Развиваем осязание и мелкую моторику

самомассаж для детей 3 и 4 лет

«Осень»

Ах, как листики летят, **Всеми красками горят.** **Будем листья собирать** **И с листочками играть**	*Поочередно кладем кисти рук ладонями и тыльной стороной на стол*
Шу-шу, шу- шу **Я листочками шуршу.**	*Растираем ладони*
Шу-шу, шу- шу **Я листочками шуршу.**	*Растираем тыльную поверхность правой руки*
Шу-шу, шу- шу **Я листочками шуршу.**	*Растираем тыльную поверхность левой руки*
Листья берёзы, **Листья осины,** **Листья тополя, рябины,** **Листья дуба соберем**	*Указательным пальцем правой руки нажимаем на подушечки пальцев левой руки на каждое название дерева (левая рука лежит на столе ладонью вверх).*
Маме букет осенний отнесем	*Сжимаем кисть в кулак или указательным и средним пальцами правой руки делаем шагательные движения в середине ладони правой руки (рука лежит на столе ладонью вверх)* *Меняем руки и проговариваем еще раз.*
Я катаю мой орех, **Чтобы стал круглее всех**	*Катаем мяч, каштан, грецкий орех на мягкой поверхности правой рукой,*
Один, два, три, четыре, пять **Буду долго я катать**	*левой рукой*
Один, два, три, четыре, пять **Буду долго я катать**	*и между ладонями, как будто лепим из пластилина шар*

По дорожке я пойду **Там я палочку найду** **Раз, два, три, четыре, пять –** **Можно палочку катать** **Раз, два, три, четыре, пять –** **Можно палочку катать**	 *Нажимаем палочкой/карандашом по очереди под счет на подушечки пальцем* *Катаем палочку между ладоней* *Повторяем еще раз, сменив руки*
Вот мы славно погуляли. **Наши ручки то устали,** **Их погладим** **Отдыхайте! Отдыхайте!** **Отдыхайте! Засыпайте!**	 *Гладим тыльную сторону кистей рук по очереди*

Вам в помощь видео с выполнением упражнений:

https://disk.yandex.ru/d/PGW9jxRTL2VJBA

ЗАНИМАЙТЕСЬ С УДОВОЛЬСТВИЕМ!

.