



## Картотека игр и упражнений.

### Самомассаж, по лексическим темам учителя-логопеда.

#### САМОМАССАЖ ЛИЦА «ОСЕНЬ»

Если дождь стучит по крышам то сильней, то тише, тише, *Постукивание подушечками пальцев*  
Землю всю листва укрыла - значит, **осень** наступила.  
Осень в гости к нам пришла, краски яркие взяла. *Поглаживающие движения*  
Стала желтою трава, разноцветною - листва.  
Осень в гости к нам пришла сильный ветер принесла. *Спиралевидные движения*  
Листья пестрые летят... осень любит листопад!  
Осень в гости к нам пришла, дождь с собою принесла. *Постукивающие движения*  
Мелкий дождик моросит, у деревьев грустный вид.  
Осень в гости к нам пришла, птичек в стаи собрала: *Зигзагообразные движения*  
«Стало холодно вокруг, вам пора лететь на юг!»  
Осень в гости к нам пришла, в огород нас позвала. *Пощипывающие движения*  
Не лбнись, да поспевай, собирай-ка урожай.

#### САМОМАССАЖ ЛИЦА «ЗИМА»

Смотрят дети из окна: *Поглаживающие движения*  
По дорожке ледяной  
В гости к ним идет зима  
В белой шубке меховой.  
Белая метелица *Спиралевидные движения*  
По дорогам стелется,  
Закружилась над землей,  
Затянуло небо мглой.  
За снежинками снежинки *Легкие постукивающие движения*  
Тихо кружатся, летят.  
Укрывает все тропинки  
Покрывалом снегопад.  
На ветвях развесил иней *Пощипывающие движения*  
Ночью Дедушка Мороз  
Он сегодня очень сильный-  
Щиплет щеки, лоб и нос.  
Побежим домой скорей. *Растирающие движения*  
Не догонит нас Мороз!  
Рукавичкой посильней  
Разотрем мы щеки, нос.  
Завтра снова будем мчаться *Поглаживающие движения*  
На коньках и на санях  
И на лыжах с гор кататься-  
Ведь зима у нас в гостях.

#### САМОМАССАЖ ЛИЦА «ВЕСНА»

Мы весну встречаем *Поглаживающие движения*  
С первыми лучами.  
Они весело бегут,  
Звонко песенку поют.  
Первые капли *Постукивающие движения*  
В полдень зазвенели.  
Стал мороз весною слаб,  
Снегу жарко: кап, кап, кап.

Шлепаем по лужам  
После зимней стужи.  
Каждый год весной потом.

*Пошлепывающие движения*

Под ногами: шлеп, шлеп, шлеп.  
Льдинки звонкие разбились  
И поплыли по реке,  
И сережки распушились  
На осине и ольхе.

*Зигзагообразные движения*

Обогрела всех весна,  
Пробудился лес от сна.  
Все, кто спал, весной проснулись.

*Спиралевидные движения*

Птицы с юга к нам вернулись.  
Землю солнышко согрело,  
И трава зазеленела.  
День весенний стал длиннее,  
Небо ярче и синее.

*Поглаживающие движения*

### **САМОМАССАЖ ЛИЦА**

Здесь живет Хмурилка,  
Здесь живет Дразнилка,  
Здесь живет Смешилка,  
Здесь живет Страшилка.  
Это носик Бибка!  
А где твоя улыбка?

*Потереть брови  
Потереть нос  
Потереть уголки губ  
Потереть щеки  
Потереть крылья носа  
Приподнять пальцами уголки губ*

### **САМОМАССАЖ РУК**

Разотру ладошки сильно,  
Каждый пальчик покручу,  
Поздороваюсь с ним сильно  
И вытягивать начну.  
После руки я помою,  
Пальчик в пальчик я вложу,  
На замочек их закрою  
И тепло поберегу.  
Выпущу я пальчики,  
Пусть бегут как зайчики.

*Растирание ладоней;  
Захватить пальчик у основания и выкручивающим  
движением дойти до ногтевой фаланги;  
«Моют» рук;  
Пальцы в «замок»;  
Пальцы расцепить и перебирать ими;*

### **САМОМАССАЖ «ЁЖИК» С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СУДЖОК ШАРИКОВ**

*Движения соответствуют тексту.*

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.

### **САМОМАССАЖ РУК «ШИШКА»**

Сосновую шишку возьму я в ладошку,  
В ладошке ее покатаю немножко.  
Кручу и катаю, катаю - кручу,  
Ладошки и пальчики ей щекочу.  
Я шишкой своей проведу по ладошке,  
И сразу на ней появились дорожки.

*Катаем шишку между ладоней.*

*Проводим шишкой вдоль ладони.*

Я шишку легонько сжимаю, сжимаю – *Аккуратно сжимаем шишку одной рукой,*  
Так пальчики я свои разминаю!

### **САМОМАССАЖ РУК ШИПОВАННЫМ МЯЧИКОМ (ШАРИКОМ СУ - ДЖОК)**

Эта ручка – правая *Шарик на правой ладони*  
Это ручка – левая *Шарик на левой ладони*  
Я на мячик нажимаю *Зажать шарик между ладонями*  
И зарядку делаю:  
Будет сильной правая *Сжать в правом кулаке*  
Будет сильной левая *Сжать в левом кулаке*  
Будут ручки у меня – ловкие, умелые. *Катать мячик между ладонями*

### **ИГРОВОЙ МАССАЖ «ЧЕРЕПАХА»**

Шла купаться черепаха *Пощипывающие движения всей поверхности*  
И кусала всех со страха: *спины одного ребенка другим.*  
Кусь – кусь – кусь, кусь – кусь – кусь, Ниикого я не боюсь.  
Уууууууу! *Ребенок поворачивается и пугает партнера.*

### **САМОМАССАЖ СТОП МАССАЖНЫМИ МЯЧИКАМИ ИЛИ РОЛИКАМИ**

Ходит ежик вдоль дорожек по лесу, по лесу. *Катать мячик или ролик по ступням*  
И колючками своими колется, колется.  
А я ежику-ежу, ту тропинку покажу,  
Где катают мышки маленькие шишки.

### **САМОМАССАЖ ПРИЩЕПКАМИ**

*Бельевой прищепкой на ударные слоги стихотворения поочередно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно.*  
Кусается сильно котенок – глупыш,  
Он думает: это не палец, а мышь.  
- Но я же играю с тобою, малыш!  
- А будешь кусаться – скажу тебе «кыш!».

Автор-составитель: учитель-логопед МБДОУ ЦРР ДС № 18 МОТР Кравец Анна  
Давидовна