Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №20»

Игры с массажными мячами

(консультация для родителей)

Подготовила
Топоркова Г.В.

Рязань, 2021 год

Для развития речи, внимания и мелкой моторики часто используют пальчиковую гимнастику и игры. Благодаря пальчиковым играм развиваются творческие способности, скорость реакции, малыши лучше усваивают такие понятия, как «выше», «ниже», «лево», «право», разучивают счет, да и просто улучшается настроение.
В Китае еще в древности были распространены упражнения с каменными и металлическими шарами, а в Японии – с грецкими орехами. Мы с детства помним «Сороку- Белобоку», «Ладушки» и др.
В настоящее время придумано множество стихотворений, появилось разнообразие атрибутов для пальчиковой гимнастики и игр. Очень полезен в таких играх массажный мяч.

Массажный мяч (колючий мяч Су-Джок) – эффективное средство развития кистей рук ребенка, движений его пальцев, разработки мышц. Ребристая игольчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Массажный мячик ускоряет капиллярный кровоток, уменьшает венозный застой и повышает кожно-мышечный тонус. Закруглённые массажные шипы на поверхности мячика воздействуют на биологически-активные зоны кожи головы, туловища и конечностей, способствуют улучшению состояния всего организма. Массажный мяч положительно сказывается на развитии детей. Эта забавная упругая игрушка обогащает сенсорную среду малыша, стимулируя его психомоторное развитие. Предлагаем Вам некоторые упражнения с массажным мячом. Для малышей можно объединять несколько строчек в одно действие, так как маленькие детки могут не успевать выполнять все движения.

1. Мячик сильно посжимаю
   И ладошку поменяю.

/Сжимать мячик правой рукой, затем левой/

«Здравствуй, мой любимый мячик!»
Скажет утром каждый пальчик.

/Удержать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем/

Крепко мячик обнимает,
Никуда не выпускает.

/Крепко сжать мяч указательным и большим пальцем/

Только брату отдает:
Брат у брата мяч берет.

/Передать мяч, удерживаемый большим и указательным пальцами, в соответствующие пальцы левой руки/

2. Два козленка мяч бодали
И другим козлятам дали.

/Удерживать указательными пальцами пр. и лев. руки мяч. Затем средними пальцами и т. д./

3. По столу круги катаю,
Из-под рук не выпускаю.
Взад-вперед его качу;
Вправо-влево — как хочу.

/Катать мяч ладошкой правой руки вправо-влево, назад – вперед/

4. Танцевать умеет танец
На мяче мой каждый палец.

/Катать мяч кончиками пальцами правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем/

5. Мячик пальцем разминаю,
Вдоль по пальцам мяч гоняю.

/Катать мяч всей длинной пальцев правой руки/

Мячик мой не отдыхает —
Между пальцами гуляет.

/Удерживать мяч между указательным и средним пальцами, средним и безымянным пальцами, безымянным и мизинцем/

6. Поиграю я в футбол
И забью в ладошку гол.

/Ладошками отбивать мяч/

Сверху левой, снизу правой
Я его катаю — браво.

/Левой ладошкой катать мяч по правой ладони/

Поверну, а ты проверь —
Сверху правая теперь!

7. Ходит ежик без дорожек,
По лесу, по лесу.
И колючками своими
Колется, колется.

/Катать мяч между ладонями вверх-вниз/

А я ежику – ежу,

/Катать мяч между ладонями круговыми движениями/.

Ту тропинку покажу,
Где катают мышки
Маленькие шишки.

/Катать мяч между ладонями вверх-вниз
Слегка подбрасывать мяч вверх и ловить его/

8. Ежик выбился из сил –
Яблоки, грибы носил.

/Катаем мяч по рукам/

Мы потрем ему бока –

/Катаем мячик по боковым поверхностям рук/

Надо их размять слегка.

А потом разгладим ножки,
Чтобы отдохнул немножко.

/Катаем мяч по своим ножкам/

А потом почешем брюшко,

/Катаем мяч по животу/

Пощекочем возле ушка.

/Катаем по шее/

Еж в лесочек убежал,
Нам «спасибо» пропищал.

/Ладонью покатать мяч по столу с нажимом/