

### « Снежинки »

Закружились, завертелись  
Белые снежинки.

- «фонарики» -

Вверх взлетели белой стаей  
Легкие пушинки.

- поднять руки вверх и посмотреть  
на них -

Чуть затихла злая вьюга -  
Улеглись повсюду.

- медленно опустить руки и проследить за  
ними взглядом -

Заблестали, словно жемчуг,  
Все дивятся чуду.

- развести поочередно руки в стороны  
и проследить за ними взглядом -

Заискрились, засверкали  
Белые подружки.

- «моторчики» -

Заспешили на прогулку  
Дети и старушки.

- шаг на месте -

### « Наши спинки »

Друг за другом  
В круг мы встали,  
Ладонками по спинке застучали.

Хлопаем по лопаточкам,  
Спинка радуется.

Дети спинку подставляют,  
Со спинками играют,



### « Медведь »

Медведь по лесу бродит,  
От дуба к дубу ходит.

- ходьба вперевалочку -

Находит в дуплах мед  
И в рот себе кладет.

- изобразить, как он достает и ест мёд -

Облизывает лапу  
Сластена косолапый,  
А пчелы налетают,  
Медведя прогоняют.

- «отмахиваться от пчел» -

А пчелы жалят мишку:  
Не ешь наш мед, воришка!

- отвести руку вперед и поочередно  
касаться носа, щёк -

Бредет лесной дорогой  
Медведь к себе в берлогу.

- ходьба вперевалочку -

Ложится, засыпает  
И пчелок вспоминает.

- прилечь, руки под щёку -



### « Бабочка »

Дети сидят на полу, ноги согнуты в коленях,  
руки в упоре сзади;

1 – свести колени вместе, стопы развести в  
разные стороны;

2 – колени развести в стороны, стопы соеди-  
нить, стремясь достать коленями пол.

МАДОУ детский сад  
общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением дея-  
тельности по художественно-  
эстетическому развитию детей №34

# "Игровой массаж для малышей"

информационный буклет  
для родителей



Максимова Юлия Михайловна,  
музыкальный руководитель

## « Утка и кот »

*Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний*

**А уточки, а уточки  
Все топают по улочке.  
Идут себе вразвалочку  
И крикают считалочку.**

*- идут вразвалочку друг за другом*

**Утка крикает, зовет  
Всех утят с собою**

*- поглаживают шею ладонями сверху вниз*

**А за ними кот идет,  
Словно к водопою.**

*- указательными пальцами растирают крылья носа*

**У кота хитрющий вид,  
Их поймать мечтает!**

*- пальцами поглаживают лоб от середины к вискам*

**Не смотри ты на утят-**

*- раздвинуть указательный и средний пальцы*

**Не умеешь плавать!**

*- делают «вилочку» и массируют точки около уха*



## «Чтобы не зевать от скуки»

Чтобы не зевать от скуки, постучим  
и тут, и там,  
Встали и потеряли руки и немного по бокам.  
А потом ладошкой в лоб - не скучать  
и не лениться!

Хлоп-хлоп-хлоп. Перешли на поясницу.  
Щеки заскучали тоже? Чуть нагнулись, ровно  
дышим,  
Мы и их похлопать можем, хлопаем как можно  
выше.

Ну-ка дружно, не зевать: 1-2-3-4-5!  
Вот и шея.

Ну-ка, живо переходим на загривок.  
По сухой лесной дорожке-  
Топ-топ-топ-топочут ножки.  
А теперь уже, гляди, ходит-бродит  
вдоль дорожек  
Добрались и до груди.  
Весь в иголках серый ежик.  
Постучим по ней на славу:  
Сверху, снизу, слева, справа.



## «Летели утки»

**Летели утки  
Над лесной опушкой,**

*- слегка касаясь пальцами, провести по лбу несколько раз*

**Задели ели  
Самую макушку,**

*- слегка касаясь пальцами, провести по щекам несколько раз*

**И долго елка  
Ветками качала...**

*- указательными пальцами массировать крылья носа по кругу*

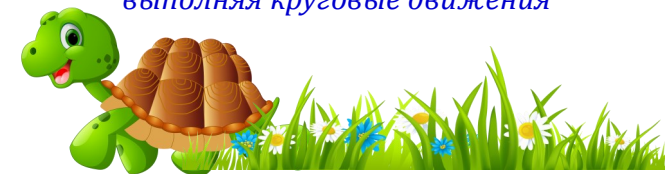
## «Черепаша»

**Шла купаться черепаха  
И кусала всех со страха  
Кусь! Кусь! Кусь! Кусь!  
Никого я не боюсь!**

*- дети выполняют легкое пощипывание пальцами рук груди, ног*

**Черепаша Рура!  
В озеро нырнула,  
С вечера нырнула  
И пропала... Э-эй,  
Черепашка Рура,  
Выгляни скорей!**

*- дети поглаживают себя ладонями, выполняя круговые движения*



## «Ириски от киски»

**В гости к нам явилась киска.  
Всем дает она ириски:**

*- потереть ладони друг о друга -*

**Мышке, лебедю, жуку,  
Псу, зайчонку, петуху.**

*- прикрыть глаза и провести пальцами от внутреннего края глаза к внешнему -*

**Рады, рады все гостинцам!  
Это видим мы по лицам.**

*- совершать круговые движения зрачками глаз вправо и влево -*

**Все захлопали в ладошки,  
Побежали в гости к кошке.**

*- хлопки в ладоши -*

