

## *Точечный массаж по Уманской*

### *“Гномик в пальчиках живет”*



Гномик в пальчиках живет

Он здоровье нам несет

1,2,3,4,5

Будем с гномиком играть

Руки у груди сожмем

Кружочки рисовать начнем

Девять раз рисуем влево

Девять раз рисуем вправо



Гномик наш поднялся выше  
К шейке подобрался ближе  
Снова хочет рисовать  
Пальчиками поворачать  
Девять раз вращаем влево  
Девять раз вращаем вправо



Гном еще поднялся выше  
К нашей голове поближе  
Легко будет нажимать  
Кружочки рисовать  
Девять раз рисуем влево  
Девять раз рисуем вправо



Гном за ухом спрятался  
Смеется он над нами  
Видимо очень хочет он  
Поиграть с друзьями  
Его попробуем достать  
Сверху вниз понажимать  
Эй друг не зевай  
Ты до девяти считай



Неужели гномик наш убежал домой  
Нет, всего лишь спрятался за твоей спиной  
Сзади бугорок нашел  
И вокруг него пошел  
Девять раз обходим влево  
Девять раз обходим вправо



Гнома мы ловить начнем  
Крылья носа разотрем  
Девять раз вращаем влево  
Девять раз вращаем вправо



Гном еще поднялся  
И к бровям подобрался  
Гнома в бровях ловим  
А он все по кругу ходит  
Девять раз идем мы влево  
Девять раз идем мы вправо



Тут наш гном совсем умолк  
И пустился наутек  
К ушкам подобрался ближе  
Может здесь его увидим  
Девять раз покрутим влево  
Девять раз покрутим вправо



Прятаться наш гном устал  
И домой от нас сбежал  
Ключ от дома мы возьмем  
И здоровье в нем запрем  
Девять раз покрутим влево  
Девять раз покрутим вправо

*Точечный массаж по Уманской  
“Гномик в пальчиках живет”*