**Массаж рук с помощью колючего мячика.**

«Источник знаний находится на кончиках пальцев» – так говорил

В. Сухомлинский и мы с вами точно знаем, что развитие мелкой моторики напрямую связано с развитием речи малыша.
**Цель таких упражнений**- развитие мелкой моторики, общей координации и пластичности движений.

**Задачи:**

1. способствовать закаливанию организма ребенка.

2. Воздействовать на биологически активные точки, находящиеся на поверхности ладоней.

3. Способствовать развитию мелкой моторики рук.

4. [Хорошая гимнастика](https://krfps.ru/pitanie/trener-po-hudozhestvennoi-gimnastike-obrazovanie-kak-naiti.html) для пальчиков, улучшает кровообращение, тонизирует [мелкие мышцы](https://krfps.ru/instruktor/kak-uvelichit-ob-m-zapyastya-rabota-melkih-myshc-kak-nakachat-zapyastya-ruk.html) на руках.

Одним из способов развития моторики и речи являются упражнения с массажными мячиками.

**Для детей средней группы.**

 **«Ёжик»**

Представьте, что к вам в гости пришел eжик. 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 eжика, гладит, чешет, щекочет.* На слова «по тропке убежал» мячик можно катать по столу, коленкам.

**«Непростой шарик».**

Движения соответствуют тексту.

*Этот шарик непростой,*

*Весь колючий, вот такой!*

*Меж ладошками кладем,*

*Им ладошки разотрем.*

*Вверх, вниз его катаем,*

*Свои ручки развиваем.*

**«Ласковый e ж».**

Ребенок прокатывает мяч между ладошками, можно катать стопой, массажировать любую часть тела, заменяя слова в тексте.

*Гладь мои ладошки, eж!*

*Ты колючий, ну и что ж?*

*Я хочу тебя погладить,*

*Я хочу с тобой поладить!*

 **«Ёжик».**

*Ежик колет нам ладошки,*

*Поиграем с ним немножко.*

*Ежик нам ладошки колет –*

*Ручки к школе нам готовит.*

*Мячик-ежик мы возьмем,* (подбрасываем мячик вверх)

*Покатаем и потрем.* (прокатываем между ладошек)

*Вверх подбросим и поймаем*, (опять подбрасываем мячик)

*И иголки посчитаем.* (пальчиками мнем иголки мячика)

*И немножко покатаем*… (катаем мячик)

*Потом ручку поменяем* (меняем руки)

**«Круги».**

Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом:

*Я мячом круги катаю,*

*Взад - вперед его гоняю.*

*Им поглажу я ладошку.*

*Будто я сметаю крошку,*

*И сожму его немножко,*

*Как сжимает лапу кошка,*

*Каждым пальцем мяч прижму,*

*И другой рукой начну.*

 **«Зайцы на лужайке»**.
*На поляне, на лужайке* /катать шарик между ладонями/
*Целый день скакали зайки*. /прыгать по ладошке шаром/
*И катались по траве,* /катать вперед – назад/
*От хвоста и к голове.
Долго зайцы так скакали*, /прыгать по ладошке шаром/
*Но напрыгались, устали*. /положить шарик на ладошку/
*Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать*. /гладить шаром каждый палец/

**«Медведи».**
*Шла медведица спросонок,* /шагать шариком по руке/
*А за нею – медвежонок*. /шагать тихо шариком по руке/
*А потом пришли детишки*, /шагать шариком по руке/
*Принесли в портфелях книжки.*

Ребёнок катает мяч между ладонями движениями вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает темп и приговаривает:
У сосны, у пихты, ёлки очень колкие иголки.Но ещё сильней, чем ельник, вас уколет можжевельник!

Массаж ладоней круговыми движениями мяча на ударные слоги стихотворения:Гладила мама – ежиха ежат:«Что за пригожие детки лежат!

**Для детей старшей и подготовительной группы.**

Движения соответствуют тексту:
*Мячик я рукой катаю,*

*По ладошкам растираю.*

*Им поглажу по ладошке,*

*Будто бы сметаю крошки.*

*Я сожму его слегка –*

*Тренируется рука.*

*Каждым пальцем мяч давлю,*

*Затем руку заменю.*

*Мяч летает между рук.*

*Это был последний трюк.*

**Упражнение №1**

Ежик в руки мы возьмем, (берем массажный мячик)

Покатаем и потрем. (катаем между ладошек)

Вверх подбросим и поймаем, (подбрасываем вверх и ловим)

И иголки посчитаем. (пальчиками одной руки нажимаем на шипы)

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)

**Упражнение №2**

Ежика возьмем в ладошки (берем массажный мячик)

И потрем его слегка, (в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему)

Разглядим его иголки, (меняем ручку, делаем тоже самой)

Помассируем бока. (катаем между ладошек)

Ежика в руках кручу, (пальчиками крутим мячик)

Поиграть я с ним хочу.

Домик сделаю в ладошках – (прячем мячик в ладошках)

Не достанет его кошка. (прижимаем ладошки к себе)

**Упражнение №3**

Я мячом круги катаю, (Движения выполняются по тексту)

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошки,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк!

Мяч катаю между рук!

**Упражнение №4**

Я мячом круги катаю, (катаем мячик между ладонями [круговыми движениями](https://krfps.ru/instruktor/iogaterapiya-uprazhneniya-dlya-kolennyh-sustavov-krugovye-dvizheniya-kolenyami-dlya.html))

Взад вперед его гоняю, (гоняем мячик между ладонями по столу)

Им поглажу я ладошку, (гладим одну ладошку мячиком)

Будто бы сметаю крошку, (гладим другую ладошку мячиком)

И помну его немножко, (сжимаем мячик одной рукой)

Как сжимает лапу кошка. (меняем и сжимаем мячик другой рукой

**Упражнение №5**

Ежик, ежик – чудачок

Сшил колючий пиджачок (прокатывать мяч в ладонях вперед – назад)

Встал с утра, и в лес – гулять, (поднять руки вверх)

Чтоб друзей всех повидать. (перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз)

Ежик топал по тропинке (постучать мячом по столу)

И грибочек нес на спинке. (завести руки с мячом за голову, покатать мяч по шее)

Ежик топал не спеша, (прокатываем мяч по одной коленке вперед)

Тихо листьями шурша. (прокатываем мяч по другой коленке назад)

А навстречу скачет зайка,

Длинноухий Попрыгайка, (подбрасываем и ловим мячик)

В огороде чьем – то ловко

Раздобыл косой морковку! (завести руки за спину и спрятать мяч)

**Упражнение №6**

Этот шарик не простой (Движения выполняются по тексту)

Весь колючий, вот такой.

Меж ладошками кладем

Им ладошки разотрем.

Вверх и вниз его катаем

Свои ручки развиваем!

Можно шар катать по кругу

Перекидывать друг другу.

1, 2, 3, 4, 5 –

Всем пора нам отдыхать!

**Упражнение №7**

Катится колючий ежик (выполняем круговые движения мячиком между ладонями)

Нет ни головы, ни ножек.

По ладошкам он бежит

И пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Мне по пальчикам бежит (перебираем мяч пальчиками)

И пыхтит, пыхтит, пыхтит

Бегает туда, сюда! Мне щекотно? (движения мячом по пальчикам)

Да, да, да!

Уходи, колючий еж, (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)

В темный лес, где ты живешь!