**МБДОУ ПГО «Пышминский детский сад №3»**

**Сборник**

**упражнений с использованием шарика**

 **Су- Джок**

**для детей дошкольного возраста**



 **Чусовитина И.В.**

**р.п. Пышма 2018 г.**

**Аннотация**

Методическое пособие «Сборник упражнений с использованием шарика Су-Джок для детей дошкольного возраста» предназначено для развития мелкой моторики рук, развития речи, памяти у детей дошкольного возраста, путём пальчиковых гимнастик, игр и упражнений. ***Цель:*** развитие мелкой моторики рук у детей через использование разнообразных форм, методов и приемов. ***Задачи:*** сочетать игры и упражнения для тренировки пальцев с речью детей; дать понятие о пользе массажа «точек здоровья» (профилактика простудных заболеваний); способствовать формированию привычки заботиться о своем здоровье; нормализовать мышечный тонус; опосредованно стимулировать речевые области в коре головного мозга.

Автор данной методической продукции не претендует на универсальность, уникальность авторских и методических материалов, собранных в сборнике, вместе с тем раскрывает педагогическую значимость рекомендуемых принципов, форм и методов работы с детьми дошкольного возраста. Материалы содержат упражнения и игры, рекомендуемые по здоровьесбережению, формированию ЗОЖ. В сборник входят увлекательные упражнения, сказки, физкультминутки, оздоровительная гимнастика, игры, которые могут быть использованы как физкультминутки и динамические паузы дома, в детском саду, на прогулке, индивидуально и в группе с детьми в возрасте от 3 до 7 лет. Представленные материалы призваны помочь педагогам, специалистам и родителям развить мелкую моторику рук, речь и память у детей. Методические материалы адресованы педагогам дошкольного образования, педагогам общеобразовательных учреждений и другим специалистам, работающим в системе дополнительного образования детей. Автор методического пособия, воспитатель дошкольного образования, Чусовитина Ирина Васильевна.

**Содержание**

1.Предисловие………………………………………………………..4

2.Сказки с массажным шариком Су-Джок…………………………7

3.Пальчиковые игры с использованием массажного шарика и эластичного кольца Су-Джок на звукопроизношение…..20

4.Пальчиковые игры с использованием массажного шарика и эластичного кольца Су-Джок «Животные»………………30

5.Список используемой литературы…………………………………………………………………………………………….43

**Предисловие**

*Источники способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев.*

*От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки,*

*которые питают источник творческой мысли*

В. А. Сухомлинский

 Развитие головного мозга ребенка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения.

 Значительную часть коры больших полушарий мозга человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности ее большого пальца, который, у человека противопоставлен всем остальным пальцам.

При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет. Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через Су-Джок терапию.

 В переводе с корейского языка Су означает кисть, Джок – стопа. Таким образом, Су- Джок терапия - это метод лечения с использованием кистей и стоп. В строении кисти и стопы проявляется удивительное подобие строению человеческого тела.

 Среди всех частей тела стопа наиболее подобна кисти и находится на втором месте по степени подобия телу. Подобие является свидетельством глубоких внутренних связей, существующих между телом, кистью и стопой, и объясняет те большие возможности Су - Джок терапии, которые испытали на себе уже тысячи людей.

 Су - Джок терапия, последнее достижение восточной медицины. Этим может овладеть каждый человек и, не обращаясь к врачу и медикаментам, помочь себе и своим близким. Системы соответствия всех органов тела на стопах и кистях, это «дистанционное управление», созданное для того, чтобы человек мог поддерживать себя в состоянии здоровья с помощью воздействия на определенные точки.

  Исследования невропатологов, психиатров и физиологов показали, что морфологическое и функциональное формирование речевых областей коры головного мозга совершается под влиянием кинестетических импульсов, идущих от пальцев рук. Поэтому Су -Джок терапия активизирует развитие речи ребенка.

 Эффективность применения нетрадиционных методов терапии во многом зависит от их сочетания с традиционными средствами коррекции. В процессе такого сочетания ребенок исподволь постепенно овладевает необходимыми речевыми навыками и умениями.

 Пальчиковые упражнения с Су-Джок шариком в данном пособии можно использовать для развития мышц руки и развития межполушарного взаимодействия коры головного мозга ребенка.

