

## Консультация для родителей "Игры с массажным мячиком"



Игры с массажными мячиками очень полезны для стимуляции нервных окончаний на ручках и теле малыша, а также для улучшения циркуляции крови. Занятия подходят для развития мелкой моторики и речевой активности детей.

### **МАССАЖ ЛАДОНЕЙ И ПАЛЬЧИКОВ МАССАЖНЫМ МЯЧИКОМ**

Данные упражнения можно использовать под любой из нижеприведённых стишков, чтобы ребёнку не было скучно.

1. Мяч находится между ладоней, пальцы прижаты друг к другу. Делать массажные движения, катая мяч вперед-назад.
2. Мяч находится между ладоней, пальцы прижаты друг к другу. Делать круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делать вращательные движения вперед, как будто закручиваете крышку.
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавить ими на мяч.
5. Держа мяч подушечками пальцев, делать вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкинуть мяч двумя руками на высоту 20-30 см и поймать его.
7. Зажать мяч между ладонями, пальцы сцепить в замок, локти направлены в стороны. Надавить ладонями на мяч (4-6 раз).
8. Переключать мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

## УПРАЖНЕНИЯ-СТИШКИ С МАССАЖНЫМ МЯЧИКОМ

Ежа в руки мы возьмем,

Покатаем и потрём.

(катаем между ладошек)

Вверх подбросим и поймаем,

(подбрасываем вверх и ловим)

И иголки посчитаем.

(пальчиками одной руки нажимаем на шипы)

Пустим ёжика на стол,

(кладем мячик на стол)

Ручкой ёжика прижмём

(ручкой прижимаем мячик)

И немножко покатаем...

(ручкой катаем мячик)

Потом ручку поменяем.

(меняем ручку и тоже катаем мячик)

---

Ёжика возьмём в ладошки

И потрем его слегка,

(в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему)

Разглядим его иголки,

(меняем ручку, делаем тоже самой)

Помассируем бока.

(катаем между ладошек)

Ёжика в руках кручу,

(пальчиками крутим мячик)

Поиграть я с ним хочу.

Домик сделаю в ладошках —

(прячем мячик в ладошках)

Не достанет его кошка.

(прижимаем ладошки к себе)

---

Ёжик-ёжик, чудачек!

Сшил колючий пиджачок

(катать мячик в ладошках)

Встал с утра, и в лес — гулять,

(поднять руки с мячиком вверх)

Чтоб друзей всех повидать.

(перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз)

Ёжик топал по тропинке

(постучать мячом по столу)

И грибочек нёс на спинке.

(завести руки с мячом за голову, покатать мяч по шее)

Ёжик топал не спеша,

(прокатываем мяч по одной ножке сверху до коленки)

Тихо листьями шурша.

(прокатываем мяч по другой ножке от коленки вверх)

А навстречу скачет зайка,

Длинноухий Попрыгайка,

(подбрасываем и ловим мячик)

В огороде чьём-то ловко

Раздобыл косою морковку!

(завести руки за спину и спрятать мяч)

---

Катится колючий ёжик,

Нет ни головы, ни ножек.

(выполняем круговые движения мячиком между ладонями)

По ладошкам он бежит

И пытит, пытит, пытит.

Мне по пальчикам бежит

И пытит, пытит, пытит.

(перебираем мяч пальчиками)

Бегаёт туда, сюда!

Мне щекотно? Да, да, да!

(катать мячик по ножкам-ручкам вверх-вниз)

Уходи, колючий ёж,

В тёмный лес, где ты живёшь!

(пускаем мячик по столу и ловим его подушечками пальцев)

---

Я мячом круги катаю,

Взад-вперёд его гоняю.

(можно катать мячик по ручкам-ножкам или по столу)

Им поглажу я ладошки,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк:

Мяч катаю между рук!

Движения соответствуют тексту.

---

Этот шарик не простой

Весь колючий, вот такой.

Меж ладошками кладём

Им ладошки разотрём.

Вверх и вниз его катаем

Свои ручки развиваем!

Движения соответствуют тексту.

## Непростой шарик

Этот шарик не простой,  
Весь колючий, вот такой!  
Меж ладошками кладем,  
Им ладошки разотрем.  
Вверх-вниз его катаем,  
Свои ручки развиваем.  
*(движения соответствуют тексту)*



Мы возьмём в ладошки «Ежик»  
(берем массажный мячик)  
И потрем его слегка,  
(в одной ручке держим мячик, другой  
проводим по нему)  
Разглядим его иголки,  
(меняем ручку, делаем тоже самое)  
Помассируем бока.  
(катаем между ладошек)



Сверху левой, снизу правой  
Я его катаю - БРАВО!

*(левой ладонькой катать мяч  
по правой ладоньке)*

Поверну, а ты проверь -  
Сверху правая теперь!



Два козленка мяч бодали  
И другим козлятам дали.  
(удерживать мяч указательными  
пальцами правой и левой руки,  
затем средними и т.д.)





Мячик сильно посжимаю  
И ладошку поменяю.  
(сжимать мячик правой рукой,  
затем левой)



Тише, мяч, не торопись,  
Ты по ручкам прокатись,  
Ты по ножкам прокатись,  
И обратно возвратись.  
*(движения соответствуют тексту)*



Месим, месим тесто  
(сжимаем массажный мячик в одной  
руке)

Есть в печке место  
(перекладываем и сжимаем мяч  
другой рукой)

Я для милой мамочки  
(сжимаем мяч двумя руками  
несколько раз)

Испеку два пряничка  
(катаем мяч между ладонями)



«Здравствуй мой любимый мячик!»

Скажет утром каждый пальчик.

(удержать мяч указательным и большим пальцами,  
затем средним и большим, безымянным и большим,  
мизинцем и большим пальцами)

Крепко мячик обнимает,

Никуда не выпускает

(крепко сжать мяч указательным и большим  
пальцами)

Только брату отдает:

Брат у брата мяч берет

(передать мяч, удерживаемый большим и  
указательным пальцами в соответствующие  
пальцы левой руки)



Консультацию подготовила физинструктор по Ф.К. – Скакова Л.Ю.