

Упражнения с массажными



МЯЧИКАМИ

Секрет необычных мячиков.

- ▶ Сходство: круглые по форме, разных размеров, разных цветов.
- ▶ Различия: по структуре (гладкие - с шипами, по назначению (для игровых занятий - для массажа частей тела)



Массажный мячик - эффективное средство расслабления мышц.

- ▶ Пупырчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. При выполнении упражнений с массажным мячиком задействуются глубокие мышечные структуры.



Сочетание таких упражнений, как пальчиковая гимнастика, самомассаж с массажными мячиками дает возможность для оптимальной целенаправленной речевой работы с ребенком, оказывая стимулирующее влияние на развитие речи.



Игры и упражнения с помощью СПЕЦИАЛЬНОГО мячика:

- ▶ Задачи:
- ▶ Воздействовать на биологически активные точки по системе Су -Джок.
- ▶ Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

Мячиком нужно совершать движения по спирали от центра ладони к кончикам пальцев. Практический совет: мячик должен быть твердым, то есть не должен легко деформироваться (тогда воздействие будет максимальным) .



Поиграю я в футбол
И забью в ладошку гол.
(ладошками отбивать мяч)



Танцевать умеет танец,
На мяче мой каждый палец.
(катать мяч кончиками пальцами
правой руки: указательным, сред-
ним, безымянным и мизинцем)



«Здравствуй, мой любимый мячик!»

Скажет утром каждый патьчик.

(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)



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)*



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



Мячик мой не отдыхает —
Между пальцами гуляет.
(удерживать мяч между указа-
тельным и средним пальцами, сред-
ним и безымянным пальцами, безы-
мянным и мизинцем)



Сверху левой, снизу правой
Я его катаю — браво.
*(левой ладошкой катать мяч по
правой ладони)*
Поверну, а ты проверь —
Сверху правая теперь!

