**Массаж спинки ребенка**

Рельсы, рельсы…

 (проводим одну, потом другую линии вдоль позвоночника)

 Шпалы, шпалы…

 (проводим поперечные линии)

 Ехал поезд запоздалый…

 («едем» ладонью по спине)

 Из последнего вагона

 Вдруг посыпался горох.

 (стучим по спине пальцами обеих рук)

 Пришли куры, поклевали.

 (стучим указательными пальцами)

 Пришли гуси, пощипали.

 (щипаем спинку)

 Прошёл слон,

 («идём» по спине тыльной стороной кулаков)

 Прошла слониха,

 («идём» кулаками, но с меньшим усилием)

 Прошёл маленький слонёнок.

 («идём» тремя пальцами, сложенными в щепоть)

 Пришёл директор магазина,

 («идём» по спине двумя пальцами)

 Всё разгладил, всё расчистил.

 (поглаживаем спину ладонями верх-вниз)

 Поставил стол, (изображаем — стол кулаком)

 Стул, (изображаем стул — щепотью)

 Печатную машинку. (Печатную машинку — пальцем)

 Стал печатать:

 («печатаем» по спине пальцами)

 Жене и дочке,

 Дзинь-точка.…(на этих словах каждый раз щекочем бочок)

 Шлю вам шоколад и чулочки,

 Дзинь-точка.

 Прочитал, (водим пальцем, как будто читаем)

 Помял, разгладил, (щипаем, а затем поглаживаем спинку)

 Прочитал,

 Помял, разгладил,

 Сложил, отправил.

**Массаж стопы**

Сидит белка на тележке,

 (круговыми движениями гладим пяточку)

 Раздает она орешки

 Мишке толстопятому—

 (проглаживаем пальчики, начиная с большого пальца)

 Заиньке усатому,

 Лисичке-сестричке,

 воробью — синичке,

 Кому в роток,

 (гладьте большим пальцем подушечки стопы)

 кому в зобок,

 кому в лапочку (гладим ручку ручкою и далее по тексту)

 Ручку ручкою погладим,

 Пальчик пальчиком потрём,

 Отдохнём совсем немножко,

 А потом опять начнём!

**Массаж живота**

На лугу, на лугу

 (гладим животик по часовой стрелке)

 Стоит миска творогу

 (кладём ладонь на животик),

 Прилетели две тетери

 (пощипываем бочка снизу вверх)

 Поклевали…

 (двумя пальцами пробегаем по животику)

 Улетели….

 (поглаживаем малыша)

**Массаж пальчиков на руке**

(1) Наш массаж сейчас начнём,

Каждый пальчик разотрём:

Этот - всех красивей,

Этот - всех ленивей,

Этот пальчик - всех длинней,

Этот пальчик – всех умней,

(2) Вместе – это пять друзей

(3) Пальцы растянуть хочу,

Каждый пальчик покручу,

Этот - всех красивей,

Этот - всех ленивей и т. д.

(4) Каждый пальчик мы возьмём

И сожмём, сожмём, сожмём.

Этот - всех красивей, и т. д.

(5) Каждый пальчик мы возьмём,

На подушечку нажмём

Этот - всех красивей, и т. д.

1 – растирать каждый палец, начиная с мизинца, от основания пальца к кончику

2 – погладить сразу все пальчики

3 - взяв палец за кончик и приподняв, осторожно вращать

4 - сжимаем поочерёдно пальчики в своём кулачке

5 – нажимаем кончиком указательного пальца на кончик пальца малыша у ногтя