

# КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ С МАССАЖНЫМ МЯЧОМ



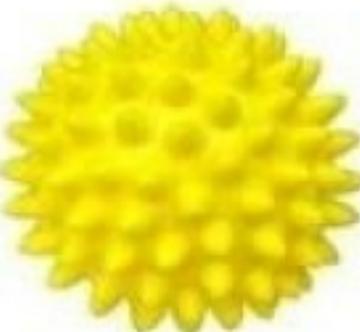
# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ»

**Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластиичности в движении.**

ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ  
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.  
РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ  
НАМ ПОРА И ОТДЫХАТЬ!

**Движения соответствуют тексту.**



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «КОЛЮЧИЙ ЕЖ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластиичности в движении.

ГЛАДЬ МОИ ЛАДОШКИ, ЁЖ!  
ТЫ КОЛЮЧИЙ, НУ И ЧТО Ж?  
Я ХОЧУ ТЕБЯ ПОГЛАДИТЬ!  
Я ХОЧУ С ТОБОЙ ПОЛАДИТЬ!

(Катаем мячик между ладошками, гладим его, дотрагиваемся пальцами до отдельных «колючек». Можно катать стопой по полу, заменив "ладошки" на "ножки", делать массаж тела, называя всё соответственно)



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ОРЕХ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластиичности в движении.

ПРОКАЧУ Я СВОЙ ОРЕХ  
ПО ЛАДОНЯМ СНИЗУ ВВЕРХ,  
А ПОТОМ ОБРАТНО,  
ЧТОБ СТАЛО МНЕ ПРИЯТНО.  
Я КАТАЮ МОЙ ОРЕХ,  
ЧТОБЫ СТАЛ КРУГЛЕЕ ВСЕХ.  
ВОКРУГ ЗЕМЛИ ЛУНА ЛЕТАЕТ,  
А ВОТ ЗАЧЕМ – САМА НЕ ЗНАЕТ.

Движения соответствуют тексту.



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «ИГРА С ЕЖИКОМ»

*Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику*

ЕЖИК 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.  
ЕЖ В ЛЕСОЧЕК УБЕЖАЛ,  
НАМ «СПАСИБО» ПРОПИЩАЛ.



Жалеем ежика - гладим, трем ему бока, разминаем, чешем, щекочем, катаем по столу с нажимом, когда показываем, как он убежал.

# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «МЯЧИК»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластиности в движении.

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

Движения соответствуют тексту.



# **МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА**

## **«ИСПЕЧЁМ МЫ КАРАВАЙ»**

**ЦЕЛЬ: РАЗВИВАТЬ РУЧНУЮ УМЕЛОСТЬ И МЕЛКУЮ МОТОРИКУ.**

**МЕСИМ, МЕСИМ ТЕСТО (СЖИМАЕМ МАССАЖНЫЙ МЯЧ В ПРАВОЙ РУКЕ)**

**ЕСТЬ В ПЕЧИ МЕСТО (ПЕРЕКЛАДЫВАЕМ В ЛЕВУЮ РУКУ И СЖИМАЕМ)**

**ИСПЕЧЕМ МЫ КАРАВАЙ (НЕСКОЛЬКО РАЗ ЭНЕРГИЧНО СЖИМАЕМ МЯЧ ОБЕИМИ РУКАМИ)**

**ПЕРЕКЛАДЫВАЙ, ВАЛЯЙ. (КАТАЕМ МЯЧ ЛАДОШКАМИ)**



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «КОЛКИЕ ИГОЛКИ»

Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

У СОСНЫ, У ПИХТЫ, ЁЛКИ

ОЧЕНЬ КОЛКИЕ ИГОЛКИ.

НО ЕЩЁ СИЛЬНЕЙ, ЧЕМ ЕЛЬНИК,

ВАС УКОЛЕТ МОЖЖЕВЕЛЬНИК!

Ребёнок катает мяч между ладонями движениями вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает темп и приговаривает.



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «ЁЖИК И МЫШКИ»

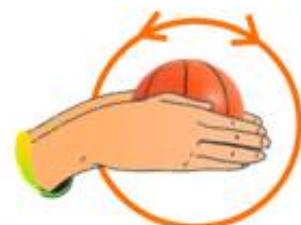
Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности.

ХОДИТ ЁЖИК БЕЗ ДОРОЖЕК  
ПО ЛЕСУ, ПО ЛЕСУ  
И КОЛЮЧКАМИ СВОИМИ  
КОЛЕТСЯ, КОЛЕТСЯ.  
А Я ЁЖИКУ – ЕЖУ,  
ТУ ТРОПИНКУ ПОКАЖУ,  
ГДЕ КАТАЮТ МЫШКИ  
МАЛЕНЬКИЕ ШИШКИ.



