

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 пальцев  
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!

