**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 мячиком  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.  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 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! |