 Упражнения необходимо проводить ежедневно. С начало детям с раннего возраста учить выполнять пальчиковые игры от простого к сложному. После того как дети научились выполнять пальчиковые игры с четырёх лет даем комплекс пальчиковых упражнений, состоящих из нескольких, последовательно сменяющих друг друга. Ребенок выполняет вместе со взрослым, затем самостоятельно по памяти. Благодаря двигательным упражнениям для пальцев происходит компенсация левого полушария и активизация межполушарного воздействия, что способствует детской стрессоустойчивости к обучении к школе.

**Сказки** **с массажным шариком Су-Джок**

**СКАЗКА «ЁЖИК НА ПРОГУЛКЕ»**

В сказочном лесу в маленьком уютном домике жил-был маленький ёжик (зажать шарик в ладошке).

Выглянул ежик из своей норки

(раскрыть ладошки и показать шарик)

 и увидел солнышко.

Улыбнулся ежик солнышку

( улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером)

 и решил прогуляться по лесу.

Покатился ежик по прямой дорожке

(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик)

Катился- катился и прибежал на красивую, круглую полянку ( ладошки соединить в форме круга).

Обрадовался ежик 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 ежик 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 ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их

так много… Как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик

грибочки на иголки (каждый кончик пальчика потыкать шипиком шарика)

Довольный ёжик побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик) , а потом по извилистой дорожке (круговые движения шариком).

 Прибежал домой, отдал мамочке грибы, мама улыбнулась, обняла и поцеловала сыночка за заботу.

 А когда наступил вечер, закрыл ёжик свой домик, лёг в кроватку и уснул сладким сном! (зажать шарик в ладошке).

**Сказка «Красная шапочка»**

Жила-была маленькая девочка. Мать любила ее без памяти, а бабушка еще больше. Ко дню рождения внучки подарила ей бабушка красную шапочку. С тех пор девочка всюду в ней ходила. Соседи так про нее и говорили:

-Вот Красная Шапочка идет!

Поможем маме Красной шапочки приготовить пирожки.

Муку в тесто замесили,

*(сжимаем и разжимаем* ***шарик в ладошке****)*

А из теста мы слепили:

*(катаем* ***шарик*** *круговыми движениями на ладошке)*

*(поочередно надеваем колечко на каждый палец)*

Пирожки и плюшки,

Сдобные ватрушки,

Булочки и калачи –

Всё мы испечём в печи.

*(катаем* ***шарик*** *круговыми движениями на ладошке)*

Очень вкусно!

*(гладят себя по животу)*

Мама говорит:

- Сходи-ка, Красная Шапочка, к бабушке, снеси ей пирожок и горшочек масла да узнай, здорова ли она.

Собралась Красная Шапочка и пошла к бабушке и мы вместе с ней.

*«Мы в лес пойдём»*

Солнечным погожим днём

Мы с тобой в лес идём,

Мы с собой несём корзинку

Вот хорошая тропинка

Пройти мимо не могли мы

*(ходьба на месте)*

Тут цветок и там цветок

*(движениями показываем как рвём цветок)*

Дыхательная гимнастика *«Ах, какой аромат!»*

Инструкция: 1- вдох, 2- на выдохе говорим *«Ах, какой аромат!»*

Мы идём с тобой по лесу,

А вокруг так интересно!

Отдохнуть пора дружок

Мы присядем на пенёк.

Присела Красная шапочка на пенёк, над ней летают бабочки.

**Гимнастика для глаз *«Бабочка»***

Бабочка проснулась,

Солнцу улыбнулась,

*(проследить глазами за движением бабочки вверх)*

Села на цветок,

Выпить сладкий сок.

*(проследить глазами за движением бабочки вниз)*

И легко порхая,

Над травой кружит.

*(круговые движениями глазами)*

Так звезда ночная

На волне дрожит.

*(жмуримся и открываем глаза)*

Отдохнула девочка и пошла дальше. Идет она лесом, а навстречу ей - серый Волк.

Нас ребята много, давайте напугаем его и он убежит. Дети хором говорят: *«У-У-У»*. Волк испугался и убежал.

Дети продолжают идти и приходят до бабушкиного дома.

-Здравствуй, внученька моя! Долго я тебя ждала. Наконец-то ты пришла.

-Я пришла не одна, я гостей привела.

