

Сказки- массажики



*Материал подготовила
педагог-психолог:
Н.Н.Грязнова*

Сказки-массажики – очень любимы детьми!

Вспомните эти прекрасные “Рельсы-рельсы, шпалы шпалы” – и мамыны руки, и она хихикает и гладит вас, и всем хорошо, потому что вместе, потому что минута покоя и близости.

Сказки-массажики снимают напряжение, тревожность, агрессивность. Их цель расслабить ребенка, подарить ему время любви, радости и покоя, которое сейчас принадлежит только ему и вам. Нам так часто этого не хватает, но благодаря такой простой сказки-прикосновению, это становится возможным и вы легко можете восполнить тот пресловутый минимум (8 прикосновений), которые необходимы ребенку в день:)

Вот ещё другие варианты сказок, помимо знакомых нам “Рельсы-рельсы”, которые могут понравиться вашим детям. Пусть они принесут вам минуты отдохновения, радости и вдохновения – к собственным, только вашим с ребенком, сказкам!



«Бегемотик»

Сказка помогает ребенку сконцентрироваться на ощущениях “здесь и сейчас”; помогает ценить те радости жизни, которые он уже имеет; снимает напряжение, успокаивает. Ребенка лучше положить на спину.

В жаркой Африке, в прохладном болоте жил-был Бегемот (гладим ребенка по животу). И никогда он света белого не видел, потому что глаза этого Бегемота всегда были в болотной тине (закрываем глаза ребенка)

А еще в Африке, недалеко от болота, жил-был Слоненок с длинным хоботом (проводим ладонью от животика вверх и трогаем нос ребенка, немного оттягивая его). Он топал по Африке (мягко «топаем» по телу ребенка кулаками) и восхищался тем, что видел. А видел он больше крылых бабочек (нежно касаемся ребенка подушечками пальцев по всему телу), полосатых зебр (рисуем полосы), саблезубых тигров (легонько царапаем ножки, ручки, животик, бока), бегущие журчащие ручейки (с головы до пят проводим волнистые линии), зеленую высокую траву (вытягиваем кожу вверх в разных частях тела), прогретую мягкую землю (мягко нажимаем ладонями в разных местах) и забавных веселых птичек («прыгаем» по телу).



Услышал однажды Бегемот (массируем ушки ребенка и тихонько щекочем проход в ушную раковину), как Слоненок восхищается миром, и ему тоже захотелось это увидеть, да глаза его все в тине (снова слегка нажимаем на глаза).

Тогда набрал Слоненок чистой воды из родника (просим ребенка дать нам его ладошки – это будет родник – и массируем их в середине подушечками пальцев, будто набираем воды) и промыл глаза Бегемота (слегка нажимаем на глаза и поглаживаем, будто омываем) и спину, и животик, и ноги, и уши, и голову, и шею, и всего его (поглаживаем названные части тела, словно омываем). И тогда увидел наконец Бегемот и полосатых зебр (рисуем полосы по телу), и тигров (легонько царапаем ножки, ручки, животик, бока), и синее море (проводим волнистые линии), и пушистые облака (рисуем облака), и большие камни (мягко нажимаем кулаками), и маленьких рыбок (точечными движениями массируем разные части тела), и прекрасных-бабочек (двумя ладонями машем, будто крыльями, нежно касаясь тела), и удивительную радугу (проводим дугу всеми пальцами от одного бока до другого через животик). И увидел Бегемотик, как и ты видишь, какой большой, прекрасный и интересный наш Мир.

Что бы ты еще хотел показать Бегемотику? (Изображаем массажиком то, что назовет ребенок, например, рисуем солнышко, цветы, машины и т.д.)



Баня

Сказка очень хороша для профилактики и лечения простудных заболеваний. Стимулирует и активизирует оздоровительные процессы в организме. Повышает настроение. Облегчает напряженное состояние.

Жила-была семья (*проводим круг*): мама Таня, папа Ваня, сынок Миша, сынок Гриша и дочери – Глаша, Саша и Наташа (*проводим полосы, обозначая каждого члена семьи*).

Пришла осень. Пошли дожди (*указательными пальцами изображаем дождь*). Налили дожди большие лужи на улицах (*рисует круги*).

