

## Массажные игры для малышей



Массаж – это эмоционально-физическое общение матери (отца) и ребенка. Он способствует укреплению чувства доверия и взаимопонимания. Игровой массаж снимает напряжение мышц, нормализует деятельность центральной нервной системы. Способствует социализации, развивает терпение, формирует внимание, стимулирует воображение.

### Нежная мама

Поглаживайте спинку малыша, приговаривая:

Нежная мама  
Любимому сыну  
Гладит и гладит  
Любимую спину.  
Мама не Петина,  
Мама не Светина,  
Мама не Гошина,  
А мама Алешина

*Для девочки можно проговаривать, например, такой стишок:*

Нежная мама  
Дочке любимой  
Гладит и гладит  
Любимую спину.  
Мама не Светина,  
Мама не Петина,  
Мама не Верочки,  
А девочки Верочки.

*Попробуйте зарифмовать имя своего малыша.*

### Били лён

Били лён, били Топили, топили Колотили, колотили. Мяли, мяли. Трепали, трепали. Белы скатерти ткали. На столы накрывали.	<i>Постукиваем кулачком по спине малыша. Растираем ладонями спинку. Похлопываем. Разминаем спинку пальцами. Трясем за плечи. Чертим ребрами ладоней. Поглаживаем ладонями.</i>
--	--

## Прилетали две тетери

*Во время массажа поглаживаем, пощипываем и поколачиваем спинку ребенку.  
Как на этой на неделе  
Прилетали две тетери.  
Походили – пощипали,  
Походили – поклевали.  
Посидели – посидели.  
И обратно улетели.  
Прилетят в конце недели  
Наши милые тетери.  
Мы тетерок будем ждать –  
Дадим крошек поклевать.*

## Капустка

<i>Мы капусту рубим, рубим, Мы морковку трем, трем, Мы капусту солим, солим, Мы капусту ждем, ждем. Сок капустный пьем, пьем.</i>	<i>Постукиваем спинку малыша ребрами ладоней Трущие движения костяшками пальцев. Точечные прикосновения пальцами. Проминание мышц пальцами. Поглаживающие движения ладонями.</i>
---	--

## Рыбки плавали

<i>Рыбки плавали, плескались, В чистой тепленькой воде. То играют, то дерутся То зароятся в песке.</i>	<i>Круговыми движениями водим по спинке малыша. Прищипываем кожу на спинке малыша. Потереть кулаком спинку.</i>
--	---

## Хомка – хомячок

<i>Хомка, хомка, хомячок - Полосатенький бочок Хомка раненько встает Чистит лапки, воду пьет Прибирает Хомка хатку И выходит на зарядку: Раз, два, три, четыре, пять - Хочет Хомка сильным стать!</i>	<i>Проводим расслабленными пальцами по спине вверх – вниз). Гладим ножки малыша Гладим ручки малыша Гладим спинку малыша  Берем ручки малыша и делаем ими движения вверх – вниз.</i>
---	--

### Шел – шел мишка

Шел- шел мишка	<i>Костяшками пальцев «бороздим» спинку малыша).</i>
Пришел в лес	<i>Один раз осторожно ударяем кулаком по спине.</i>
Взял пилу и пилит, пилит, пилит	<i>Ребром ладони растирается вся поверхность стопы.</i>
Взял топор и рубит, рубит, рубит	<i>Ребром ладони имитируем рубящие движения.</i>
Взял молоток и забивает гвозди	<i>Очень нежно стучим кулаком по спине малыша.</i>
Расправил листики	<i>Разглаживаем спину малыша в разных направлениях.</i>
Взял кисточку, покрасил	<i>Ласково поглаживаем.</i>
Ах, какой молодец! Замечательный умелец!	<i>поцелуйте малыша в спинку.</i>

### Рельсы - рельсы

Рельсы, рельсы	<i>Проводим одну, потом другую линии вдоль позвоночника.</i>
Шпалы, шпалы	<i>Проводим поперечные линии.</i>
Ехал поезд запоздалый.	<i>«Едем» ладонью по спине.</i>
Из последнего вагона Вдруг посыпался горох	<i>Стучим по спине пальцами обеих.</i>
Пришли куры, поклевали	<i>Стучим указательными пальцами.</i>
Пришли гуси, пощипали	<i>Щипаем спинку.</i>
Прошёл слон	<i>«Идём» по спине тыльной стороной кулаков</i>
Прошла слониха	<i>«Идём» кулаками, но с меньшим усилием.</i>
Прошёл маленький слонёнок	<i>«Идём» тремя пальцами, сложенными в щепоть.</i>
Пришёл директор магазина	<i>«Идём» по спине двумя пальцами.</i>
Всё разгладил, всё расчистил	<i>Поглаживаем спину ладонями вверх-вниз.</i>
Поставил стол	<i>Изображаем стол кулаком.</i>
Стул	<i>Стул изображаем щепотью.</i>
Печатную машинку	<i>Печатную машинку — пальцем.</i>

<p>Стал печатать</p> <p>«Жене и дочке».</p> <p>Дзинь – точка.</p> <p>Шлю вам чулочки». - Дзинь - точка.</p> <p>Прочитал</p> <p>Помял, разгладил</p> <p>Прочитал, Помял, разгладил,</p> <p>Сложил, Отправил.</p>	<p><i>«Печатаем» по спине пальцами.</i></p> <p><i>На этих словах каждый раз щекочем бочок.</i></p> <p><i>Водим пальцем, как будто читаем.</i></p> <p><i>Щипаем, а затем поглаживаем спинку.</i></p>
---	---

Источник:

[https://shkola7gnomov.ru/parents/eto\\_interesno/zdorove\\_i\\_uhod/id/997/](https://shkola7gnomov.ru/parents/eto_interesno/zdorove_i_uhod/id/997/)