной пальцев правой руки. Удерживать мяч между указательным и средним пальцами, средним и безымянным пальцами, безымянным и мизинцем.</i> |
| Поиграю я в футбол И забью в ладошку гол. Ладонками отбивать мяч. Сверху левой, снизу правой Я его катаю — браво. Поверну, а ты проверь — Сверху правая теперь! | <i>Левой ладошкой катать мяч по правой ладони. Правой ладошкой катать мяч по левой ладони.</i> |

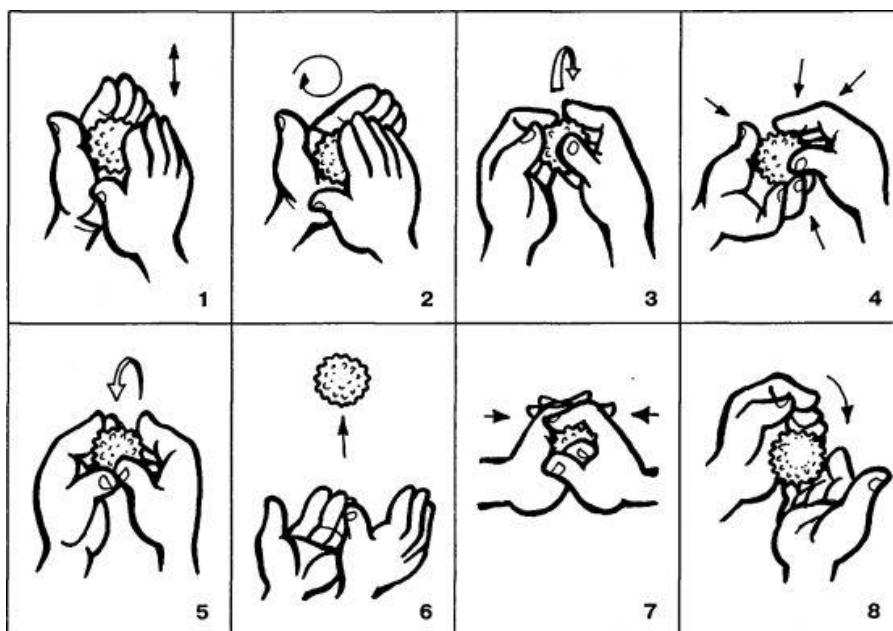
Упражнение «Самомассаж шариком Су-джок»

1, 2, 3, 4, 5!
Буду шарик я катать.
По ладошке прокачу
И ее пощекочу.
Шар по кругу я катаю
И ладошку разминаю.
И по пальцам прокачу
Каждый я пощекочу.
Вверх-вниз, вверх-вниз,
Шар по пальчику катись.
Сильно шарик я сожму,
Подержу и разожму.

Упражнение «Массаж ладоней»

Ежик колет нам ладошки,
Поиграем с ним немножко.
Если будем с ним играть —
Ручки будем развивать.
Ловкими станут пальчики,
Умными — девочки, мальчики.
Ежик нам ладошки колет,
Руки нам готовит к школе.

Упражнения из книги Ермаковой И. А. "Развиваем мелкую моторику малышей"



1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку)
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз)
5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку)
6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его.
7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

Литература:

1. Т. А. Воробьева, О. И. Крупенчук. Мяч и речь. — СПб.: Дельта, 2001. — 96 с.
2. Ермакова И. А. Развиваем мелкую моторику у малышей. — СПб: Изд. дом «Литера», 2006.