Ребятишки наши скорее по лужам бегать (*перебираем пальцами по всему телу*). Бегали-бегали Миша, Гриша, Глаша, Саша и Наташа – ноги промочили (*растираем ножки*), да и простудились. А-пчхи, А-пчхи, Ап-чхи – расчихались (*резко нажимаем на ребенка три раза*).

– Ну! – говорят мама с папой. — Будем лечиться! (*гладим ребенка по голове, взъерошивая волосы*). Собрали они детей (*собираательные движения*) и повели в баню, а в бане жарко (*растираем ребенка двумя руками – одна рука вверх, другая вниз и ребром руки, аж дух захватывает!*)



Заткнули ребяташки **носы** и давай соревноваться, кто дольше сможет **не дышать** (*просим ребенка не дышать, сколько он может, и считаем – это внутренний массаж всех органов*) – раз, два, три, четыре, пять, шесть ... двадцать... Ух! Молодцы!

– А теперь **дышите глубоко**, кто дольше, – предложила мама.
– Я в бане еловый и сосновый дух навела.

И стали детишки дышать глубоко да широко, да долго, да **то одной ноздрей, то другой** (*предложите ребенку глубоко подышать, а потом подышать, закрывая по очереди ноздри*).

– А теперь, – говорит папа Ваня, – ложитесь-ка на горячую полку, я вас всех **веничком побью**, чтобы всю вашу хворь из вас **выстучать**, выгнать! (*бьем легонько по всему телу ребенка, включая пяточки и голову, ладонями и одновременно, и поочередно, будто веничками*)

Лег Миша, а папа его **веничком** (*стучим-хлопаем двумя ладонями – быстро-быстро – даем ребенку банный эффект, разогреваем*) и по спине, и по рукам, и по плечам, и по ногам, и по пяточкам. Стало Мише жарче...

Лег Гриша, и его отец **веничком и по рукам, и по спине, и по ногам, и по попе, и по пяточкам**. Стало Грише лучше...



Легла на лавку Глаша, а папа ее веничком и по спине, и по рукам, и по ногам, и по пяточкам. Стало Глаше легче...

Легла Саша на лавочку, а папа и ее веничком и по спине, и по рукам, и по ногам, и по пяточкам. Стало Саше спокойнее...

Легла Наташа, а папа ее веничком и по спине, и по рукам, и по ногам, и по пяточкам. Стало Наташе свободнее...

Стучал папа, стучал березовым веничком, да все болезни из ребятишек и **выгнал!** *(несколько раз резко смахиваем с ребенка сверху вниз с нажимом).*

Эх! Банька хороша! Поет тело и душа! *(поглаживаем)*



Белка и заяц

Сказка помогает отреагировать отрицательные эмоции. Помогает ребенку уснуть в хорошем настроении. Расслабляет, снимает напряжение. Активизирует полезные для всего организма процессы. Способствует развитию коммуникативных навыков.

Скакал бельчонок по деревьям: прыг-прыг-прыг-тру-ля-ля! (2—3 раза прыгаем пальцами по телу ребенка). А внизу, под деревом, стоял заяц и восхищался ловкими прыжками белки (снова прыгаем и поем).

— Вот это да! Вот бы мне так уметь – прыг-прыг-дрыг-тру-ля-ля – по деревьям, а не только по земле! — воскликнул он (во время диалогов – можно просто поглаживать в удобном темпе).

— Давай я тебя научу! — сказал бельчонок и научил зайчонка, и стали они вместе по деревьям прыгать: прыг-прыг-прыг-тру-ля-ля (прыгаем по телу ребенка и напеваем).

— Спасибо! Мне так нравится! — сказал зайчик (прыгаем). — Жаль, что мне нечему тебя научить.

— Ничего, что-нибудь да найдется! – подбодрил бельчонок.



