**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!