## Я мячом круги катая!

**Я мячом круги катая,**  
(между ладоней по кругу)



**Взад-вперед его гоняю,**  
(движения от себя - к себе)

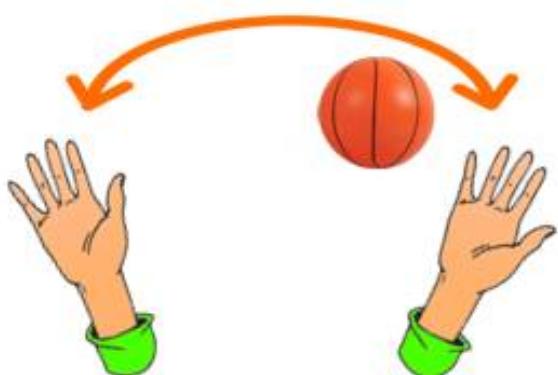


**Им поглажу я ладошку,**  
(гладим)

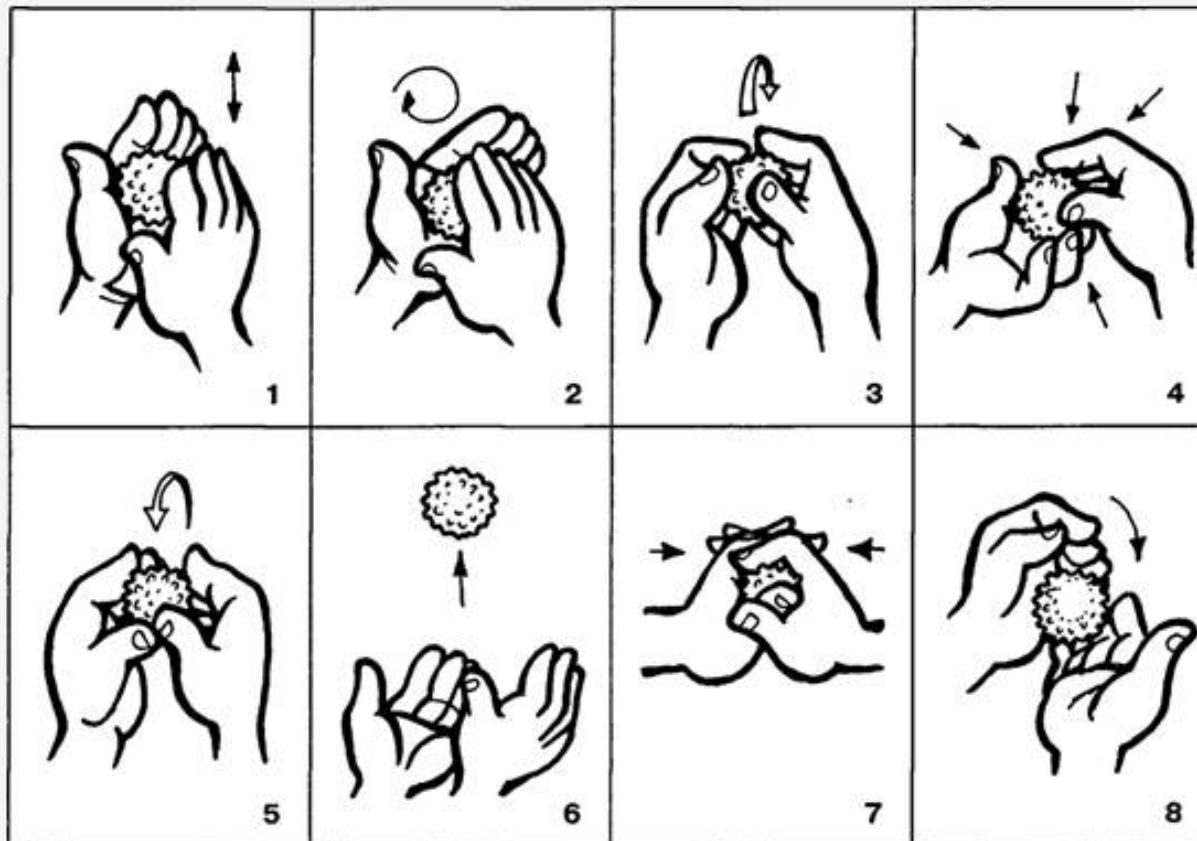


**А потом сожму немножко.**  
(сжимаем мяч)

**Правой ручкой мяч прижму  
Ну, а левой - повторю!**



# «С массажным мячом»



# Веселые упражнения с массажными мячиками

## Комплекс «Разминка»

Мячик сильно по сжимаю  
И падошку поменяю.  
(сжимать мячик правой рукой,  
затем левой)



«Здравствуй, мой любимый мячик!»  
Скакет 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 указательным пальцами, в соответствующие пальцы левой руки)



## «Футбол»

Поиграю я в футбол  
И забью в ладошку гол.  
*(ладошками отбивать мяч)*



## «Ежик»

«Ежик» я 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)