И они подружились, и целыми днями по деревьям скакали – прыг-прыг – прыг-тру-ля-ля, прыг-прыг-дрыг-тру-ля-ля, прыг-да-скок-тру-ля-ля, скок-да-прыг-тру-ля-ля! *(прыгаем по всему телу ребенка)*. Лапками вместе – дрыг-дрыг *(ручки трясем-расслабляем)*, ножками вместе – прыг-прыг *(ножки трясем-расслабляем)*, носиком дышат – шмыг-шмыг *(нос массируем, закрываем одну правую ноздрю – просим, чтобы ребенок вдохнул левой ноздрей, потом закрываем левую, просим, чтобы выдохнул правой)*, головкой качают – дык-дык *(голову ребенка берем в руки, легонько трясем и поворачиваем из стороны в сторону)*,

Животиком булькают – бульк-бульк *(вибрирующие движения на животе)*, плечами поводят – бряк-бряк *(трясем за плечи легонько)*, глазами стреляют – зырк-зырк *(легко нажимаем на глаза)*, ушами шевелят – шмяк-шмяк *(потрясываем, массируем уши)*. Эх! Хорошо! *(мелко и быстро постукиваем все тело кулачками и пошлепываем ладонью, как в бане веничком)*.

Пришла ночь. Легли зайчонок с бельчонком спать *(поглаживаем)*. Один в нору забрался *(забираемся в одну подмышку)*, другой в дупле притаился *(забираемся рукой в другую подмышку)*.



А в это время хищная куница вышла охоту (*крадемся по телу, немного царапая*). Крадется хитрая: когтями – шряк-шряк, зубами – звяк-звяк. И прямехонько к дуплу белки.

хотела схватить бельчонка за хвостик, как проснулся заяц, вскочил на дерево и ка-а-ак своими сильными лапами – дрыг-дрыг – по кунице (*барабаним по спине или груди ребенка, в зависимости от того, на чем он лежит, или просим ребенка шлепнуть или побарабанить по руке, которая изображает куницу*) и оттолкнул ее от дупла бельчонка.

Убежала куница (*убираем одну руку за себя*). Вылез бельчонок из дупла, обнял зайчонка (*обнимаем ребенка*) и сказал: «Теперь и ты научил меня, как быть настоящим другом!»

И стали друзья снова каждый день по веткам скакать – прыг-дрыг-дрыг-тру-ля-ля-ля, лапками дрыгать – дрыг-дрыг, ножками двигать – прыг-прыг, носиком шмыгать – шмыг-шмыг, ушками дружно – шмяк-шмяк, плечиками вместе – бряк-бряк, животиком булькать – бульк-бульк, головкой качают – дык-дык, глазами сверкают – зырк-зырк (*делаем массажик, как в начале сказки*). Эх! Хорошо!



В гостях у Бабы Яги»

Сказка расслабляет. Вызывает позитивные эмоции. Снимает повышенный телесный тонус. Помогает преодолеть страхи к отрицательным сказочным персонажам.

На лесной опушке стояла на курьих ножках **избушка** (*рисуем указательным пальцем домик с курьими ножками*), и жила в ней Баба-Яга – косматая и лохматая (*лохматим ребенка и водим по телу круговыми движениями*[\[1\]](#)). Говорила Баба-Яга своей избушке: «**Повернись** к лесу задом, а ко мне передом!» – и избушка поворачивалась (*поворачиваем ладонь по часовой стрелке по животу ребенка*).

А рядом с опушкой было **болото** (*нажимаем с давлением и немного пощипываем*), и жила в нем Кикимора – **холодная** (*даём мелкую дрожь коже ребёнка быстрыми, вибрирующими движениями ладоней*) и **голодная** (*ногтями щипаем, будто кусая*).

Пошла Кикимора к Бабе-Яге – чавк-чавк, шлёп-шлёп (*пошлёпываем*).

Пришла она к **избушке** на опушке (*рисуем пальцами домик*) и говорит: избушка-избушка, повернись к лесу задом, а ко мне передом (*подушечками пальцев крутим, будто крышку отвинчиваем*).

Повернулась избушка (*поворачиваем ребенка на спину*), открыла Баба-Яга дверь и впустила Кикимору.



Стали они кашу **варить**. Поставила Баба-Яга **казанок** на печку (*рисует казанок*), взяла ложку и стала **мешать** (*крутим ладонью и кулаком по животику по часовой стрелке*).

