Картотека игр с массажными шариками Су-Джок

Разработала: учитель-логопед Ларичева С. С
МДОУ детский сад №5 «Лесовичок»
комбинированного вида

г. Буй

Су – Джок терапия

Массаж специальным шариком, эластичным кольцом

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.

Массаж эластичным кольцом, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того, на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

Картотека игр по Су-джок терапии

1. Массаж Су – Джок шарами (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.

2. Массаж пальцев эластичным кольцом. /Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/

Раз – два – три – четыре – пять, */разгибать пальцы по одному/*
Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

3. Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков. /ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш/

На правой руке:
Этот малыш-Илюша, *(на большой палец)*
Этот малыш-Ванюша, *(указательный)*

Этот малыш-Алеша, *(средний)*
Этот малыш-Антоша, *(безымянный)*
А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. *(мизинец)*
На левой руке:
Эта малышка-Танюша, *(на большой палец)*
Эта малышка-Ксюша, *(указательный)*
Эта малышка-Маша, *(средний)*
Эта малышка-Даша, *(безымянный)*
А меньшую зовут Наташа. *(мизинец)*
Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.
Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?

4. Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий
Упражнение **«Один-много»**. Воспитатель катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.
Аналогично упражнения **«Назови ласково»**, **«Скажи наоборот»**

5. Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания
Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

6. Использование шариков для звукового анализа слов
Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.

7. Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов
На столе коробка, по инструкции логопеда ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зеленый – около коробки; Затем наоборот, ребенок должен описать действие взрослого.

8. Использование шариков для слогового анализа слов
Упражнение «**Раздели слова на слоги**»: Ребенок называет слог и берет по одному шарику из коробки, затем считает количество слогов.

9. Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх), делая по одному движению на каждый ударный слог:
Гладь мои ладошки, ёж!
Ты колючий, ну и что ж!
Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

10. СКАЗКА «Ежик на прогулке»
Упражнения с шариком-массажером Су – Джок
Цель: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.
Оборудование: Су - Джок шарик - массажер.
Жил да был ежик в лесу, в своем домике - норке *(зажать шарик в ладошке).*

Выглянул ежик из своей норки *(раскрыть ладошки и показать шарик)* и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку *(улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером)* и решил прогуляться по лесу.
Покатился ежик по прямой дорожке *(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик),* катился - катился и прибежал на красивую, круглую полянку *(ладошки соединить в форме круга).* Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке *(зажимать шарик между ладошками)*
Стал цветочки нюхать *(прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох)*. Вдруг набежали тучки *(зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться)*, и закапал дождик: кап-кап-кап *(кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика).*
Спрятался ежик под большой грибок (*ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним)* и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб *(показать пальчики).*
Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много … как понесет их ежик? Да, на своей спинке.
Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки *(каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика)* и довольный побежал домой *(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).*

11. 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/*
Мимо змеи проползали, */вести по ладошке/*
«С добрым утром!» - им сказали.
Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать. */гладить шаром каждый палец/*

12. 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.
Стали книжки открывать */нажимать шариком на каждый палец/*
И в тетрадочках писать.

13. Ребенок катает щетку между ладонями, приговаривая:
“У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки.
Но еще сильней, чем ельник,
Вас уколет можжевельник”.

14. Упражнение «Осень».
Цель:
- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.
Оборудование: массажные мячики.

Дождик, дождик озорной, Поиграть пришёл со мной.	*Катаем мяч между ладонями круговыми движениями.*
Капли весело стучат Кап-кап-кап.	*Сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.*
Листья кружатся, летят, С ветром поиграть хотят.	*Катаем мяч круговыми движениями между ладонями.* *Энергично сжимаем мяч обеими руками.*
Осень в гости к нам пришла. Непогоду привела.	

15. Упражнение «Дождик».
Цель:
- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.
Оборудование: массажные мячики.

Дождик по лесу гулял,
Дождик песню напевал:
Кап-кап, кап-кап-кап.
Всё не кончится никак.

Катаем мяч между ладонями круговыми движениями.
Энергично сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.

16.Упражнение «В саду».
Цель:
- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.
Оборудование: массажные мячики.

Это спелый абрикос.
Он в саду на ветке рос.
В сад с корзиной мы пойдём,
Яблок спелых мы наберём.
Не ленись, и помогай,
Собирать нам урожай.

Энергично сжимаем мяч обеими руками.
Катаем мяч между ладонями движениями вверх-вниз.
Катаем мяч между ладонями круговыми движениями.

