***Картотека игр***

***Су-Джок***

**Су – Джок терапия** – это массаж специальным шариком и эластичным кольцом.

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж, проводить его можно специальным шариком су-джок. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть *«волшебное»* колечко.

Массаж эластичным кольцом, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

С помощью шаров – *«ежиков»* с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

**1. «Будь здоров!»**

Чтоб здоров был пальчик наш.

Сделаем ему массаж.

Посильнее разотрём.

И к другому перейдём.

(Прокатывать шарик между ладонями, затем к каждому пальцу на правой и левой руке.)

**2. «Крючочки»**

Как наш пальчик изловчился.

И за шарик зацепился.

Буду шарик поднимать.

Свои пальцы обучать.

(Удерживать шарик одним пальцем, обхватывать каждым пальчиком и поднимать.)

 **3 «Шарик пальчиком катаю»**

Шарик пальчиком катаю.

Ловкость пальцев проверяю.

Ты колючий шарик мой.

Подружись сейчас со мной. (Шарик на ладони катать каждым пальчиком.)

 **4. «Пинцет»**

Дружат пальчики, не тужат

Им пинцет очень нужен.

Эй, кто ловкий, не зевай

Пинцетом шарик поднимай. (Растопырить пальчики и поднимать шарик прямыми пальцами: большим - указательным, указательным - средним, средним - безымянным, безымянным - мизинцем, как пинцетом поочередно левой и правой рукой.)

 **5. «Ловкие пальчики»**

Я вам шарик покажу.

Двумя пальцами держу.

(Удерживать двумя одноименными пальцами обеих рук: большим и указательным, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем.)

 **6. «Кручу - верчу».**

Шарик пальцами кручу.

Здоровым быть всегда хочу.

(Большим и указательным пальцем левой руки держать шарик, а большим и указательным правой крутить, пальцы чередовать: большой - средний, безымянный - большой и т.д.).

 **7. «Прыжки»**

Пальчик мой по кочкам, прыг.

Он хороший ученик.

(Шарики раскрыть и «попрыгать» попеременно всеми пальцами: большим и указательным, указательным и средним, средним и безымянным, безымянным и мизинцем по колючей поверхности, как по кочкам.)

 **8. «Колючий ежик»**

Гладь мои ладошки, ежик!

Ты колючий, ну и что же?

Я хочу тебя погладить!

Я хочу с тобой поладить!

(Катаем мячик между ладошками, гладим его, дотрагиваемся пальчиками до

колючек).

 **9. «Дождик»**

Капля раз, капля два,

Очень медленно сперва. (стучим медленно шариком об ладонь)

А потом, потом, потом

Всё бегом, бегом, бегом. (стучим шариком об ладонь, ускоряя темп)

Мы зонты свои раскрыли, (шарик находится под ладонью)

От дождя себя укрыли. (сжимаем шарик в ладони) .

 **10. «Урожай»**

В огород пойдём,

Урожай соберём.

(катаем шарик на ладони вперёд-назад)

Мы морковки натаскаем

И картошки накопаем.

Срежем мы кочан капусты,

Круглый, сочный, очень вкусный.

Щавеля нарвём немножко

(на каждую строчку прокатываем шарик по пальцу)

И вернёмся по дорожке.

(катаем шарик круговыми движениями на ладошке)

**11. «Веселый мячик»**

Я мячом круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

(дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом).

**12. «Доброта»**

Если пальчики грустят –(сжимаем и разжимаем шарик в руке)

Доброты они хотят.

(гладим шариком ладонь)

Если пальчики заплачут –(стучим шариком по ладони)

Их обидел кто-то значит.

Наши пальцы пожалеем –

(гладим шариком ладонь)

Добротой своей согреем.(дышим на руки)

 **13. «Снежок»**

Раз, два, три, четыре,

(сжимаем и разжимаем шарик в ладошке)

Мы с тобой снежок слепили.

Круглый, крепкий, очень гладкий

И совсем-совсем не сладкий.

(катаем шарик между ладонями по кругу в одну сторону, а потом в другую)

Раз – подбросим,

Два – поймаем,

Три – подбросим,

И опять поймаем.(действия соответствуют тексту).

 **14. «Бегемот»**

Едет тихо на машине бегемот,

(медленно катаем шарик между ладонями вперёд-назад)

Потому что очень сильный гололёд!

(сжимаем и разжимаем шарик в ладошке)

Вдруг из-за угла появился еж.

(быстро прячем шарик в ладони, а потом ставим его на ладонь)

Испугался бегемот и на тормоз быстро жмёт.

(шарик на ладони, а при слове «тормоз» быстро сжимаем шарик рукой)

 **15. «Совушка».**

У глазастой совушки

Хищная головушка,(катаем шарик круговыми движениями на ладошке)

Пёрышки пушистые,(катаем медленно шарик вперёд-назад)

Ноженьки когтистые.(шариком проводим по ладошке)

Ловит мышек и зайчат

На охоте по ночам.(сжимаем шарик в ладошке) .

**16. «Испечем мы каравай»**

Месим, месим тесто (сжимаем массажный мячик в правой руке)

Есть в печи место (перекладываем в левую руки и сжимаем)

Испечем мы каравай (несколько раз энергично сжимаем мяч обеими руками)

Перекладывай валяй. (катаем мяч ладошками)

**17. «Мой веселый мячик»**

Прыгал мячик по дорожке,(катаем мячик между ладоней)

И попал в мои ладошки,(Спрятали мячик в ладошках)

Будем мы с тобой играть, (перекладываем с одной руки в другую)

Мои ручки развивать.

 **18. «Вот сидит собака… »**

Вот сидит собака в будке,

(сжимаем шарик в ладошке)

А потом бежит туда-сюда,

(шарик катаем вперёд-назад на ладони)

Охраняет она дом,

(катаем шарик круговыми движениями на ладошке правой руки)

Чтоб спокойно жили в нем!

**19. «На параде»**

Как солдаты на параде,

Мы шагаем ряд зарядом.(катаем шарик между ладонями вперёд-назад)

Бодрым шагом мы идём.(стучим шариком по ладони)

В нашу армию, ребята,

(сжимаем и разжимаем шарик в ладошке)

Просто так не попадём!(показываем указательным пальцем в правую и левую сторону)

 **20. «Поиграем с ёжиком»**

Ежик, ежик колкий, (крутим мячик между ладошками)

Где твои иголки?

Нужно бельчонку (крутим мячик ладошкой на груди)

Сшить распашонку,

Починить штанишки (крутим мячик ладошкой на ножке)

Шалуну зайчишке.

Фыркнул ежик отойдите, (крутим мячик ладошками на полу)

Не спешите, не просите.

Если дам иголки

Съедят меня волки.