Мешала-мешала, варила-варила – вкусную кашу сварила!
Посолила, поперчила (*мелко пощипываем ребёнка и щекочем подушечками пальцев*) и смех-травы положила.

Вдруг слышит – **стук** в дверь (*стучим кулаком*). **Открыла** Баба-Яга дверь (*опять ребёнка переворачиваем*), а там Чёрт стоит с **рогами** длинными (*массируем две любые точки на голове*), с **копытами** ослиными (*стучим кулаками*).

Пригласила Баба-Яга и Черта, стали они втроём кашу **есть** – ам-ам-ам (*щипаем всей ладонью, захватывая кожу*). Наелись да как начали **хохотать** (*вибрируем ладонью*). **Ха-ха-ха** – смеялась Баба-Яга. **Хи-хи-хи** – смеялась Кикимора. **Хо-хо-хо** – смеялся басом чёрт (*изображаем разный смех, вибрируя руками*).

Насмеялись, наелись и стали по домам расходиться. Кикимора в болото пошла – чавк-чавк, **шлёп-шлёп** (*шлепаем ладонями*). Чёрт в нору свою побрёл – топ-топ-топ (*кулаками постукиваем*). А Баба-Яга залезла на печку, заснула и **захрапела**. **Х-р-р-р** (*нежно потрясываем ребёнка*).

[1] Непонятно, когда это все успеть – и голову взлохматить, и по телу кругами поводить.



Водяной

Сказка снимает общее напряжение в теле, настраивает на позитивное психическое состояние и гармоничное общение. Снимает телесные зажимы, способствует принятию своего тела и себя в целом. Развивает фантазию и стимулирует воображение.

В одном милом пруду жил-поживал добрый и забавный Водяной (поглаживаем ребенку животик или спинку).

Жил он хорошо. Плавал целыми днями по пруду от берега до берега (волнистые линии от пяточек по ногам, животу, шее до макушки и обратно). Вставал он вместе с Солнцем! (поглаживаем ребенка от центра к периферии, имитируя лучи отходящие от солнца) Сначала подставлял солнечным лучикам свою шершавую чешую и лицо (разглаживаем кожу ребенка двумя руками по всему телу ребенка, включая лицо и голову. Руки вместе, а потом расходятся с нажимом).

После делал зарядку: потягивал и двигал своими зелененькими ручками и качал хвостом (ребенка можно взять за руки, слегка потянуть их вверх, в стороны, крест-накрест, потом подвигать ноги ребенка, оттягивая их вниз за пяточки, как бы от тела, потом можно согнуть их в коленях несколько раз, и раздвинуть ножки в стороны, аккуратно соединив в конце «минизарядки»). Потом поливал цветы вокруг своего пруда (щекочущие движения по бокам и краям тела).



А после поливки он нежно целовал распустившиеся бутончики, потому что уж очень любил свои цветочки (*нежно целуем ребенка в разных местах тела*).

Днем играл с мухами, неожиданно выскакивая их из воды, хватая их ртом и считая, сколько уже поймал (*можно пощипать ребенка руками, а можно ртом – одними губами захватывать кожу, в разных частях тела, приговаривая «один! два...»*, будто вы выскакиваете из воды и ловите мух). Потом он открывал свой рот и выпускал всех мух на свободу. Иной раз у него доходило до 15, чему он был несказанно рад (*поглаживаем*).

А вечерами танцевал с рыбками (*прыгающие, пощипывающие движения по всему телу*) и всласть брызгался с кикиморами (*постукиваем указательными, а можно и всеми пальцами по телу ребенка*).

А еще наш Водяной очень любил пускать пузыри по воде. И делал он это вот так: он высовывал из воды свой рот, дул на воду и получалось смешное бульканье – буль-буль-буль! (*губами касаемся кожи ребенка и дуем на нее так, чтобы получился дребезжащий звук, вибрация кожи. Можно просто говорить – буль-буль-буль плотно прижимая губы к коже ребенка. Делаем такие вибрации в разных частях тела так, чтобы у ребенка это вызывало положительные эмоции и приятные ощущения*).