*П/ и «Бабушкины оладьи»*

*Вкусные оладьи бабушка пекла,*

*(катаем* ***шарик*** *круговыми движениями на ладошке)*

*Всех ребят обедать позвала:*

(произвольные движения кистями рук)

(поочередно надеваем колечко на каждый палец)

*Машу, Таню и Сережу,*

*Киру, Ваню и Антошу.*

*Все за стол садятся дружно,*

*Ведь давно обедать нужно!*

(сжимаем и разжимаем шарик в ладошке)

*Оладушки вареньем смажем –*

*(шариком гладим по ладони)*

*Бабушке «спасибо» скажем!*

(сжимаем и разжимаем шарик в ладошке)

Наша **сказка** закончилась хорошо и все в ней остались довольны.

**Сказка «Маша и медведь»**

Жили-были дедушка да бабушка. Была у них внучка Машенька. Собрались раз подружки в лес – по грибы да по ягоды. Пришли звать с собой и Машеньку.

Пришли в лес, стали собирать грибы да ягоды. Вот Машенька – деревце за деревце, кустик за кустик – и ушла далеко-далеко от подружек. Стала она аукаться, стала их звать.

Давайте поможем Машеньке.

Дыхательная гимнастика *«Ау!»*

Инструкция: 1-вдох носом, 2-на выдохе говорим *«ау»* *(3 раза меняем силу голоса от тихого к громкому)*.

Ходила, ходила Машенька по лесу – совсем заблудилась. Увидела огонек и на него и пришла. Вошла в избушку, села у окна на лавочку. Вечером пришел медведь, увидел Машеньку, обрадовался. Потужила Маша, погоревала, да ничего не поделаешь. Стала она жить у медведя.

Стала Машенька думать, как ей от медведя убежать. Думал, думала и придумала. Решила она испечь пироги. Но чтобы пирожки приготовить нам нужна начинка. Давайте поможем Машеньке собрать ягоды.

***Гимнастика для глаз "Прогулка в лесу"***

Мы отправились гулять.

*(шагают на месте)*

Грибы - ягоды искать

Светит солнце в вышине,

*(смотрят вверх)*

Вот грибок растет на пне,

*(смотрят вниз)*

Дрозд на дереве сидит,

*(смотрят вверх)*

Ежик под кустом шуршит.

*(смотрят вниз)*

Слева ель растет - старушка,

*(смотрят вправо)*

Справа сосенки - подружки.

*(смотрят влево)*

Где вы, ягоды, ау!

*(повторяют движения глаз)*

Все равно я вас найду!

*(влево - вправо, вверх – вниз)*.

***П/и «В лес по ягоды пойдём»***

В лес по ягоды пойдем,

*(сжимаем и разжимаем ладони)*

Землянику там найдем,

*(на каждое название ягоды надеваем кольцо)*

Костянику, ежевику,

Очень вкусную клубнику.

Быстро ягодки берем

И в корзиночки кладем.

Тесто будем мы месить –

*(сжимаем и разжимаем ладони)*

Пирожки для всех лепить.

*(имитируют лепку пирожков, то одна ладонь сверху, то другая)*.

Мы набрали много ягод. Значит, пирожки у нас получатся с какой начинкой?

*(ягодной)*

Игра *«Назови начинку»*.

пирожки с грибами – грибная

пирожки с мясом – мясная

пирожки с капустой - капустные

Раздаём шарики Су-Джок каждому ребёнку.

Давайте приготовим капустную начинку.

 *Пальчиковая игра с шариком Су-Джок «Капустка».*

Мы капустку рубим, рубим,

*(ребром ладони стучим по* ***шарику****)*

Мы капустку солим, солим,

*(подушечками пальцев трогаем* ***шарик****)*

Мы капустку трём, трём,

*(потираем ладошками о* ***шарик****)*

Мы капустку жмём, жмём.

*(сжимаем* ***шарик в кулачке****)*

Напекла она пирожков, достала большой-пребольшой короб и говорит медведю:

-Вот смотри: я в короб положу пирожки, а ты отнеси дедушке и бабушке. Да помни: короб по дороге не открывай, пирожки не вынимай. Я на дубок влезу, за тобой следить буду!

Машенька залезла в короб. Медведь видит короб стоит, взвалил его на спину и пошёл в деревню. Пришёл в деревню, а там собаки. Короб оставил, а сам убежал.

