

## МАССАЖ ЛИЦА.

1. Ребенок поглаживает лоб, щеки, крылья носа от центра к вискам, мягко постукивает по коже, словно уплотняет ее, чтобы она стала упругой.
2. Надавливает пальцами на переносицу, на середину каждой брови, делая вращательные движения сначала по часовой стрелке, затем против нее. Повторить по 5-6 раз.
3. С усилием надавливая на кожу, рисует красивый изгиб бровей, затем щипками лепит густые брови (от переносицы к вискам).
4. Мягко и нежно лепит глаза, на их уголки и расчесывая длинные пушистые реснички.
5. Надавливая на крылья носа, ведет пальчики от переносицы к носовым пазухам, подергивая себя за нос: представляет, какой красивый нос Буратино у него получится.

## МАССАЖ ШЕЙНЫХ ПОЗВОНКОВ.

*Игра: « БУРАТИНО».*

Буратино своим длинным, любопытным носом рисует солнышко, морковку, дерево:

- 1) мягкие круговые движения головой сначала по часовой стрелке, затем против нее;
- 2) поворачивает голову в стороны, вверх, вниз;
- 3) наклоняет голову во время « рисования» сначала вправо, затем влево.

## МАССАЖ НОГ.

1. Ребенок, сидя по-турецки, подтягивает к себе стопу левой ноги, затем разминает пальцы ног, поглаживает между пальцами, раздвигает пальцы. Сильно нажимает на пятку, растирает стопу, щиплет, похлопывает по пальцам, пятке, выпуклой части стопы, делает стопой вращательные движения, вытягивает вперед носок, пятку, затем похлопывает ладошкой по всей стопе: « Будь здоровым, красивым, сильным, ловким, добрым, счастливым!..». То же с правой ногой.
2. Поглаживает, пощипывает, с силой растирает голени и бедра. Делает пассы поочередно над каждой ногой, сначала « надевая» воображаемый чулок, затем «снимая его и сбрасывая»

*Игра: «Покачай малышку».*

Ребенок прижимает груди стопу ноги («малышку»), укачивает ее, касается лбом колена, стопы, поднимает «малышку» выше ГОЛОВЫ, делает вращательные движения вокруг лица.