Когда Водяной начинал булькать, все лягушки этого пруда начинали квакать – ква-ква-ква! (*квакаем, плотно прижимая свои губы к коже ребенка*).

А когда лягушки начинали квакать, кукушки этого леса начинали куковать – ку-ку, ку-ку, ку-ку (*все звуки произносим одним способом – вибрируя, как описано выше*), а гуси гоготать – га-га-га-га-га! И даже сонные улитки просыпались и булькали свою песенку – У-у-у-у-у-у!

И каждый вечер у этого милого пруда можно послушать странный, но удивительный и веселый оркестр (*дуем и поем, плотно прижимая губы к коже ребенка в различных частях его тела, любую мелодию и сочетание звуков*): буль-буль-буль, ква-ква-ква, ку-куру-ку-ку. га-га-га, у-у-у, буль, ква-ква, буль-буль!..



Волшебные полянки

Сказка настраивает на хороший лад, успокаивает ребенка, снимает усталость. Хороший помощник в лечении ребенка, если он болен, так как в процессе массажа пяточек мы активизируем оздоровительные процессы во всем организме. Очень хорошо проделать и родителям подобный массаж и для своих любимых пяток.

*Массажик проводится на пяточках в качестве профилактики болезней и активации всех центров в организме ребенка, но также можно делать его и просто на теле ребенка, спине или животе.

Пришла зима (берем одну пяточку ребенка), и одну маленькую лесную полянку всю засыпало снегом (поглаживаем от носка к пяточке).

Это была не простая полянка, а **волшебная!** Ее заколдовала добрая волшебница так, чтобы все, у кого добрая душа, могли загадывать на этой полянке свое желание и оно непременно бы исполнялось (поглаживаем от пяточки к носку).

И вот **пришел** на поляну добрый **мишка косолапый** (кулаками стучим по пяточке).



Сел он и говорит: «Вот бы сейчас мне среди лютой зимы малинки поесть», – и сразу **вырос** перед ним малиновый куст, а на нем малина спелая, крупная, да сладкая-пресладкая (точечный массаж стопы и массируем каждый пальчик).

– Ух ты! – обрадовался мишка и **полакомился** сочной малинкой (щипаем). Потом **поклонился** полянке (пальчики сгибаем внутрь стопы) и дальше **потопал** (стучим кулаками). **Прискакал** на полянку веселый **заяц-попрыгаец** (*стучим пальцами, будто прыгаем*).

– Сейчас зима, морковка моя любимая не растет, а я по ней так соскучился! (*поглаживаем*)

И вмиг на полянке целый **огород морковки появился** (*пощипываем, потягивая кожу вверх*). Наелся зайчик, родителям и друзьям морковки набрал, **поклонился** полянке (*наклоняем пальчики внутрь*) и дальше **поскакал** (*прыгаем*).

Прилетел на полянку **снегирь** краснопузый (*двумя руками, как крыльями, машем, касаясь нежно тела ребенка*): «И здесь нет рябины. Где же, где же отыскать ее среди зимы?» Смотрит – а на поляне вырастает дерево-рябина, вся **усыпанная ягодами** (*указательными пальцами массируем стопу*).

– Вот повезло! – воскликнул снегирь. – Как я эту рябину раньше не заметил?



Позвал он других птичек, воробьев и синичек (*указательными пальцами тычем*). Наклевались они вдоволь, поблагодарили полянку и дальше полетели (*наклоняем пальчики внутрь*).

Вот какой необыкновенной была лесная полянка! (*поглаживаем*)

Наступило лето (*берем вторую стопу, поглаживаем, растираем*). Жаркое солнце стало теперь греть нашу волшебную полянку.

Пробегала мимо нее голодная собачка (*перебираем пальцами по пяточке*), забежала на полянку посмотреть, нет ли косточек на ней случайно. Смотрит собачка – а вся полянка в косточках, сахарных да мясных (*тычем*). Обрадовалась собачка, **нагрызлась** (*щипаем*), **поклонилась** – **поблагодарила** (*сгибаем пальчики внутрь*) полянку за подарок.

Бежала мимо мама-мышка, искала зернышки пшеничные для малых детушек (*скребем*). Полянка ей целую гору отборных зерен наколдовала. Очень рады были и мышка, и вся ее большая семья (*щипаем*).

