

Игровые технологии по работе с детьми с массажными мячиками

Здоровый, крепкий и развитый ребёнок. Как добиться этого? Что для этого делаем мы? Как укрепить **здоровье детей**, избежать болезней?

Уважаемые **родители!** Не забывайте, что **здоровье** ребенка нужно укреплять. Мелкая моторика рук взаимодействует с такими свойствами сознания, как внимание, мышление, координация, воображение, наблюдательность, зрительная и двигательная память, речь. Развитие навыков мелкой моторики важно еще и потому, что вся дальнейшая жизнь ребенка потребует использования точных, координированных движений кистей и пальцев, которые необходимы, чтобы одеваться, рисовать и писать, а также выполнять множество разнообразных бытовых и учебных действий.

Массаж ладоней и пальцев рук для детей

Известно, что интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому **здоровью**, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Массаж пальчиков очень полезен маленькому ребенку. Пальцы рук тесно связаны с мозгом и внутренними органами: мизинец – с сердцем, безымянный – с печенью, средний – с кишечником и позвоночником, указательный –и с желудком, большой – с головным мозгом.

Возьмите ладошку малыша и тщательно помассируйте каждый пальчик, начав с мизинца. Массажные движения выполняйте от ногтевой фаланги к ладони, уделяя внимание каждому суставчику. Помассируйте подушечки пальцев малыша, производя легкие нажатия на них.

Помассируйте ладони малыша круговыми движениями указательного пальца.

Что бы ребенку было интересно, массаж можно провести в стихотворной форме.

Возьмите ладонь ребенка в свою руку и легким надавливанием большого пальца делайте круговые движения в центре ладони.

Разотру ладошки сильно,
Каждый пальчик покручу.
Поздороваясь со всеми,
Никого не обойду.
С ноготками поиграю,
Друг о друга их потру.
Потом руки «помечали»,
Плечи мягко разомну.
Затем руки я помою,
Пальчик в пальчик я вложу,
На замочек их закрою
И тепло поберегу.
Вытяну я пальчики,
Пусть бегут, как зайчики.
Раз-два, раз-два,
Вот и кончилась игра.
Вот и кончилась игра,
Отдыхает детвора.

Массажные мячики используют для микро массажа.

Гимнастика с массажными мячиками вызывает у детей приятные ощущения, способствует активизации деятельности у заторможенных детей и, наоборот, успокаивает гиперактивных. Массажные мячи применяют в игровых методах (сказки, стихи, разминки, игры и т.д.) в процессе игровой деятельности у детей развивается мелкая моторика рук и происходит массаж пальцев за счет негладкой, пупырчатой поверхности мячей, которая прекрасно подходит для проработки стопы и ладоней.

Массаж и развитие мелкой моторики « Любимые ёжики» Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным мячиком.

- 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 поймайте 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.
- 9 Катаем мячик от плеча до кисти, меняя руки (3-6раз)
- 10 Сидя на полу выпрямляем ножки и катаем по ноге, меняя ноги (3-6 раз)
- 11 Массаж по спинке проводя мячиком сверху вниз (2-3 мин)
- 12 Стоя, мячик на полу – ногой наступаем на мячик и катаем его ножкой (3-5 мин).

Массаж ладоней мячиками- «ёжиками»

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.

Я хочу предложить вам комплекс упражнений, которые вы можете вместе с ребенком выполнять как **дома**, так и на прогулке. Все эти упражнения простые, доступные для вас и ваших детей.

Этот шарик не простой,
Весь колючий вот такой!
Меж ладошками кладем,
Мы ладошки разотрем.
Вверх, вниз его катаем,
Свои ручки развиваем.

« Мячик»

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!
(Движение соответственно тексту)

«Колючий Ёжик»

Гладь мои ладошки, Ёжик,
Ты колючий, ну и что ж!
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить!

Представьте, что к вам в гости пришел ёжик.
Все движения выполняются в соответствии с текстом.
Ёжик выбился из сил-
Яблоки, грибы носил.
Мы потрем ему бока,
Надо их размять слегка.
А потом погладим ножки,
Чтобы отдохнул немножко.
А потом почешем брюшко,
Пощекочем возле ушка.
Ёж по тропке убежал,

Нам «Спасибо!» пропищал.

Ребенок жалеет ёжика, гладит, чешет, щекочет. На слова «по тропке убежал» мячик можно катать по столу, коленкам.

« Паравозик»

Массаж спинки. Ребята садятся друг за другом и делают массаж спинки.

Вот поезд наш едет

Колеса стучат,

А в поезде нашем ребята сидят.

Чу-чу остановка, бежит паровоз

Куда-то, куда-то ребят он повез.

Слайд14

Упражнения – игры с различными предметами и материалами.

Игра « Не боюсь колючек».

Цель: Сделать массаж ладоней ребенка.

Раздать малышам бигуди(лепучки)и предложить их потрогать.

Обратить внимание на то, что бигуди на ощупь колючие: «

Посмотрите, какие колючки. Потрогайте их. А теперь повторяйте за мной:

« Я колючек не боюсь,
даже если уколюсь!»

Предложите покатать бигуди между ладошками, нажимая на них с разной силой. Ладонки у детей должны быть прямыми и напряженными.

Слайд15

Игра « Непослушные шарики»

Цель: Сделать массаж ладоней ребенка, развивать ловкость движений пальцев и кистей рук.

Раздать детям шарики (резиновые, пластмассовые, деревянные, с гладкой или ребристой поверхностью, бусины, крупы (горох,

пшено). Предложить покатать их ладонью по столу (вперед – назад, в стороны, по кругу). Объяснить детям, что во время игры шарики не должны выкатываться из-под ладоней: « Вот вам маленькие шарики. Давайте поиграем с шариками, покатаем их по столу. Только шарики не послушные хотят убежать. Не отпустите их!» Затем попросите покатать их между ладонями.