



**ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
С МАССАЖНЫМИ
МЯЧИКАМИ**

♥ @MAMASHA.NATASHA ♥

Дорогие родители!

Я очень рада, что вы заинтересованы в развитии своих малышей. Эта подборка игр позволит вам заинтересовать малыша и с легкостью вовлечь его в развивающий процесс.

Игры с массажными мячиками считаются одним из лучших способов развития мелкой моторики, релаксации мышц, нормализации тонуса и снятия усталости.

Игольчатая поверхность массажных мячиков благотворно воздействует на нервные окончания и способствует улучшению кровообращения. Мячики незаменимы для профилактики плоскостопия, развития мелкой моторики и координации движений. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений.

Также мячики благотворно влияют на развитие тактильной чувствительности - мощный стимул развития у детей восприятия, внимания, памяти, мышления и речи. Ведь мы знаем что, развитие мелкой моторики напрямую связано с развитием речи ребенка.

При выполнении упражнений с массажным мячиком задействуются глубокие мышечные структуры. Закругленные массажные шипы мячика воздействуют на биологически-активные зоны кожи головы, туловища и конечностей.

Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. Выполняя игровые упражнения, вы можете использовать как массажный мячик, так и мячик су-Джок.

Приобрести их можно:

- в аптеке мячик су-джок стоит около 49 руб.
- в ортопедических магазинах - массажные мячики около 80 руб.
- спортивные магазины - около 100 р.
- детские магазины – в них более игрушечный вариант с пищалками, огоньками внутри – около 100р.
- в магазинах с товаром для собак и кошек – не удивляйтесь, там действительно хороший выбор игрушек с резиновыми шипами, представленных в виде мячей, палочек, кругов и др.
- фикспрайс – мячи для стирки зимних курток, чтобы не скатывался наполнитель, выглядят как мячики с небольшими закругленными шипами

Как играть?

Для вашего удобства распечатайте листы с игровыми упражнениями. Распечатайте листы с игровыми упражнениями, расстригите их пополам, вставьте все листы в папочку формата А3, либо заламинируйте или наклейте на картон.

Игры упражнения подобраны так, чтобы в большинстве из них, движения соответствовали тексту.

Игры с массажным мячиком предлагаю начинать с рождения (0+). Сначала инициатором таких игр является мама, взяв в свои руки ладошки малыша. Мама ладошками ребенка катает мячик и сопровождает свои движения стихотворением. Мячик можно катать не только по рукам, но и по другим частям тела малыша, озвучивая их.

- Если вашему ребенку около года, покажите своими руками, как нужно катать мячик. Сопровождайте свои движения стихотворением. После показа предложите малышу самостоятельно покатать мячик.

Обязательно хвалите.

- Для детей более старшего возраста - предлагаю самостоятельное выполнение игровых упражнений. Можно усложнить задание и выполнять его поочередно каждой рукой.

Рассмотрите с ребенком картинку. Составьте по картинке небольшой рассказ. Детям старшего дошкольного возраста (5-7 лет) предложите составить рассказ самостоятельно.

Веселых Вам игр вместе с
[@mamasha.natasha](https://www.instagram.com/mamasha.natasha)

@MAMASHA.NATASHA

Тише, мяч, не торопись,
Ты по ручкам прокатись,
Ты по ножкам прокатись,
И обратно возвратись.

(движения соответствуют тексту)



@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

Я мячом круги катаю,
Взад-вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку,
А потом сожму немножко.
Каждым пальцем мяч прижму
И другой рукой начну.
А теперь последний трюк-
Мяч летает между рук.

(движения соответствуют тексту)



@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

Мы возьмем 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 то же самое)

Помассируем бока.
(катаем между ладоней)



@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

«Ежика» в руки нужно взять,
(берем массажный мячик)

Чтоб иголки посчитать.

(катаем между ладоней)

Раз, два, три, четыре, пять!

(пальчиками одной руки нажимаем на шипики)

Начинаем счет опять.

(перекладываем мячик в другую руку)

Раз, два, три, четыре, пять!

(пальчиками другой руки нажимаем на шипики)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

Мячик-ежик мы возьмем,
(берем массажный мячик)
 Покатаем и потрем.
(катаем между ладошек)
 Вверх подбросим и поймаем,
(можно просто поднять мячик вверх)
 И иголки посчитаем.
(пальчиками одной руки нажимаем на шпики)
 Пустим ежика на стол,
(кладем мячик на стол)
 Ручкой ежика прижмем
(ручкой прижимаем мячик)
 И немножко покатаем
(ручкой катаем мячик)
 Потом ручку поменяем.
(меняем ручку и тоже катаем мячик)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

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)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

Я катаю свой орех
 По ладоням снизу вверх.
 А потом обратно,
 Чтоб стало мне приятно.
 Я катаю свой орех,
 Чтобы стал круглее всех.
(движения соответствуют тексту)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

У сосны, у пихты, елки
 Очень колкие иголки.
 Но еще сильнее, чем ельник,
 Вас уколёт можжевельник.
**(катаем мяч между ладонями, по запя-
 стью, ножкам и т.д. сначала медленно,
 а потом ускоряя темп)**



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

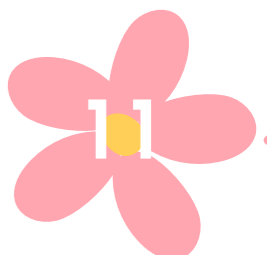


@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

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



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

Катится колючий ежик,
(катать мячик)
 Нет ни головы ни ножек,
 Мне по пальчикам бежит
**(по ножкам-ручкам вниз/по спинке
 вверх)**



И пытит, пытит, пытит.
 Бегает туда-сюда,
 Мне шекотно, да, да, да!
 Уходи, колючий еж,
 В темный лес, где ты живешь!

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA



NATASHA

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

Ежик- непоседа на месте не сидит,
Ежик- непоседа ладошку веселит!

(выполняем круговые движения мячом между ладошками)

Веселиться любит ежик,

@MAMASHA.NATASHA

Сколько сделал он дорожек!

(прокатываем мяч в ладонях вперед-назад)

@MAMASHA.NATASHA

Ладошка, ладошка, помни ежика немножко,

Если будет он кататься,

Тебе захочется смеяться!

(сжимаем мяч в ладонях)

@MAMASHA.NATASHA



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

По тропинке, по дорожке

(слегка ударять мячиком по столу с продвижением вперед)

Топают к нам чьи-то ножки.

Это ежик, посмотри,

(правой рукой катаем мячик в ладошках, пальцы широко)

@MAMASHA.NATASHA

К нам пробрался из глуши.

(растопырить)

По столу всласть находился

@MAMASHA.NATASHA

(левой рукой катаем по столу мяч круговыми движениями)

И в ручей потом свалился.

(перекидываем из руки в руку)

Уколоть он нас решил,

(катаем по тыльной стороне левой, правой кисти)

Только понял – нету сил.

Он пофыркал, с пальцев слез,

(подержать в левой ладошке и переложить в правую ладонь)

И ушел обратно в лес.

(правой рукой слегка ударять мячиком по столу с продвижением вперед)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

Ежик, ежик, хитрый еж,
На клубочек ты похож.

(катаем мяч между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого пальца)

Очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ежик мал,

(массажные движения среднего пальца)

Нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)

На ежа похожи

(катаем между ладонями)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

Мячик сильно по сжимаю
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)



@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

@MAMASHA.NATASHA

ПОДБОРКА ИГР ОТ @MAMASHA.NATASHA



Помоги ежику добраться до своего любимого мячика