Зашли на полянку бабушка с внучкой (*подушечками двух пальцев ходим по пяточке*). По грибочки они пришли. Да грибов нигде нет, а полянка раз – и наколдовала им грибов крепких да ладных: белых, подосиновиков, лисичек, маслят (*щипаем*). Да еще и земляники сладкой в придачу, да щавеля на супчик, да цветов полевых на радость.



Вот какой необыкновенной была лесная полянка!
(поглаживаем)

Наступило лето (берем вторую стопу, поглаживаем, растираем).

Жаркое солнце стало теперь греть нашу волшебную полянку.

Пробегала мимо нее голодная собачка (перебираем пальцами по пяточке), забежала на полянку посмотреть, нет ли косточек на ней случайно. Смотрит собачка – а вся полянка в косточках, сахарных да мясных (тычем). Обрадовалась собачка, **нагрызлась** (щипаем), **поклонилась** – **поблагодарила** (сгибаем пальчики внутрь) полянку за подарок.

Бежала мимо мама-мышка, искала зернышки пшеничные для малых детушек (скребем). Полянка ей целую гору отборных зерен наколдовала. Очень рады были и мышка, и вся ее большая семья (щипаем).

Зашли на полянку бабушка с внучкой (подушечками двух пальцев ходим по пяточке). По грибочки они пришли. Да грибов нигде нет, а полянка раз – и наколдовала им грибов крепких да ладных: белых, подосиновиков, лисичек, маслят (щипаем). Да еще и земляники сладкой в придачу, да щавеля на супчик, да цветов полевых на радость.

– Спасибо тебе, полянушка! – **поклонились** бабушка с внучкой (пальчики вовнутрь).



– Спасибо тебе, полянушка! – **поклонились** бабушка с внучкой (пальчики вовнутрь).

И **проходил(а)** мимо (имя ребенка), и попросил(а) он(а) у волшебной полянки (спрашиваем у нашего ребенка, что бы он попросил, если бы можно было). И полянка подарила ему с удовольствием (выполняем желание ребенка, изображая его в массаже, как захотим). **Поблагодарил** (имя ребенка) поляночку и пошел домой, счастливый и довольный (говорим за ребенка слова благодарности).

– Как приятно быть такой волшебной полянкой и радовать других,
– подумала полянка и заснула до следующего утра, до новых добрых гостей!

И **проходил(а)** мимо (имя ребенка), и попросил(а) он(а) у волшебной полянки (спрашиваем у нашего ребенка, что бы он попросил, если бы можно было). И полянка подарила ему с удовольствием (выполняем желание ребенка, изображая его в массаже, как захотим). **Поблагодарил** (имя ребенка) поляночку и пошел домой, счастливый и довольный (говорим за ребенка слова благодарности).

– Как приятно быть такой волшебной полянкой и радовать других,
– подумала полянка и заснула до следующего утра, до новых добрых гостей!



Волшебный лес

Сказка повышает настроение, помогает ребенку уснуть в хорошем настроении. Снимает напряжение, расслабляет тело, переключает психику с негатива. Развивает воображение, дает ребенку возможность окунуться в свои мечты. Профилактика и лечение кашля, простуды.

Вилась-вилась по лесу тропинка (ведем одним пальцем по телу ребенка волнистую линию, от головки до пяточек). Мимо елочек, мимо березок, вдоль овражков, через ручейки, через поляночки, к еловой чаще, где елки колючие и деревья дремучие (массируем ступни ног и пальчики).

Вилась-вилась тропинка через чащу дремучую, елки колючие (возвращаемся через ножки на животик или спинку) и привела нас с тобой к избушке на лесной опушке (рисует пальцем избушку).

Жили в той избушке три старушки-веселушки-говорушки (три раза мнем ладонью в разных местах, изображая трех бабушек).

Лица у них были морщинистые (мнем лицо, слегка пощипывая в складочки), носы длинющие (вытягиваем нос), подбородки острые (вытягиваем), лбы широкие-умные (трем и разглаживаем лоб), уши оттопыренные и лопухие (уши оттягиваем, массируем), волосы лохматые (лохматим), но сами старушки были очень добрыми (поглаживаем).