Наша сказка закончилась хорошо и все в ней остались довольны.

«Сказка *«Колобок»*

Хотите попасть в сказку? Тогда слушайте загадку:

Он от дедушки ушёл

И от бабушки ушёл.

В лес попал, гулял,

Хвастался и пропал. *(колобок)*

Жили-были дед да баба. Захотелось деду колобка. Давайте поможем бабушке слепить колобок.

 П/и *«Слепили колобка»*.

Мы лепили колобка,

*(сжимаем и разжимаем шарик в правой ладони)*

Тесто мяли мы слегка,

*(сжимаем и разжимаем шарик в левой ладони)*

А потом его катали

(круговыми движениями катаем шарик на ладони правой руки)

На окошечко сажали.

*(раскрывают ладони, показывают их)*

Он с окошка прыг, да прыг

*(стучат шариком по ладони и убирают на стол)*

Укатился озорник.

*(показывают ладони)*.

Ну, а где же он? Давайте его поищем.

*(Дети подходят к ширме, открывают окошко, где сидит колобок)*

Вот он наш колобок! Ребята, а какой он? *(круглый, красивый, весёлый, румяный,.)* Давайте его возьмем и обжигаемся.

Дыхательная гимнастика *«Колобок»*.

Инструкция: 1- вдох носом, 2- выдох через рот.

Кого встретил колобок?

*Пальчиковая гимнастика с шариком Су-Джок «Белочка».*

Сидит белка на тележке,

(сжимаем и разжимаем ладони)

Раздаёт свои орешки:

(на каждое животное надеваем кольцо Су-Джок на каждый палец)

Заиньке усатому,

Мишке косолапому,

Серому волчишке

И лисе-сестричке

И спасителям моим,

Детишкам дорогим.

Наша **сказка** закончилась хорошо и все в ней остались довольны

**ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МАССАЖНОГО ШАРИКА И ЭЛАСТИЧНОГО КОЛЬЦА СУ-ДЖОК НА ЗВУКОПРОИЗНОШЕНИЕ**

 Пальчиковая гимнастика в стихах с применением Су-Джок шарика – уникальное средство для развития речи ребенка. Дети любят играть шариком с колючками. Прокатывая его между ладонями, они массируют мышцы руки. Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.

 При массаже пальцев эластичным кольцом, дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, сначала на правую затем на левую руку, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

**Игры с колючим мячом Су-Джок**

**Проговариваем звуки**

Приключения Ёжика

Пальчиковая игра  **«К»**

Свернулся ёжик клубком -
Покатился кувырком.
По ямкам и кочкам.
По тропкам и мосточкам.
Мимо ёлок и клёнов,
Мимо кедров зелёных.
По мягкой травке.
По жёсткому песку.
Глубокого оврага
Крутому бережку.
Вокруг горок и бугорков.
Вдоль речек и ручейков.
Мимо белки с шишкой.
Мимо косолапого мишки.
Мимо кукушки.
И остановился на опушке.

Пальчиковая игра  **«С»**

Ёжик утром проснулся,
Солнышку улыбнулся.
Чистой росой умылся,
Вкусной сушкой подкрепился.
Ес-ес-ес, ес-ес-ес,
Отправился гулять в лес.
В лесу с лисой повстречался.
Лису сильно испугался.
Са-са-са, са-са-са.
Ох, не съела бы лиса.
От испуга свернулся клубком,
Покатился с бугра кувырком.
Сы-сы-сы, сы-сы-сы,
Покатился скорей от лисы.
Катился, катился
И под кустом притаился.
Посидел, посидел под кустом.
В свою норку пустился бегом.

Пальчиковая игра «**З»**

Ёжик в деревню забрёл,
Увидел зелёный забор.
За забором пёс Трезорка
Заливался лаем звонко.
А коза и козлятки
Занимались зарядкой.
А Зоя садила розы
Возле кудрявой берёзы.
А Лиза незабудки
Возле Трезоркиной будки.
А бабушка Зина
Корзину взяла,
По землянику пошла.
И ёжик за ней засеменил -
Он тоже землянику любил.

