**Игровой массаж для детей 2-3 лет**

Массаж полезен в любом возрасте: он улучшает кровообращение кожи, снимает напряжение мышц, нормализует деятельность центральной нервной системы.

 Если мама сама делает своему малышу несложный массаж, то  это становится дополнительным поводом для эмоционально–физическим общения матери и ребенка, способствует укреплению чувства доверия и взаимопонимания. Во время массажа ребенок получает удовольствие и успокоение.

 А если массаж превратить в веселую игру, то ребенок получит двойную радость.
Игровой массаж способствует социализации детей, развивает у них внимание, терпение и чувство юмора. Массаж можно делать руками, кисточкой, ваткой и т.п.
 **Ехала машина**

*Поставьте два пальца  над переносицей малыша и проделывайте легкие массирующие движения:*

Ехала машина,
Ехала, ехала,
С горки съехала -    *(пальцы массируя, разъезжаются, спускаются и поглаживают кожу*             ррррррррррррррррр -  *под  глазами)*
Дальше поехала.    *(пальцы массируют крылья носа)*
Буксует, буксует,       *(вокруг крыльев носа массируем подольше)*
Снова поехала,         *(спускаемся к губе под дырочками)*
В тоннель уехала .   *(немного массируем дырочки изнутри)*

**Веселый массаж**

*Поглаживайте называемые части тела и лица:*

Тут лес,        *(пальчиком гладит по чёлке малыша)*
Тут поляна,  *(по лобику)*
Тут бугор,  *(носик)*
А тут яма,     *(ротик)*
Тут грудь,
Тут живот,
А тут сердечко живёт.

**Кузнец**

 *Рассказывая слова стихотворения, нежно постукивайте по ступне малыша:*

"Эй, кузнец – молодец,
Захромал мой жеребец.
Ты подкуй его опять! "
"Отчего ж не подковать?
Вот гвоздь,
Вот подкова,
Раз, два -
И готово!"

**Рельсы – рельсы**

*Кладем ребенка на животик и делаем ему массаж спины:*

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.           *(пощипываем 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 вверх-вниз)*
Поставил стол,                            *(изображаем стол кулаком – ставим его на одну из лопаток)*
Стул,                                             *(стул изображаем щепотью – ставим ее на другую лопатку)*
Печатную машинку.                     *(печатную машинку — пальцем)*
Стал печатать:                             *(«печатаем» по спине пальцами)*
«Жене и дочке. -
Дзинь - точка. -                            *(на этих словах каждый раз нежно щекочем бочок)*
Шлю вам чулочки». -
Дзинь - точка.
Прочитал,                          *(водим пальцем, как будто читаем)*
Помял,  разгладил,                     *(щиплем, а затем поглаживаем спинку)*
Прочитал,
Помял, разгладил,
Сложил,
Отправил.

**Зайки**

На полянке, на лужайке
Целый день скакали зайки          *(слегка постукиваем пальцами по спинке малыша)*
И катались по траве
От хвоста и к голове                  *("прокатываем" ладони от попы к шее)*
Долго зайцы так скакали,           *(слегка постукиваем пальцами по спинке малыша)*
Но, напрыгавшись, устали.        *(кладём ладони на спинку малыша)*
Мимо змеи проползали,
"С добрым утром!"- им сказали. *(делаем волнообразные движения ладонями по спине)*
Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха мать.           *(гладим малышу спинку)*
 **Ёжик-чудачок**

 *Этот массаж можно делать резиновым мячиком с «шипами»:*

Хитрый ежик-чудачок
Сшил забавный пиджачок:       *(ребенок катает мячик–ежик между ладонями)*
Сто иголок на груди,                  *(мама катает мячик-ежик по груди малыша)*
Сто булавок позади.                 *(мама катает мячик-ежик по спине малыша)*
Ходит еж в лесу по травке,
Натыкает на булавки  *(мама катает мячик-ежик по верхней части ножек* *малыша)*
Грушу, сливу
 – всякий плод,
Что под деревом найдет.       *(мама катает мячик по ступням малыша)*
И с подарочком богатым         *(мама катает мячик-ежик  между двумя ступнями малыша)*
Возвращается к ребятам.        *(мама катит мячик-ежик от ног малыша к его шее)*

**Чух – чух**

Чух-чух, пыхчу, пыхчу, ворчу,   *(проводим ладошками по спинке малыша)*
Стоять на месте не хочу!
Чух-чух, пыхчу, пыхчу, ворчу.
Стоять на месте не хочу!
Колесами стучу, стучу,             *(осторожно постукиваем по спинке малыша)*
Колесами стучу, стучу,
Колесами стучу, стучу,
Садись скорее, прокачу!         *(разглаживаем спинку малыша)*
Чу, чу, чу!
 **Дождик**

Дождик бегает по крыше -
Бом! Бом! Бом!                        *(нежно водите пальчиками по спинке малыша)*
По веселой звонкой крыше -
Бом! Бом! Бом!
- Дома, дома посидите,          *(постукивайте пальчиками по спинке малыша)*
Бом! Бом! Бом!
Никуда не выходите,                *(постукивайте кулачками по спинке малыша)*
Бом! Бом! Бом!
Почитайте, поиграйте              *(поглаживайте ладошками)*
Бом! Бом! Бом!
А уйду - тогда гуляйте
Бом! Бом! Бом!
Дождик бегает по крыше -
Бом! Бом! Бом!
По веселой звонкой крыше –
Бом! Бом! Бом!