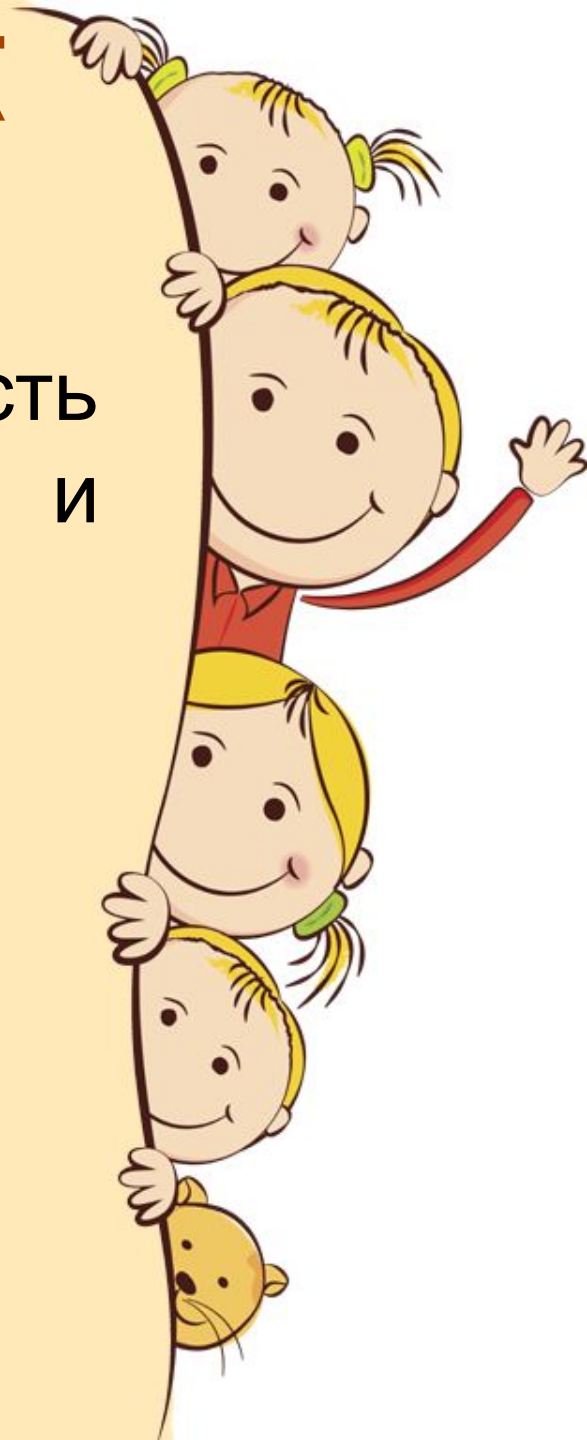
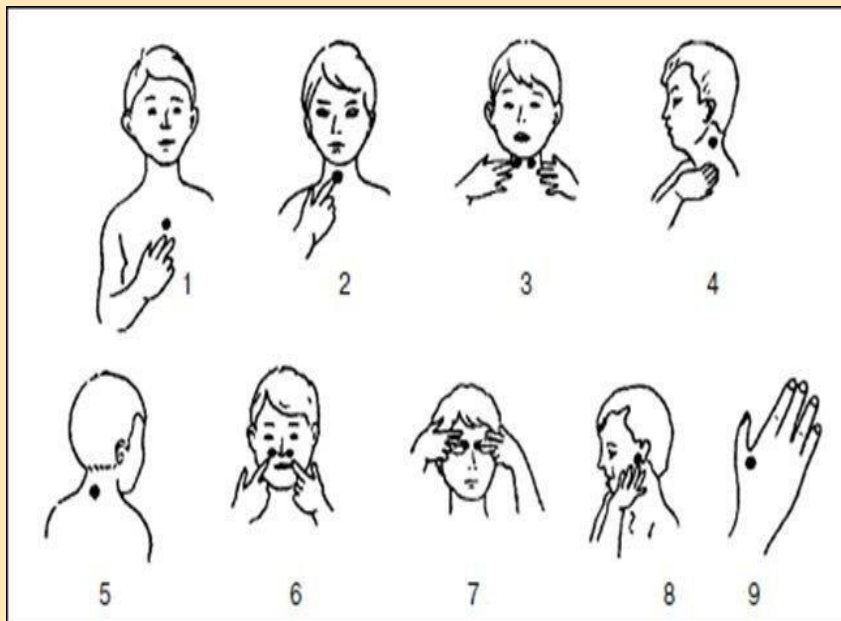


ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ А.А. УМАНСКОЙ

повышает сопротивляемость
организма к простудным и
инфекционным заболеваниям



ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

А.А. УМАНСКОЙ

Зона 1



Гномик в пальчиках живет
Он здоровье нам несет.
Раз, два, три, четыре, пять
Будем с гномиком играть:
Руки у груди согнем,
Кружочки рисовать начнем.
*Девять раз рисуем влево,
Девять раз рисуем вправо.*

Зона 2



Гномик наш поднялся выше,
К шейке подобрался ближе.
Снова хочет рисовать,
Пальчиками поворачивать.
*Девять раз вращаем влево,
Девять раз вращаем вправо.*

ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

А.А. УМАНСКОЙ

Зона 4



Гном за ушами спрятался,
Смеётся он над нами.
Видно очень хочет он
Поиграть с друзьями.
Его попробуем достать,
Сверху вниз понажимать.
Эй, друг, не зевай!
Ты до девяти считай.