Пальчиковая игра «**Ж»**

Идёт ёжик по дорожке
К своему дружку ужу.
Жу-жу-жу, жу-жу-жу
К своему дружку ужу.
Жа-жа-жа, жа-жа-жа
День рожденья у ужа.
Уж позвал к себе на ужин
Жабу, ёжика, стрижа.
Жи-жи-жи, жи-жи-жи
Ёжик весело бежит.
Жу-жу-жу, жу-жу-жу
Пирожок несёт ужу.
Пирожок с черникой
И свежей ежевикой.

Пальчиковая игра «**Ш»**

Ша-ша-ша, ша-ша-ша,
Шёл ёжик неспеша.
Ша-ша-ша, ша-ша-ша,
К мышатам-малышам.
К мышонку Паше
И мышке Маше.
Их мама-мышка
Напекла пышки.
Ши-ши-ши, ши-ши-ши,
Вышли пышки хороши.
Шёл ёжик, шёл,
Носиком повёл -
Унюхал Мышкины пышки,
Побежал вприпрыжку.
Ош-ош-ош, ош-ош-ош
Очень запах был хорош.

Пальчиковая игра «**Ч»**

Ёж к черепахе на чай собрался.
Четыре часа до неё добирался.
В гостях ел калачи, чай пил.
Так и вечер наступил.
Еж с черепахой простился,
К ручейку спустился.
Увидел лодочку у ручья
И спросил её: ты чья?
Ответила лодочка хохоча:
Я ничья! Совсем ничья!
Плыву худа хочу.
Хочешь тебя прокачу?
Прокачу по ручью.
Быстро домой домчу.
Ёж на лодочку вскочил
И домой поплыл.
Добрался за полчаса.
Что за чудеса?!

Пальчиковая игра «**Л»**

Ёжик шёл, шёл, шёл,
Ёжик шёл, шёл, шёл
И до ёлочки дошёл.
Ол-ол-ол, ол-ол-ол,
И до ёлочки дошёл.
Что за чудо ёлка-
Колкая иголка.
Ла-ла-ла, Ла-ла-ла,
Как ты ёлочка мила.
Ол-ол-ол, ол-ол-ол.
Ёжик ёлку обошёл.
Ол-ол-ол, ол-ол-ол.
Снова ёлку обошёл.
Ил-ил-ил, ил-ил-ил,
Долго ёжик так ходил.
Ул-ул-ул, ул-ул-ул,
И под ёлочкой заснул.

Пальчиковая игра «**Л»**

Лодка по волнам плывёт,
Лодка ёжика везёт.
Ёжик в лодке сладко спал.
Ёжик с лавочки упал.
Покатался, покатался,
Покатался, покатался,
Вновь на лавочку поднялся.
Волна лодку подхватила,
С боку на бок наклонила.
Ёжик тоже наклонился,
Вновь упал и покатился.
Долго лодочка плутала.
Долго ёжика катала.
Наконец-то доплыла.
Ёжик выскочил из лодки
И запел: ла-ла-ла-ла!

Пальчиковая игра «**Р»**

Описание: Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука, например: «Р»

Ру-ру-ру, ру-ру-ру,
Проснулся ёжик поутру.
Выбрался из норки,
Пробежался вокруг горки.
Попрыгал, покружился,
В ручейке умылся.
Позавтракал черникой
И красной брусникой.
Побежал к другу бобру
Играть в новую игру.
Ра-ра-ра, ра-ра-ра,
На пути стоит гора.
Ёжик на гору забрался.
С горы скатиться собрался.
Свернулся в клубок.
По кочкам прыг да скок.
Прикатился к запруде бобра.
Ура! Ура! Ура!

Пальчиковая игра «Ш»

Описание: Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука, например: Ш.

 Этот малыш-Илюша, (на большой палец)

 Этот малыш-Ванюша, (указательный)

 Этот малыш-Алеша, (средний)

 Этот малыш-Антоша, (безымянный)

 А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша,   (указательный)

Эта малышка-Маша,   (средний)

Эта малышка-Даша,   (безымянный)

А меньшую зовут Наташа.   (мизинец)

Пальчиковая игра «Ж»

Описание: Ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука, например: Ш.

 Ходит ежик без дорожек,

 Не бежит ни от кого.

 С головы до ножек

 Весь в иголках ежик.

 Как же взять его?

**ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МАССАЖНОГО ШАРИКА И ЭЛАСТИЧНОГО КОЛЬЦА**

 **СУ-ДЖОК «ЖИВОНЫЕ»**

**Пальчиковая игра «Черепаха» (у детей в руках шарик Су Джок)**

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

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,

(дети катают Су-Джок между ладоней)

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 «Гладь мои ладошки, ёж!» (с шариком)**

Берём 2 массажных 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.