17.Упражнение «Урожай».
Цель:
- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.
Оборудование: массажные мячики.

В огороде много дел.
Урожай у нас поспел.
Помидор и кабачок,
Перец, лук и чесночок.
Свекла, репа, редька, лук.
Много овощей вокруг!

Катаем мяч по поверхности стола круговыми движениями.
Попеременно сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.
Энергично сжимаем мяч обеими руками.

18.Упражнение «Колобок».
Цель:
- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.
Оборудование: массажные мячики.

Пироги испечь хочу.
Руками тесто замешу.
Посильнее разомну.
В колобок превращу.
Испеку я колобок.
Колобок румяный бок.

Энергично сжимаем мяч обеими руками.
Катаем мяч по поверхности стола или между лад
круговыми движениями.

19. Упражнение «Каравай».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Месим, месим тесто,
Есть в печурке место. *Энергично сжимаем мяч обеими руками.*
Испечём мы каравай *Перекладываем то в левую руку, то в правую руку.*
Перекладывай, валяй.

20. Упражнение «Мои руки».

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- нормализовать мышечный тонус;
- стимулировать речевые области в коре головного мозга;
- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

В руки мячик я возьму.
Посильней его сожму.
Это – правая рука, *Движения соответствуют тексту.*
Это – левая рука.
Знаю я наверняка.

21. «Овощи»

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,
Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик
Вот пузатый кабачок положила на бочок,
Перец и морковку уложила ловко,
Помидор и огурец.
Дети одевают колечко на пальцы, начиная с большого.
Наша Зина – молодец!
Показывают большой палец.

22. «Фрукты».

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.
Этот пальчик – слива, вкусная , красивая.
Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.
Этот пальчик – груша, просит . « Ну – кА, скушай !»
Этот пальчик – ананас,
Дети поочередно разгибают пальчики из кулачка, одевая колечко.
Фрукт для вас и для нас.
Дети катают шарик по ладошке.

23. «Грибы»

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.
Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик.
Удивляется мой друг.
« Сколько здесь грибов вокруг!»
Показывают удивление, разводят руки в стороны
Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок,
Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть!
Рыжики, волнушки найду я на опушке.
Возвращаюсь я домой, все грибы несу с собой.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!
Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.

24. «Поздняя осень».

Солнышко греет уже еле – еле,
Перелетные птицы на юг улетели,
Голы деревья, пустынны поля,
Первым снежком принакрылась земля.
Река покрывается льдом в ноябре –
Поздняя осень стоит на дворе.
Дети катают Су – Джок между ладонями

25. «Ягоды».
Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,
Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Запомнил ягоды я наконец. Что это значит ?
Поднимают плечи, удивляются.
Я – молодец! *Большой палец вытягивают вперед.*

26. «Мебель».
Мебель я начну считать.
Кресло, стол, диван, кровать,
Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Вот сколько мебели назвал.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

27. «Одежда».
Постираю чисто, с толком.
Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку.
Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,
А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Вот устали мои руки!
Встряхивают обе руки.

28. «Посуда».
Девочка Иринка порядок наводила.
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Девочка Иринка кукле говорила.
« Салфетки должны быть в салфетнице,
Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице,
А соль, конечно, в солонке!»
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

29. «Дикие звери зимой»
Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,
Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.
Только заиньке не спится – убегает от лисицы.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

30. «Новый год»
Праздник приближается, ёлка наряжается.
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Мы развешали игрушки: бусы, шарики, хлопушки.
А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

31. «Зимние забавы»
Что зимой мы любим делать .
Дети катают Су – Джок между ладонями.
В снежки играть, на лыжах бегать,
На коньках по льду кататься, вниз с горы на санках мчаться.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

32. «Транспорт»
Будем мы с тобой играть, будем транспорт называть
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Автомобиль и вертолет, трамвай, метро и самолет,

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Пять пальцев мы в кулак зажмем,
Пять видов транспорта мы назовем.
Дети сжимают пальцы в кулачок.

33. «Животные жарких стран».
За мамой слонихой шагает слоненок,
За крокодилихой – крокодиленок,
За львицей шагает маленький львенок,
За верблюдицей бежит верблюжонок,
За зеброй спешит полосатый зебренок,
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
За кем же торопится каждый ребенок?
Дети катают Су – Джок между ладонями.

