

« 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.**
- изображать, 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 вперёд 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.

МБДОУ «Детский сад № 5 «Ивушка»
Адрес электронной почты
dou5_ugansk@mail.ru
Адрес: г. Нефтеюганск,
8 мкр. 26 здание

"Игровой массаж для малышей"

информационный буклет
для родителей



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 паль-
цы*

Не умеешь плавать!

*- делают «вилочку» и массируют точки око-
ло 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 -

