

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 27 «Микки-Маус»

Картотека

Пальчиковые игры с массажным мячиком «Су-Джок» и колечком»

Для детей дошкольного возраста



Подготовила:
Фахраддинова Резеда Ильдаровна
педагог дополнительного образования

г. Сургут

Массаж «Колобок» (с шариком Су-Джок)

Через поле и лесок, *прокатить шарик по ладони*

Покатился Колобок.

Всем, кого в лесу встречал,

Громко песню распевал.

Зайчишке длинноухому, *прокатить шарик от кончика большого пальца к его основанию*

Волку серобрюхому,

то же - по указательному пальцу

Мишке толстопятому,

то же - по среднему пальцу

Лисичке хитроватой, *то же - по безымянному пальцу*

Хорошо он песню пел, *то же - по мизинцу*

И никто его не съел, *сжать шарик в ладони*

Ох, и умный Колобок, *покатать шарик по ладошке*

Колобок – румяный бок.

Массаж «Ежик» (с массажным мячиком)

Ежик колючий бежал по дорожке. *прокатить мячик от ладони к плечу*

У ежика быстрые ножки.

Но вот он в лесу лису повстречал, *прокатить мячик от плеча к ладони*

Свернулся в клубок и домой убежал. *сжать мячик двумя руками*

Массаж «Сосны и елочки» (со стержнем Су-Джок)

В чащу леса мы зашли, *прокатить продольными движениями между ладошками*

Сосны, елочки нашли.

У сосны иголки прокатить

стержень от кисти к локтю

Длинные и колкие.

А у елочки иголки

прокатить стержень от локтя к кисти

Остры-остры, колки-колки.

Массаж «Семейка ежей» (с массажным мячиком)

Там, за горой, в чаще лесной *покатать мяч по столу круговыми движениями правой руки*

Ежик живет под высокой сосной.

В норке у ежика много ежат, *то же - левой рукой*

Таких же, как папа, колючих ребят.

Ежик для них собирает грибочки. *покатать мяч круговыми движениями между ладонями*

Любят грибочки сыночки и дочки.

Яблочек сладких в лесу соберет *круговые движения мячи по тыльной стороне правой ладони*

И на обед детишкам несет.

И для ежехи припас угощение – *то же - по левой ладони*

Ежик малины собрал для варенья.

Дружно живут под высокой сосной *круговые движения мяча между ладонями*

Ежик с семь ею в чаще лесной.

Массаж «За ягодами» (с колечком Су-Джок)

Солнце светит к нам в окошко. *помассировать колечком большой палец*

Мы возьмем с тобой лукошко.

В лес с ребятами пойдем, *указательный*

Много ягод наберем.

Сколько их тут, посмотри – *средний*

Раз-два-три, раз-два-три!

Будет угощение *безымянный*

Всем на удивление.

Ягодки сладкие *мизинец*

Кушайте, ребятки!

Повторить на левой руке

Массаж «Приятель Ёж» (с шариком Су-Джок)

- Дорогой приятель Ёж, *покатать шарик по ладошке*

На кого же ты похож?

- Я похож на шарик, *шарик от кончика большого пальца к его основанию и обратно*

Но слегка колючий,

А еще на солнышко, *то же - по указательному пальцу*

Только я не жгучий.

И на елочку похож *то же - по среднему пальцу*

Я совсем немножко,

А еще на кактус *то же - по безымянному пальцу*

На твоём окошке.

Дорогой приятель Ёж, *то же - по мизинцу*

До чего же ты хорош!

«Черепаха» (с шариком Су-Джок)

(Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой)

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,

(дети катают мяч между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь,

(мяч между большим пальцем и остальными,

которые ребенок держит «щепоткой»,

надавливают ритмично на мячик).

Никого я не боюсь

(дети катают мяч между ладоней).

«Белкин Орех» (с шариком Су-Джок)

Прокачу я свой орех
По 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
(движения по тексту).

«Козлята» (с шариком Су-Джок)

Два козленка мяч бодали
И другим козлятам дали.
(удерживаем мяч поочередно пальцами левой и правой руки).

«Медведица» (с шариком Су-Джок)

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

«Волк и зайцы» (с шариком Су-Джок)

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)

«Котик» (с шариком Су-Джок)

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)

«Зайки» (с шариком Су-Джок)

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)

«Белкин Орех» (с шариком Су-Джок)

Прокачу я свой орех

По 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

(движения по тексту).

«Козлята» (с шариком Су-Джок)

Два козленка мяч бодали

И другим козлятам дали.

(удерживаем мяч поочередно пальцами левой и правой руки).

«Медведица» (с шариком Су-Джок)

Шла медведица спросонок,

(шагать шариком по руке)
А за нею – медвежонок.
(шагать тихо шариком по руке)
А потом пришли детишки,
(шагать шариком по руке)
Принесли в портфелях книжки.
Стали книжки открывать
(нажимать шариком на каждый палец).

«Волк и зайцы» (с шариком Су-Джок)

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)

«Котик» (с шариком Су-Джок)

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)

«Зайки» (с шариком Су-Джок)

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)

«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 мизинцевый палец).

«МАССАЖ ПАЛЬЦЕВ (с массажными кольцами)

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)