34. «Животные Севера»
Тепы – тяпы, тепы – тяпы,
Это ласты, а не лапы.
У тюленей ласты эти
Носят мамы, папы, дети.
Дети катают Су – Джок между ладонями.

35. «Дикие животные весной»
Это зайчонок, это бельчонок, это лисенок, это волчонок,
А это спешит, ковыляет спросонок бурый, мохнатый,
Смешной медвежонок.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

36. «Домашние птицы».
Есть у курицы цыпленок, у гусыни есть гусенок,
У индюшки – индюшонок,
А у утки есть утенок.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
У каждой мамы малыши
Все красивы, хороши!
Дети катают Су – Джок между ладонями.

37. «Домашние животные».
Довольна корова своими телятами,
Овечка довольна своими ягнятами,
Кошка довольна своими котятами,
Кем же довольна свинья? Поросятами !
Довольна коза своими козлятами,
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
А я довольна своими ребятами!
Дети катают Су – Джок между ладонями.

38. «Перелетные птицы».
Тили – тели, тиле – тели,
С юга птицы прилетели!
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко .
Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей .
Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.
Все вернулись, прилетели,
Песни звонкие запели!
Дети катают Су – Джок между ладонями.

39. «Подводный мир».
Посмотри скорей вокруг!
Что ты видишь, милый друг.

Дети катают Су – Джок между ладонями.
Здесь прозрачная вода, плывет морской конек сюда,
Вот медуза, вот кальмар, это рыба шар.
А вот расправив восемь ног,
Гостей встречает осьминог.
Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

40. «Насекомые».
Дружно пальчики считаем – насекомых называем.
Дети катают Су – Джок между ладонями.
Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зеленым брюхом.
Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!

41. «Еж»
Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх), делая по одному движению на каждый ударный слог:
Гладь мои ладошки, ёж!
Ты колючий, ну и что ж!
Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

42. «Зайцы»
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/*
Мимо змеи проползали, */вести по ладошке/*
«С добрым утром!» - им сказали.
Стала гладить и ласкать
Всех зайчат зайчиха-мать. */гладить шаром каждый палец/*

43. 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.
Стали книжки открывать */нажимать шариком на каждый палец/*
И в тетрадочках писать.

44. Вот помощники мои
Вот помощники мои. *(показать пальцы)*
Их, как хочешь поверни.
По дорожке белой, гладкой
Скачут пальцы, как лошадки.
(шариком провести по руке, до локтя)
Чок, чок, чок,
Чок, чок, чок –
Скачет резвый табунок. *(повторить с другой рукой)*

45. «На лужок»
На лужок пришли зайчата,
Медвежата, барсучата,
Лягушата и енот. *(поочередно надеваем кольцо на каждый палец)*
На зеленый ты лужок
Приходи и ты, дружок! *(катаем шарик по ладошке)*

46. «Капустка»
Мы капустку рубим, рубим, *(ребром ладони стучим по шарику)*
Мы капустку солим, солим, *(подушечками пальцев трогаем шарик)*
Мы капустку трем, трем *(потираем ладошками о шарик)*
Мы капустку жмем, жмем. *(сжимаем шарик в кулачке)*

47. «Рыбки»
Рыбки весело резвятся
В чистой тепленькой воде, *(перекидывать шарик из руки в руку)*
То сожмутся, разожмутся,
То зароются в песке, *(сжимать, разжимать шарик в кулачке)*

48. «Игрушки»
На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
Два медведя, Буратино,
И веселый Чиполлино,
И котенок, и слоненок.
(поочередно катаем шарик Су Джок к каждому пальчику, начиная с большого)
Раз, два, три, четыре, пять.
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.

49. Пальчиковая игра «Черепаха» (у детей в руках Су Джок).
Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.
Шла большая черепаха
И кусала всех от страха,
(дети катают Су Джок между ладоней)
Кусь, кусь, кусь, кусь,
(Су Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой». Надавливают ритмично на Су Джок, перекладывая из руки в руку).
Никого я не боюсь
(дети катают Су Джок между ладоней).

