Игровой самомассаж кистей рук.

Является мощным и эффективным средством для реабилитации и развития тонких движений пальцев рук у детей - инвалидов, средством коррекции нарушений письменной речи у детей с локальными нарушениями и развивающим – оздоровительным средством для нормально развивающихся детей. Кроме того – это важная составляющая сенсорного воспитания и средство повышения иммунитета. Его простота, доступность использования в любой ситуации, весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения гарантия успеха коррекционно-развивающей и реабилитационной работы.

1**.«Погреем ладошки».** Растирание ладоней друг о друга (прямолинейное).

Вышли мы на улицу, холодно, зима! Мёрзнут наши ручки, растирать пора. Ладошку к ладошке скорей приложи. Подуй потихоньку ш-ш-ш, ш-ш-ш. И сильно потри!

2. **«Ветерок».** Зигзагообразное поглаживание.

 Ветерок – проказник, тоже налетел. Он летал, кружился. Очень торопился. Охладил нам ручки. Тут же улетел!

3**. «Соберём листочки».** Граблеобразное круговое растирание ладони одной руки подушечками пальцев другой руки.

На прогулку мы идём, Грабельки с собой несём. Листья граблями сгребаем. В кучу дружно собираем.

4. **«Запилила пила».** Пиление продольное и поперечное ладони одной руки ребром ладони другой руки.

Пилим вдоль и поперёк. Ну, давай ещё разок! Вжик пилила пила, вжик пилила пила! На сучок попала. Лопнула и стала. Не ленись, торопись, начинай сначала!

5. **«Моем руки чисто чисто…».** Намыливание рук .

С Милой мы не трубочисты. Руки моем чисто, чисто! Мыло взяли мы в ладошки и помылили немножко: ш-ш,ш-ш-ш, ш-ш, ш-ш-ш (трём ладошку о ладошку). Мыло в мыльницу кладём с тыла мы ладошки трём. (Поочерёдно трём ладошками, скользящими по тыльной стороне руки, равномерно распределяя мыло).

**6. «Вот улитка на листочке»**. Круговое разминание ладони подушечкой большого пальца противоположной руки.

На листок улитку посадил Егорка. Поползла улитка потихоньку в горку. А ползёт она по кругу, Жмёт Егорке –другу руку!

**7.** « **Я играю на рояле».** Пунктирование пальцами.

На рояле клавиши чёрные и белые. Нажимаем клавиши мы, ребята, смело. Быстро пальчики шагают. Громко музыка играет.

**8. «Дятел долбит дупло»** Поколачивание ладони кончиками сложенных в щепоть пальцев.

 Дятел дерево лечил, клювом кору он долбил. Тук –тук, тук– да тук. Выходи скорее, жук!

9. **«Кошечка» (**лёгкое плоскостное поглаживание тыльной поверхности кисти).

Наша кошечка Пушинка сразу выгибает спинку. Если шёрстку ей поглажу, и за ушком почешу. Кошечку свою Пушинку очень, очень я люблю!