|  |
| --- |
| «Детский сад № 221»  http:// mbdou221.ru e-mail: dou221@mailkrsk.ru муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  660028 город Красноярск ул. 8 Марта зд.26,  ОГРН 1212400029918 ИНН 2460120526 |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом МБДОУ № 221

Протокол № \_1\_от\_\_28.08.2023

**ПРОЕКТ**

***«ВЕСЕЛЫЕ ЕЖИКИ»***

Авторы:

Воспитатель Мелехова Т.А.

***ПРОЕКТ***

***по внедрению в образовательный процесс здоровьесберегающей технологии оздоровительного массажа с использованием шарика и колечка Су-джок***

***«Веселые ежики»***

**Вид проекта:** долгосрочный

***Тип проекта:***информационно-практико–ориентировочный

**Участники проекта:** воспитанники, педагоги.

**Авторы:** Т.А. Мелехова, воспитатель

**Новизна:** Новый подход в решении проблемы улучшения здоровья детей путём применения здоровьесберегающей технологии оздоровительного массажа Су-Джок в образовательном процессе ДОУ.

**Актуальность:** Одним из приоритетных направлений современной социальной политики государства является сохранение и укрепление здоровья детей. Охране здоровья детей посвящена отдельная статья Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273-Ф3, в которой говорится о том, что «организации, осуществляющие образовательную деятельность, при реализации образовательных программ организуют и создают условия для охраны здоровья обучающихся, для профилактики заболеваний и оздоровления детей, для занятий ими физической культурой и спортом, пропагандируют и обучают навыкам здорового образа жизни». (Глава 4, статья 41).

Сухомлинский писал: «что истоки способностей и дарований детей находятся на кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, тем сложнее движения, необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее".

Уровень развития мелкой моторики – один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Обычно ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически мыслить, у него достаточно развиты память и внимание, связная речь. Учителя отмечают,что первоклассники часто испытывают серьезные трудности в овладении навыком письма. Техника письма требует слаженной работы мелких мышц кисти и всей руки. Неподготовленность к письму, недостаточное развитие речи, мелкой моторики, зрительного восприятия, внимания, может привести к возникновению негативного отношения к учёбе, тревожного состояния ребенка. Поэтому уже в младшем дошкольном возрасте важно развивать механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Изучив современные методики по сохранению и укреплению детского здоровья, я решила  внедрить в педагогический процесс инновационную педагогическую технологию оздоровительной направленности и использовать  в работе с детьми дошкольного возраста нетрадиционный Су-Джок метод.

 Данный метод базируется на традиционной акупунктуре и восточной медицине самооздоровления. "Су" по-корейски - кисть, "Джок" - стопа.

Разработал это направление корейский профессор Пак Чжэ Ву ( Park Jae Woo), академик IAS( Berlin ), президент Корейского института Су-Джок , президент международной ассоциации врачей Су-Джок (Лондон, 1991г.)

Су-Джок терапия - метод точечного воздействия на кисть и стопу.

Оздоровительный эффект метода Су-Джок-терапии основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Воздействуя на эти точки, можно избавиться от многих болезней или предотвратить их развитие. Су-джок - это метод, проверенный исследованиями и доказавший свою эффективность и безопасность. Эта система настолько проста и доступна, что освоить ее может даже ребенок.

Вся работа по данному методу проводится с помощью Су-Джок стимуляторов: это массажёры типа «каштан». Внутри таких шариков – «каштанов», как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанных из металлической проволоки так, что можно их легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.

Использование массажных шариков "Каштан" в комплекте с двумя металлическими кольцами в работе с детьми дошкольного возраста наиболее эффективно в речевом развитии, в коррекции агрессивного поведения и гиперактивности, а также способствует повышению физической и умственной работоспособности детей.

Неоспоримыми **достоинствами**Су–Джок терапии являются:

**Высокая эффективность** – при правильном применении наступает выраженный эффект.

**Абсолютная безопасность** – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно.

**Универсальность**- Су–Джок терапию могут использовать как и педагоги в своей работе, так и родители с детьми в домашних условиях.

**Простота применения** – для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су–Джок шариков (они свободно продаются в аптеках и не требуют больших затрат).