 И другой рукой начну.

|  |
| --- |
|  |
| **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 ласкатьВсех 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 пыхтит, пыхтит, пыхтит.Мне по пальчикам бежитИ пыхтит, пыхтит, пыхтит.Бегает туда, сюда, Мне щекотно да, да, да.                     (движения шариком по пальцам).Уходи, колючий ёжВ тёмный лес, где ты живёшь! (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев). |
| **Упражнение «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. |
|  |
|  |
| **Упражнение «Ёжик маленький» (с шариком)**Описание: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.Ежик маленький замерз и в клубок свернулся.                                 (крепко сжать шарик ладонью)Солнце ежика согрело,Ежик 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 лужокПриходи и ты, дружок!                                            (катаем шарик по ладошке) |
|  |
|  |
|  |
| **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 поймаем,               (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)**Упражнение «Винни Пух»**1. Шарик держим прямыми ладошками, пальцы прижаты друг к другу. Катаем шарик в ладошках вперед-назад.

hello_html_m673da535.gifК Пятачку бежит медведь,Чтобы к завтраку успеть,Ух, ух, ух, ух –Запыхался Винни Пух!1. Шарик держим прямыми ладошками, пальцы прижаты друг к другу. Катаем шарик по ладошкам круговыми движениями.hello_html_m3fa489ad.gif

Варит кашу ПятачокЧтоб блестел его бочок.Винипух когда придет,Он на хлеб намажет мед!**Упражнение «Ёжик»**Для выполнения упражнений 3-5 держим шарик подушечками пальцев.1. Крутим шарик пальчиками обеих рук вперед (от себя).
2. С небольшим усилием надавливаем подушечками пальчиков на «иголочки» шарика.
3. Крутим шарик пальчиками обеих рук назад (к себе).hello_html_m7ac92ec.gifhello_html_m3c99db72.gif

hello_html_m2eb3e996.gif(выполняем 3 упражнение)Покатился ежик с горки,Растопырил все иголки.*(*выполняем 4 упражнение):Чтоб грибочков эдак пять,На иголки нанизать.(выполняем 5 упражнение):Возвращается домой –Будет дома суп грибной! |
| **Упражнение «Белкин Орех»**Стихотворение *Движения по тексту*Прокачу я свой орехПо ладоням снизу вверх,А потом обратно–Чтоб стало мне приятно.Я катаю мой орех,Чтобы стал круглее всех.Вокруг Земли Луна летает,А вот зачем – сама не знает.**Упражнение «Волк и зайцы»** |
|  |
| **Стихотворение** | **Комментарий** |
| Жили –были злые волки,У них зубы как иголки | *Поочередно сжимают руками* |
| Очень их боялись зайцы,Что резвились на лужайке | *Спокойно катаем между ладошками* |
| Как увидят - наутек!Не догонишь, серый волк! | *Катаем быстро***Упражнение «Котик»** |
|  |
| **Стихотворение** | **Комментарий** |
| Котик-острый коготок,Знает в серый мышках толк. | *Катаем между ладошками* |
| Он их ловит, отпускает,С ними весело играет. | *Сжимаем между ладошками* |
| То, что игры для кота,Для мышат одна беда. | *Поочередно нажимаем подушечками пальцев на шарик* |
| И бегут скорей!К милой матушке своей! | *Быстро катаем между ладошками* |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

**Список литературы**

1. Новикоская О.А. Ум на кончиках пальцев: веселые пальчиковые игры. – М.: АСТ, 2007. - 94 с.

2. Османова Г.А. Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики: популярная логопедия. - КАРО, 2008.-160 с.

3. Крупенчук О.И. Пальчиковые игры. – Литера,2008. – 30 с.

4. Богуш Д.А. Корейский метод Су-Джок. – М.: Ника-Центр, 2008. -10, 16, 18, 58 с.

5. Цвытарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь.- СП 6. Издательство «Лань», 2002. - 9 с.

6. Пак Чжэ Ву. Вопросы теории и практики Су-Джок терапии: серия книг по Су-Джок терапии Издательство «Су-Джок Академия», Москва, 2009.-61,78, 208 с.