**Консультация «Массаж ладоней и пальцев рук ребенка массажным мячиком»**

**Цель:** познакомить родителей с эффективным средством развития кистей рук – массажным мячом.

|  |
| --- |
|      Массажный мяч – эффективное средство развития кистей рук ребенка, движений его пальцев, разработки мышц. Ребристая игольчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Массажный мячик ускоряет капиллярный кровоток, уменьшает венозный застой и повышает кожно-мышечный тонус.  Закруглённые массажные шипы на поверхности мячика воздействуют на биологически-активные зоны кожи головы, туловища и конечностей, способствуют улучшению состояния всего организма. Массажный мяч положительно сказывается на развитии детей. Эта забавная упругая игрушка обогащает сенсорную среду малыша, стимулируя его психомоторное развитие. http://defektolog.ucoz.ru/38dfb6eec5571859b4186678849e0b6a.jpg.jpg          В настоящее время появилось огромное разнообразие атрибутов для проведения пальчиковой гимнастики и игр:  пальчиковый массаж с помощью карандаша, массаж грецкими орехами, массаж шариком для пинг-понга, массаж деревянными катушками, массажёром «каштан» и т.д.  http://defektolog.ucoz.ru/image-2-.jpg    Очень полезен в таких играх массажный мяч.  Маленькие массажные мячики легко умещаются в детской ладошке, что делает их незаменимым  предметом  для самомассажа. Дети с удовольствием  выполняют несложные комплексы упражнений.**Упражнения из книги Ермаковой И. А.****"Развиваем мелкую моторику малышей"**Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным мячиком1. 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. http://defektolog.ucoz.ru/147461-img_23.png**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)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 кладемИм ладошки разотрем.Вверх и вниз его катаемСвои ручки развиваем!Можно шар катать по кругуПерекидывать 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, пыхтитБегает 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! |