**МУ «Комитет по образованию Администрации г. Улан - Удэ»**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад №64 «Колокольчик» комбинированного вида города Улан-Удэ**

**670045, г .Улан-Удэ, ул. Ключевская, 18 А**

**телефон: 8(3012) 43-73-41**

АВТОРСКАЯ КАРТОТЕКА УПРАЖНЕНИЙ С МАССАЖНЫМИ МЯЧИКАМИ «СУ-ДЖОК» ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ

ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

БУРЛАКОВОЙ КСЕНИИ ОЛЕГОВНЫ

г. Улан-Удэ

2023

**Сентябрь**

**«Школа»**

Этот пальчик мой братишка

Рядом друг, ровесник Мишка

Одноклассница их Света

Всегда в платьице одета

Это Васька хулиган Поочередно надеваем колечко на пальцы, начиная с

Непослушный мальчуган большого пальца

Это Петька – наш сосед

Ему тоже 8 лет

Ну а пальчик маленький

Это я удаленький!

Уж сентябрь на дворе

И ребята в школе все Поочередно шагаем шариком по ладоням обеих рук

Я как только подрасту

Тоже в школу к ним прийду

**Октябрь**

**«Овощи»**

Наварила мамочка нам к обеду щей Ставим ладошку в форме чашечки и катаем мяч

В огороде к осени много овощей поочередно, по обеим ладоням

Вот хрустящая морковка

Сладкий перчик Поочередно надеваем колечко на пальцы, начиная с мизинца

Репчатый лучок

Вот зеленая капуста

И душистый чесночек

**Ноябрь**

 **«Прогулка в лесу»**

Этот палец во лесу встретил рыжую лису

Этот палец, с серой холкой

Под сосной увидел волка

Этот палец вверх глядел, Поочередно надеваем колечко, начиная

Белку высмотреть успел с большого пальца

Этот палец стал реветь,

Глядь, в кустах сидит медведь,

Ну а маленький парнишка

По следам нашел зайчишку

**Декабрь**

**«Зима»**

А на улице зима – все дороги замела, Круговые движения шарика между

Сыпет снег пушистый, мягкий, белый, чистый. ладонями

Этот пальчик взял лопату

Этот пальчик чистил снег

Этот пальчик двор подмел Поочередно надеваем колечко на пальцы,

Этот по воду пошел начиная с большого пальца

А малыш остался,

На саночках катался

**Январь**

**«Каникулы»**

Дома елочка стоит – огонечки красные Дети катают Су-Джок между

А под ней подарки всем красивые и разные ладонями

Папе – новый инструмент

Маме - чашку, теплый плед

Деду – шахматы в коробке, Поочередно надеваем колечко на пальцы, начиная с

Он у нас играет ловко большого пальца.

А бабуле пряжу,

Она часто вяжет

Ну а мне кроссовки,

Игрушку в упаковке.

**Февраль**

**Февральский ветер**

Дует ветер ледяной

И метель стоит стеной

Ах февраль, какой ты злой Поочередно надеваем колечко на пальцы, начиная с

Не пойду гулять с тобой! мизинца.

Это сердится зима,

Ведь она почти прошла.

**Март**

**«Весна»**

Вот весна уже идет Сжимаем и разжимаем шарик сначала в левом, а потом в

И тепло с собой несет. Правом кулаке

Это снег почти растаял

Это нас мороз оставил

Это ветры улетели Поочередно надеваем колечко на пальцы, начиная с

Это кончились метели большого пальца.

Это птичка поет,

Что весна к нам идет.

**Апрель**

**«Девица Весна»**

Выглянул подснежник первый

Прилетели с Юга птицы Катаем шарик по левой, затем по правой ладони

Едет девушка Весна поочередно.

В зеленой колеснице

Это соловей поет

Это травушка растет

Это ночки удлинились Поочередно надеваем колечко на пальцы, начиная с

Это почки появились большого пальца.

Это солнце светит

И смеются дети.