Занимаясь Су-Джок терапией в ДОУ, мы можем решить несколько **задач** одновременно:

* Воздействие на биологически активные точки организма ребенка.
* Развитие мелкой моторики рук;
* Развитие связной речи, автоматизировании звуков, стимулирование речевых зон коры головного мозга;
* Развитие памяти, внимания;
* Повышение иммунитета.

**Объект исследования**.

Процесс воздействия на биологически активные точки организма ребенка.

**Предмет исследования**.

Су-Джок терапия, как нетрадиционная здоровье сберегающая технология.

**Цель:**сохранение и укрепление здоровья детей, повышение иммунитета с помощью использования Су-Джок терапии и формирование у воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

**Задачи проекта:**

**Оздоровительные:**

• сохранить психофизическое здоровье ребенка;

• формировать основы личной гигиены;

• формировать потребность к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии.

**Образовательные:**

• осознанно воспринимать значение профилактико-оздоровительной системы Су Джок и использовать ее в практической деятельности;

• сформировать в сознании ребенка чувство неразрывности с природой;

• включить ребенка в процесс самооздоравливания на уровне знаний, умений, навыков;

• дать элементарные анатомические и физиологические характеристики человека.

**Воспитательные:**

• воспитывать привычку к здоровому образу жизни в ДОУ и семье;

• воспитание культуры здоровья;

• формирование нравственных качеств: забота об окружающих, родителях, умения во время прийти на помощь и оказать ее.

В своей работе мы используем следующие **методы и приемы работы**:

* Взаимодействие со сказочным персонажем.  
  Ребенку предлагается поиграть в сказку, используя су-джок.
* Словесные приемы: потешки, прибаутки, стихи, вопросы, сказки, загадки.
* Игровые упражнения
* Наглядные приёмы
* Схемы
* Видеоматериалы
* Иллюстрации.
* Практические действия.
* Массаж кистей, стоп и пальцев.

Массаж специальным шариком ладоней рук. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко, его мы надеваем на пальчики.

Массаж эластичным кольцом, детям очень нравится, а также он помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж, до покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

массаж стоп. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам, коврикам с пуговицами и т.д. Мы это выполняем с детьми после дневного сна.

**Формы организации работы:**

* Индивидуальная
* Подгрупповая
* Фронтальная
* Режимные моменты
* Физминутки
* Пальчиковая гимнастика

**Ожидаемые результаты:**

- ознакомление со способами самооздоровления через воздействие на активные точки по системе Су-джок

- Повышение интереса к привычке к здорового образу жизни в ДОУ и семье;

- Развитие произвольного поведения, внимания, память, речи и других психических процессов;

- Развитие координации движений и мелкой моторики;

- Стимуляция речевых зон коры головного мозга.;

- Осуществление благоприятного воздействие на весь организм.

**Форма организации:**индивидуальные, подгрупповые занятия.

**Су-джок терапию для детей проводим поэтапно.**

**I этап.**

Знакомство детей с су-джок, правилами его использования.

**II этап.**

Закрепление знаний в упражнениях, играх.

**III этап.**

Самостоятельное использование шарика су-джок в соответствии с потребностями и желаниями.

