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 вперёд, 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. Перекладывать 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) Ежик топал по тропинке (постучать мячом по столу) И грибочек нёс на спинке. (завести руки с мячом за голову, покатать мяч по шее) Ежик 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 косой 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 пыхтит, пыхтит, пыхтит. Мне по пальчикам бежит И пыхтит, пыхтит, пыхтит. (перебираем мяч пальчиками) Бегает туда, сюда!

Мне щекотно? Да, да, да!

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.

(катать мячик по ножкам-ручкам вверх-вниз)







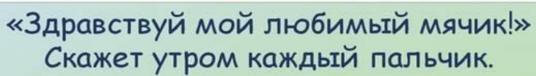
Два козленка мяч бодали И другим козлятам дали. (удерживать мяч указательными пальцами правой и левой руки, затем средними и т.д.)











(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



Консультацию подготовила физинструктор по Ф.К. – Скакова л.ю.