Зона 3



Гном еще поднялся выше –
К нашей голове поближе.
Легко мы будем нажимать,
Кружочки нежно рисовать.
Девять раз рисуем влево,
Девять раз рисуем вправо.

ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ А.А. УМАНСКОЙ

Зона 5



Неужели гномик наш
Убежал домой?
Нет! Всего лишь спрятался
За твоей спиной.
Сзади бугорок найдем –
И вокруг него пройдем.
*Девять раз обходим влево,
Девять раз обходим вправо.*

Зона 6



Гнома мы ловить начнем –
Крылья носа разотрем.
*Девять раз вращаем влево,
Девять раз вращаем вправо.*

ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

А.А. УМАНСКОЙ

Зона 8



Тут наш гном совсем умолк
И пустился наутек.
К ушкам подберемся ближе —
Может, здесь его услышим?
*Девять раз покрутим влево,
Девять раз покрутим
вправо.*

Зона 7



Гном еще поднялся,
К бровкам подобрался.
Гнома я в бровях ловил,
А он по кругу все ходил.
*Девять раз идем мы влево,
Девять раз идем мы
вправо.*

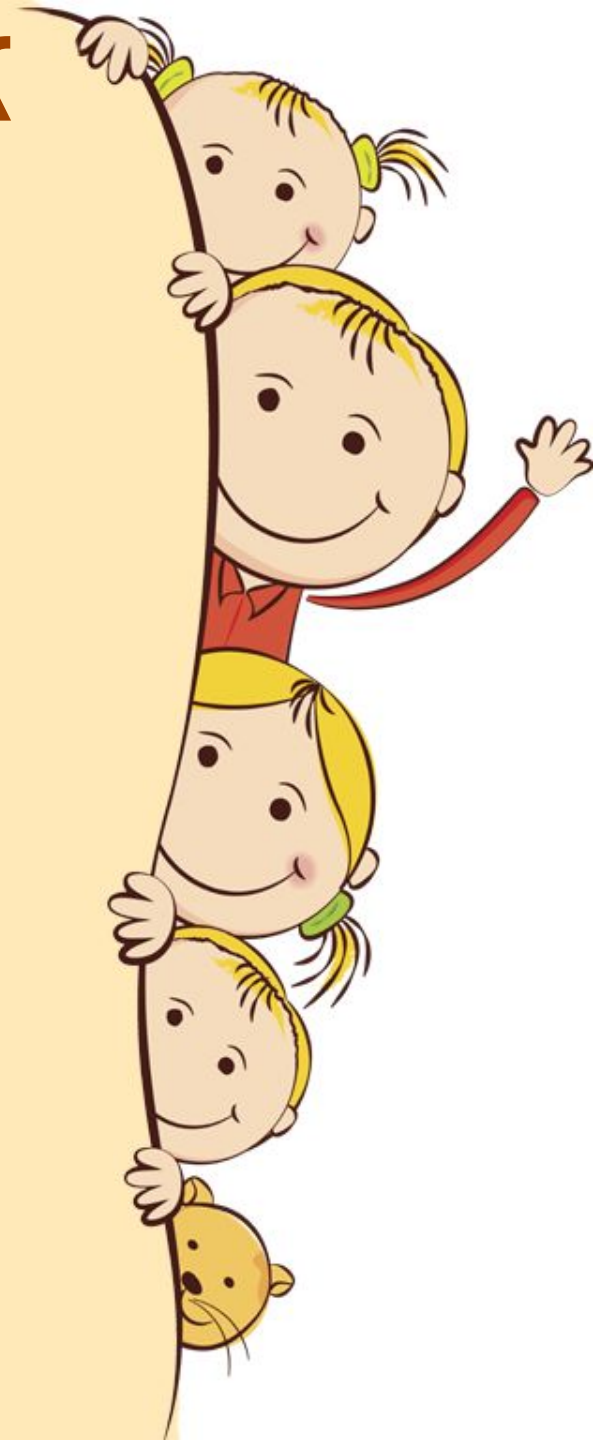
ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ А.А. УМАНСКОЙ



Зона 9



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.*





БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

СПАСИБО ЗА

ВНИМАНИЕ!