**Этапы реализации проекта;**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы** | | **Деятельность педагога** | | **Деятельность**  **детей** |
| **I. Подготовительный этап** | | 1.Изучение методики «Су – Джок».  2.Создание условий для внедрения метода «Су – Джок».  3.Подбор материала для внедрения данного метода.  4.Приобретение шариков «Су – Джок» и эластичных колец.  5.Ознакомление с методической литературой: Е. И. Чернова, Е. Ю. Тимофеева «Пальчиковые шаги» Санкт-Петербург Корона-Век 2007,   Л. Г. Брозаускас «Развиваем пальчики» Санкт-Петербург Издательский дом Литера 2008  6.Составление картотеки пальчиковых игр, сказок.  7.Составление перспективного плана проведения пальчиковых игр для педагогов и родителей.  8.Включение пальчиковых игр с использованием Су-Джок терапии в конспекты разных видов занятий, в утреннюю гимнастику, физкультминутки, в свободную деятельность детей. | | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| **II.**  **Практический этап** | Месяц | Неделя |  |  |
| октябрь | 1-2  3-4 | Организация  пальчиковых игр «Черепаха»,  «Раз – два – три – четыре – пять» (кольцо),  «Колючий еж»,  «Мячик»,  «Веселый счет»,  «Шарик»,  «Ладошки»,  «Каравай»,  «Мой ежик»,  «Я мячом круги катаю,  «Последний трюк». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| ноябрь | 1-2  3-4 | Организация пальчиковых игр: игр «Капустка»,  «Пальчики»  (кольцо),  «Дождик»,«В саду»,  Организация  пальчиковых игр «Ёжик»,  «Семья» (кольцо),  «Мебель»,  «Каравай»,  «Мои руки», | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| декабрь | 1-2  3-4 | Организация  пальчиковых игр :  «Орех», «Ежик и грибы», «Ежик и мышки», «Колкие иголки», «Лесной ежик»,«Черепаха».  «Одежда»,«Посуда»  «Дикие звери зимой»,  «Новый год», | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| январь | 1-2  3-4 | Организация  пальчиковых игр :  повторение и закрепление изученных игр  «Зимние забавы»,  «Транспорт»,  «Животные жарких стран»,  «Животные Севера». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| Февраль | 1-2  3-4 | Организация  пальчиковых игр «Родные братья»  (кольцо),  «Пирожки»,  «Еж»,  «Насекомые»,  «Подводный мир»,  «Посмотри скорей вокруг!» | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| Март | 1-2  3-4 | Организация  пальчиковых игр «Ягодки»,  «Насекомые»,«Зайцы»,  «На лужок»,  «Капустка»,  Сказка   «ЁЖИК НА ПРОГУЛКЕ»  «Игрушки»,  «Рыбки». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| Апрель | 1-2  3-4 | Организация  пальчиковых игр «Дом животые»,  «Насекомые»,  «Лесные звери»,  «Пальчики»,  «Работники»,  «Моя семья»,  «Капустка»,  «На лужок»,  «Зайцы»,  «Еж»,  «Рыбки». | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| Май |  | Повторение ранее изученных игр, любимые на выбор. | 1.Активное участие в беседах о здоровом образе жизни, играх, утренней гимнастике, гимнастике пробуждения, гимнастике после сна, физкультминутках, пальчиковых играх. |
| **III.**  **Заключительный этап** | | Оформление презентации «Минутки здоровья с Су-Джок».  Продолжать поддерживать интерес детей в потребности к поддержанию своего организма в естественном здоровом состоянии. | | .  Просмотр презентации на итоговом педсовете |

**Формы и приемы Су – Джок терапии:**

*Массаж специальным шариком.*Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мыщцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

И следующий прием это:*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.

Во время коррекционной деятельности происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эту работу провожу перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты.

*Массаж стоп*. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам, коврикам с пуговицами и т.д.

**Вывод:**

После применения самомассажа шариками Су – Джок прослеживается снижение заболеваемости у детей.

У них повысилась речевая активность- это проявилось в разучивании стихов, потешек, пальчиковой гимнастики, в рассказывании коротких сказок. Так же повысился интерес к дидактическим играм лексико – грамматического содержания. Отмечается улучшение координации речи с движением, развивается мелкая моторика.

Таким образом, Су – Джок терапия является одним из эффективных приемов, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и плодотворно воздействует на весь организм в целом.

По данным анкеты родители положительно относятся к применению метода Су – Джок терапии в работе с детьми. Многие из родителей приобрели массажеры для использования этого метода в домашних условиях.

**Рекомендации для воспитателей ДОУ по использованию**

**«Су –Джок терапии»**

***Средняя группа***

**Что:** массажные шарики с колечками «Су – Джок» и шишки,

**Когда и как:** для массажа активных точек с использование фольклорных произведений  в режимных моментах.

**Зачем:** профилактика ОРВИ и гриппа, развитие мелкой моторики и стимуляция речевой зоны коры головного мозга в целях речевой активизации детей

**Материал:** шарики, , подборка речевого сопровождения в виде потешек, пальчиковых игр, песенок.

**Деятельность:** совместно с воспитателем

**Форма организации:** индивидуальная, подгрупповая.

**Рекомендации для воспитателей ДОУ по использованию**

**«Су – Джок терапии»**

**Картотека:**

**«Пальчиковые игры с**

**массажным мечем и колечками»**



1. Массаж Су – Джок шарами (дети повторяют слова и выполняют действия с

шариком в соответствии с текстом)

Я мячом круги катаю,

Взад - вперёд 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.