50. Пальчиковая игра «Ёжик»
Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.
Ёжик, ёжик, хитрый ёж,
на клубочек ты похож. *(дети катают Су Джок между ладонями)*
На спине иголки *(массажные движения большого пальца)*
очень-очень колкие. *(массажные движения указательного пальца)*
Хоть и ростом ёжик мал, *(массажные движения среднего пальца)*
нам колючки показал, *(массажные движения безымянного пальца)*
А колючки тоже *(массажные движения мизинца)*
на ежа похожи *(дети катают Су Джок между ладонями).*

51.»Руки»
Эта ручка – правая *Шарик на правой ладони*
Это ручка – левая *Шарик на левой ладони*
Я на мячик нажимаю *Зажать шарик между ладонями*
И зарядку делаю:
Будет сильной правая *Сжать в правом кулаке*
Будет сильной левая *Сжать в левом кулаке*
Будут ручки у меня – ловкие, умелые. *Катать мячик между ладонями*

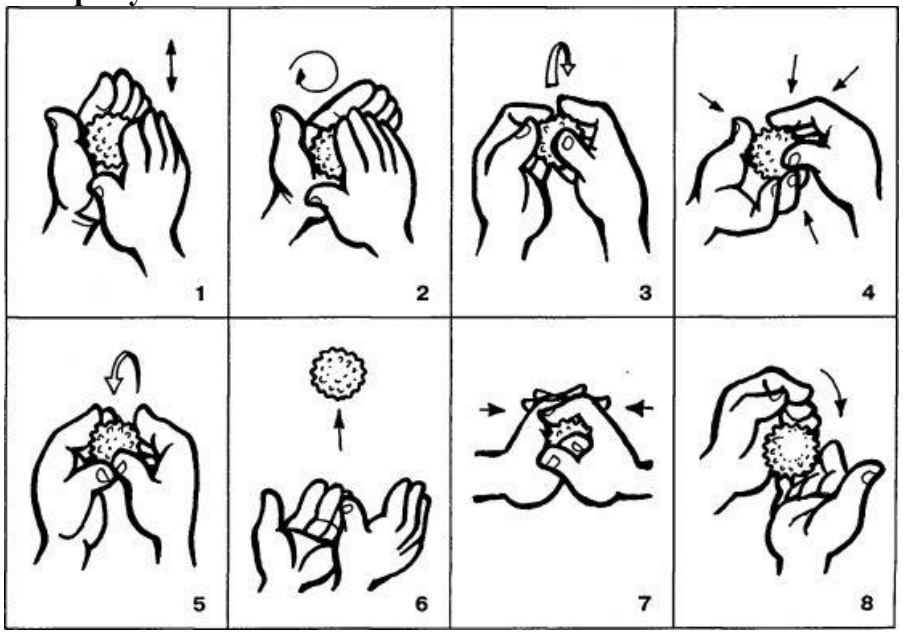
52. Самомассаж шариком Су-джок.
1, 2, 3, 4, 5!
Буду шарик я катать.
По ладошке прокачу
И ее пощекочу.
Шар по кругу я катаю
И ладошку разминаю.
И по пальцам прокачу
Каждый я пощекочу.
Вверх-вниз, вверх-вниз,
Шар по пальчику катись.
Сильно шарик я сожму,
Подержу и разожму.

53. Массаж ладоней
Ежик колет нам ладошки,

Поиграем с ним немножко.
Если будем с ним играть —
Ручки будем развивать.
Ловкими станут пальчики,
Умными — девочки, мальчики.
Ежик нам ладошки колет,
Руки нам готовит к школе.

54. Материал из книги: "Игры с мячом"
Т. А. Воробьева, О. И. Крупенчук
КОМПЛЕКС «РАЗМИНКА»
Мячик сильно посжимаю
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 указат. пальцами, в соответствующие пальцы левой руки.
Два козленка мяч бодали
И другим козлятам дали.
Удерживать указательными пальцами пр. и лев. руки мяч. Затем средними пальцами и т. д.
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.
Танцевать умеет танец
На мяче мой каждый палец.
Катать мяч кончиками пальцами правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем.
Мячик пальцем разминаю,
Вдоль по пальцам мяч гоняю.
Катать мяч всей длинной пальцев правой руки.
Мячик мой не отдыхает —
Между пальцами гуляет.
Удерживать мяч между указательным и средним пальцами, средним и безымянным пальцами, безымянным и мизинцем.
Поиграю я в футбол
И забью в ладошку гол.
Ладошками отбивать мяч.
Сверху левой, снизу правой
Я его катаю — браво.
Левой ладошкой катать мяч по правой ладони.
Поверну, а ты проверь —
Сверху правая теперь!
Правой ладошкой катать мяч по левой ладони.

55. Упражнения из книги Ермаковой И. А. "Развиваем мелкую моторику малышей"



1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (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.