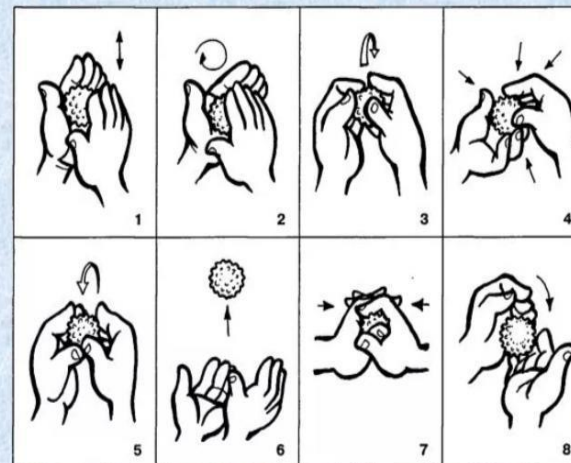


Упражнения с массажными мячиками

Массажный мячик предназначен для микро массажа. Шипы на его поверхности при перекатывании воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови и стимулируют кровообращение. Игры с массажными мячиками можно проводить как по телу малыша, так и используя только ручки. Эти мячики легко умещаются в детской ладошке, что позволяет с ними весело играть и развивать мелкую моторику рук.



Упражнения из книги Ермаковой И.А. "Развиваем мелкую моторику малышей"



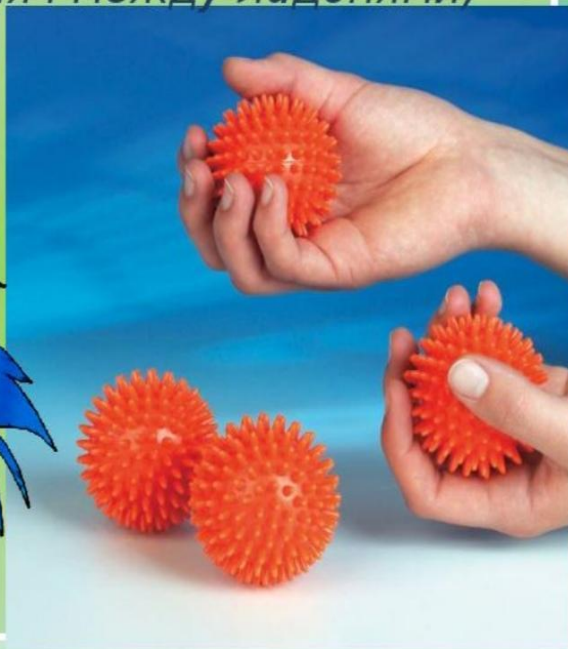
1. Мяч находится между ладоней ребенка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперед-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребенка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперед (как будто закручиваете крышку).
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз).
5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймите его.
7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

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)



ёжик в ладошке

Маленький колючий ёж,
До чего же он хорош!
(держа мяч подушечками
пальцев, делать вращательные
движения вперёд, как
будто закручиваете крышку)
Ёжик прячется в ладошке,
(прячем в одной ручке)
Прячет ушки,
 прячет ножки.
Хочет ёжик убежать,
(катаем по столу)
Будем мы его держать!
(сжимаем мячик двумя
руками и прижимаем к груди)



Повторить еще раз другой ручкой.

ok.ru/zaykinaskazka

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)



Ёжик

Катится колючий ежик,
(катать мяч)
Нет ни головы, ни ножек,
Мне по пальчикам
*(по ножкам-ручкам вниз/
по спинке вверх)* бежит
И пытит, пытит, пытит.
Бегает туда-сюда,
Мне щекотно, да, да, да!
Уходи колючий еж,
В темный лес, где ты живешь!



Сверху левой, снизу правой
Я его катаю – БРАВО!
*(левой ладонью катать мяч
по правой ладоньке)*
Поверну, а ты проверь –
Сверху правая теперь!