1. Массаж пальцев эластичным кольцом. /Дети поочерёдно надевают массажные

кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/

Раз – два – три – четыре – пять, /разгибать пальцы по одному/

Вышли пальцы погулять,

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.

Этот пальчик для того, чтоб показывать его.

Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.

Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

1. Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков. /ребёнок поочерёдно

надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая

стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш/

На правой руке:

Этот малыш-Илюша, (на большой палец)

Этот малыш-Ванюша, (указательный)

Этот малыш-Алёша, (средний)

Этот малыш-Антоша, (безымянный)

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша, (указательный)

Эта малышка-Маша, (средний)

Эта малышка-Даша, (безымянный)

А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

Ребёнок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая

стихотворение на автоматизацию звука Ж.

Ходит ёжик без дорожек,

Не бежит ни от кого.

С головы до ножек

Весь в иголках ёжик.

Как же взять его?

1. Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-

грамматических категорий

Упражнение «Один-много». Воспитатель катит «чудо-шарик» по столу ребёнку,

называя предмет в единственном числе. Ребёнок, поймав ладонью шарик,

откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.

Аналогично упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот»

Карточка №5.

1. Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми

шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребёнок закрывает глаза, взрослый

надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой

руки надето кольцо.

1. Использование шариков при совершенствовании навыков употребления

предлогов

На столе коробка, по инструкции логопеда ребёнок кладёт шарики

соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зелёный –

около коробки; Затем наоборот, ребёнок должен описать действие взрослого.

1. Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат

на коленях ладонями вверх), делая по одному движению на каждый ударный

слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить.

1. СКАЗКА «Ёжик на прогулке»

Жил да был ёжик в лесу, в своём домике - норке (зажать шарик в ладошке).

Выглянул ёжик из своей норки (раскрыть ладошки и показать шарик) и увидел

солнышко. Улыбнулся ёжик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку

веером) и решил прогуляться по лесу.

Покатился ёжик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке

раскатывать шарик), катился - катился и прибежал на красивую, круглую

полянку (ладошки соединить в форме круга). Обрадовался ёжик и стал бегать и

прыгать по полянке (зажимать шарик между ладошками)

Стал цветочки нюхать (прикасаться колючками шарика к кончику пальца и

делать глубокий вдох). Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в

другом, нахмуриться), и закапал дождик: кап-кап-кап (кончиками пальцев в

щепотке стучать по колючкам шарика).

Спрятался ёжик под большой грибок (ладошкой левой руки сделать шляпку и

спрятать шарик по ним) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на

полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберёзовики, опята, лисички и

даже белый гриб (показать пальчики).

Захотелось ёжику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так

много … как понесёт их ёжик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ёжик

грибочки на иголки (каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика) и

довольный побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать

шарик).

1. На поляне, на лужайке /катать шарик между ладонями/

Целый день скакали зайки. /прыгать по ладошке шаром/

И катались по траве, /катать вперёд – 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/

1. 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/

И в тетрадочках писать.

1. Дождик по лесу гулял,

Катаем мяч между ладонями круговыми

Дождик песню

движениями.

напевал:

Энергично сжимаем мяч то в правой, то в

Кап-кап, кап-кап-кап.

левой руке.

Всё не кончится никак.

1. Упражнение «В саду».

Это спелый абрикос.

Он в саду на ветке рос.

Энергично сжимаем мяч обеими руками.

В сад с корзиной мы

Катаем мяч между ладонями движениями

пойдём,

вверх-вниз.

Яблок спелых мы

Катаем мяч между ладонями круговыми

наберём.

движениями.

Не ленись, и помогай,

Собирать нам урожай.

1. Упражнение «Урожай».

В огороде много дел.

Урожай у нас поспел.

Катаем мяч по поверхности стола круговыми

Помидор и кабачок,

движениями.