Половицы у них в избе были **скрипучие** (*давим ладонями, перекатываясь*), и скрипели они – **срип-скрип, скрип-скрип**, двери у старушек тоже были **скрипучие**, и тоже скрипели – **крях-крях, крях-крях**, и ставни на окнах в избушке тоже были **скрипучие**, и скрипели они – **бряк-бряк, бряк-бряк**.

Любили старушки-хохотушки **похохотать** – **ха-ха-ха** (*трясем и вибрируем*). И **хохотали** они так, что избушка их вся **тряслась** и качалась – **дрям-дрям-дрям, дрям-дрям-дрям**.

И любили те старушки **потанцевать** да **попрыгать**, **ножками подрыгать** (*прыгающие движения ладонями по телу*). Одна старушка на **балалаечке** играла – **дрынь-ля-ля, дрынь-ля-ля** (*рисуем вдоль тела струны и бренчим по ним, перебирая пальцами*), другая на **банках-склянках** и **коробочках барабанила** (*барабаним слегка кулаками*) – **бум-бум, бум-бум**, а третья **пела** и **плясала**, **платочком расписным махала** – **а-а-а-а!** (*стучим кулаками по телу и преимущественно по груди ребенка и просим его произносить любые звуки, мелодии, можно просто – а-а-а!* Получится **прерывистый** голос, что и полезно, и смешно).

Так они резвились, дружно веселились.



Имели те старушки **волшебные колотушки**. Брали они те колотушки, **вертели–крутили их** (*берем руки ребенка чуть ниже локтя и крутим одну руку, вокруг другой*) да **приговаривали**: «Колдуй баба, колдуй дед, колдуй десять тысяч лет, колдуй баба, колдуй дед, колдуй десять тысяч лет, наколдуйте, наколдуите, наколдуите нам конфет!»

И тут, откуда не возьмись, **сыпались** на старушек-говорушек **сотни тысяч конфет** (*барабаним везде*). И карамельки, и леденцы, и с изюмом, и с орешками, и драже, и ириски, и мармеладные, и всевозможные шоколадные. Сыпались в лесу они повсюду – вот так чудо, вот так чудо!

Как засыплют веселушки лес конфетами, снова брали они колотушки, да **приговаривали** (*берем ноги ребенка чуть ниже колен и крутим их одну ногу вокруг другой*): «Колдуй баба, колдуй дед, колдуй десять тысяч лет, Наколдуите-ка нам, колотушечки, озера из сока да лимонада речушечки».

И тут же **начинали течь по лесу ручьи** из сладкой воды, реки из коктейля, (*проводим двумя руками по ребенку волнистые полосы от головы, макушки, до ног*), из сока всевозможного, из лимонада с вкусными пузырьками и ароматными **брызгами** (*можно проимитировать брызги на теле ребенка*).



И брали старушки-веселушки свои колотушки в третий раз (берем или за руки, или за ноги, или за руки и за ноги ребенка и крутим) и снова приговаривали: «Колдуй баба, колдуй дед, колдуй сотни тысяч лет, пусть на опушке появятся фрукты и мороженое, торты и пирожные».

И дождь из всевозможных сладостей, тортов, пирожных, взбитых сливок, бананов, мандаринов и ананасов сыпался на поляну (ладонями и кулаками несильно постукиваем).

Старушки радовались и гостей созывали, друзей приглашали (собирающие движения в центр), зверюшек угощали. И сами время зря не теряли – конфетки жевали (щипаем) да соком запивали.

А как солнышко-колоколнышко садилось (гладим с нажимом двумя ладонями сверху вниз), старушечки наши уборку затевали: костерразводили (трем грудь ребенка тыльными сторонами ладоней), лишнее сжигали – лес убирали (поглаживаем так, будто метем мусор за пределы ребенка)

Убирались-убирались (все поглаживаем, подметаем) да спать на печку отправлялись (гладим ребенка по волосам).

Вот так жили – не тужили в волшебном лесу старушки-веселушки. И ты сегодня к ним в гости одним глазком заглядывал.



До новых встреч!