Перец, лук и чесночок.

Попеременно сжимаем мяч то в правой, то в

Свёкла, репа, редька,

левой руке.

лук.

Энергично сжимаем мяч обеими руками.

Много овощей вокруг!

1. «Овощи»

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,

Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик

Вот пузатый кабачок положила на бочок,

Перец и морковку уложила ловко,

Помидор и огурец.

Дети одевают колечко на пальцы, начиная с большого.

Наша Зина – молодец!

Показывают большой палец.

1. «Фрукты».

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная , красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша, просит . « Ну – кА, скушай !»

Этот пальчик – ананас,

Дети поочерёдно разгибают пальчики из кулачка, одевая колечко.

Фрукт для вас и для нас.

Дети катают шарик по ладошке.

1. «Грибы»

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.

Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик.

Удивляется мой друг.

« Сколько здесь грибов вокруг!»

Показывают удивление, разводят руки в стороны

Подосиновик, маслёнок, подберёзовик, опёнок,

Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть!

Рыжики, волнушки найду я на опушке.

Возвращаюсь я домой, все грибы несу с собой.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!

Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.

1. «Ягоды».

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Запомнил ягоды я наконец. Что это значит ?

Поднимают плечи, удивляются.

Я – молодец! Большой палец вытягивают вперёд.

1. «Мебель».

Мебель я начну считать.

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Вот сколько мебели назвал.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

1. «Одежда».

Постираю чисто, с толком.

Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку.

Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,

А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Вот устали мои руки!

Встряхивают обе руки.

1. «Посуда».

Девочка Иринка порядок наводила.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Девочка Иринка кукле говорила.

« Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в маслёнке, хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль, конечно, в солонке!»

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

1. «Дикие звери зимой»

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,

Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.

Только заиньке не спится – убегает от лисицы.

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

1. Будем мы с тобой играть, будем транспорт называть

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Автомобиль и вертолёт, трамвай, метро и самолёт,

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пять пальцев мы в кулак зажмём,

Пять видов транспорта мы назовём.

Дети сжимают пальцы в кулачок.

1. «Домашние птицы».

Есть у курицы цыплёнок, у гусыни есть гусёнок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утёнок.

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

У каждой мамы малыши

Все красивы, хороши!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

1. «Домашние животные».

Довольна корова своими телятами,

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья? Поросятами !

Довольна коза своими козлятами,

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

А я довольна своими ребятами!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

1. «Перелётные птицы».

Тили – тели, тиле – тели,

С юга птицы прилетели!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Прилетел к нам скворушка – серенькое пёрышко.

Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей .

Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –

Поочерёдно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Все вернулись, прилетели,

Песни звонкие запели!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

1. «Насекомые».

Дружно пальчики считаем – насекомых называем.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зелёным брюхом.

Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!

1. Вот помощники мои

Вот помощники мои. (показать пальцы)

Их, как хочешь поверни.

По дорожке белой, гладкой

Скачут пальцы, как лошадки.

(шариком провести по руке, до локтя)

Чок, чок, чок,

Чок, чок, чок –

Скачет резвый табунок. (повторить с другой рукой)

1. «На лужок»

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот. (поочерёдно надеваем кольцо на каждый палец)

На зелёный ты лужок

Приходи и ты, дружок! (катаем шарик по ладошке)

1. «Капустка»

Мы капустку рубим, рубим, (ребром ладони стучим по шарику)

Мы капустку солим, солим, (подушечками пальцев трогаем шарик)

Мы капустку трём, трём (потираем ладошками о шарик)

Мы капустку жмём, жмём. (сжимаем шарик в кулачке)

1. «Рыбки»

Рыбки весело резвятся

В чистой тёпленькой воде, (перекидывать шарик из руки в руку)

То сожмутся, разожмутся,

То зароются в песке, (сжимать, разжимать шарик в кулачке)

1. «Игрушки»

На большом диване в ряд

Куклы Катины сидят:

Два медведя, Буратино,

И весёлый Чиполлино,

И котёнок, и слонёнок.

(поочерёдно катаем шарик Су Джок к каждому пальчику, начиная с большого)

Раз, два, три, четыре, пять.

Помогаем нашей Кате

Мы игрушки сосчитать.